

میمن عالم | مہم
آداب

MEMON ALAM

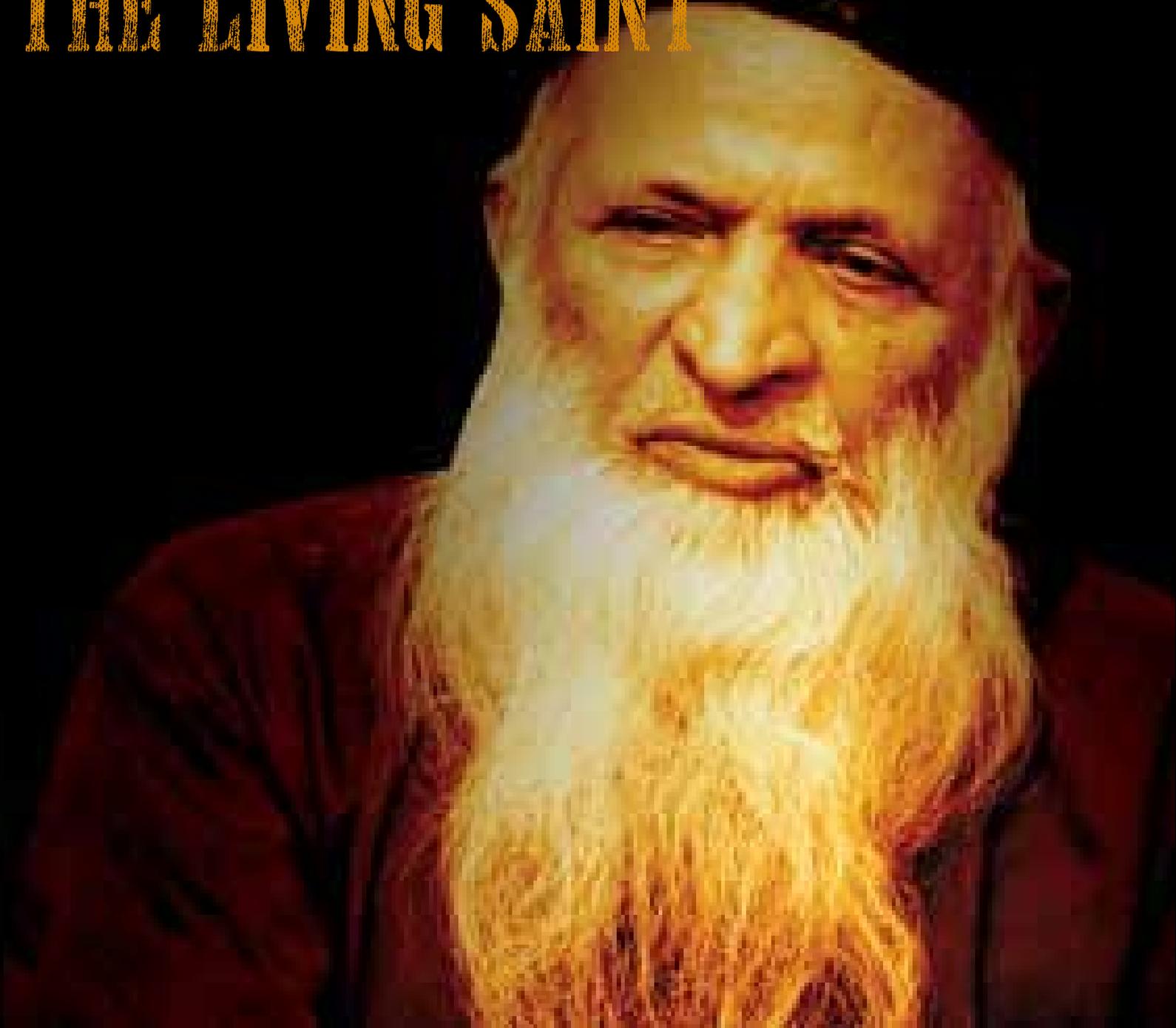


A Publication of World Memon Organisation. www.wmopc.com

APRIL 2013

Volume No. 55 Issue No. 653

ABDUL SATTAAR EDHI THE LIVING SAINT



Solly and Zohra Noor Foundation

Congratulates

The World Memon Organization on their 10th Anniversary

10 Years of Dedication and hard work
for our Muslim brothers and sisters.

may Almighty Allah bless and guide you in this noble work,
and may you grow from strength to strength.

Our Holy Prophet Mohamed

(Peace Be Upon Him) Said:

*Spend (in charity) out of the sustenance that We have bestowed on you
before that time when death will come to someone, and he shall say:*

*"O my Lord! If only you would grant me reprieve for a little while, then
I would give in charity, and be among the righteous."*

- The Holy Quran, 63:10

*The parable of those who spend of their substance in the way of Allah
is that of a grain of corn: It grows seven ears, and each ear has a
hundred grains. Allah gives manifold increase to whom He pleases;
And Allah cares for all and He knows all things.*

Qur'an (2:261)

**Group of
Companies**

Louis Trichardt

Mohammed Noor Centre,
Cnr Burger and Trichardt Street, Louis Trichardt
P.O. Box 333 Louis Trichardt, 0920
Tel: (015) 516-1535 Fax: (015) 516-1786



Memon Alam Committee:

Chairman & Chief Editor
Pir Mohammad A. Kaliya

Members:

A. Qadir Usman
Abdur Razzak Thaplawala
Haji Abdul Razak, WMO Europe Chapter
Umer Abdul Rehman
Altaf Ahmed Vayani
Abdul Razzak Kothari
Rizwan Shakoor
Hina Yahya
Sumera Muhammad
M. Saleem Adam Vayani
Bilal Umer
A. Sattar Jakhora
A. Hamid Surya

World Memon Organisation

President:
A. Sattar Dada (Botswana)

Senior Deputy President
Sir Iqbal Sacranie

Deputy President (Far East Chapter)
Ashraf Sattar

Secretary General
Pir Mohammad A. Kaliya (Pakistan)

Deputy Secretary General
Bashir Sattar (Europe Chapter)

Treasurer
Muhammad Yousuf Adil (Pakistan)

Vice President (Pakistan Chapter)
Shoaib Ismail Mangroria

Asstt Sec.General (Pakistan Chapter)
H.M. Shahzad

Vice President (India Chapter)
A.Majid Ranani

Asst. Sec. General (India Chapter)
Shafi Shahzad

Vice President (Middle East Chapter)
Iqbal Dawood

Asstt. Sec. General (Middle East Chapter)
Ahmed Shaikhani

Vice President (Europe Chapter)
Hanif Usman Dada

Asst. Sec. General (Europe Chapter)
Imran Amin Panaawala

Vice President (Africa Chapter)
Younis Suleman

Asstt. Sec. General (Africa Chapter)
Aslam Kalla

Vice President (Far East Chapter)
Abdul Cader Saleem

Asstt. Sec. General (Far East Chapter)
Majeed Karim

WMO Charitable Foundation

Chairman
Solly Noor (Africa Chapter)

Deputy Chairman
Haroon Karim (Europe Chapter)

General Secretary
Feizul Ayooob (Africa Chapter)

Deputy Gen. Secretary
Mehmood Shekhani (Pakistan Chapter)

Treasurer
Sayed Mia (South Africa Chapter)

Contents

English Section

From the Desk Of the Editor

7 Abdul Sattar Edhi

Memon Personality

8 Abdul sattar edhi the living saint
13 Abdul Sattar Edhi's the Icon of Selfless Humanitarian Services

Community News

15 Memon Association of Canada's Eid-e-Milad-un-Nabi (S.A.W) Celebration, Get-together and Dinner
18 Abdul Hamid Chottani Memon Scientist Bearer of 'Tamgha-e-Quaid-e-Azam'
19 Pride of the Memon Community Mr. Justice Ismail Mahomed
33 MITI Visit of Delegation of Kutiyana Memon Association
39 1st all Memon spelling bee competition 2013

History

21 Memon Community's Role in Independence movement

22 Day when sky fell on Junagadh, Bantva and Kutiyana

Feature

23 Child labor in Pakistan
27 Best Jobs in Pakistan
30 10 tips on how to be a successful Husband
48 Dubai A Persian Gulf Emirate

On Morals

35 Change for the better

Health care

36 Eating habits dos and don'ts
42 Asthma

Summer

43 Don't let summer just pass-by
44 Beat the summer heat

Thought provoking

46 Tragedies that could be avoided
49 Building the Nation through Higher Education

Gujarati Section

51 Memon Qaum Na Bhutkar ma doku
53 M.A.K. Bochia
56 Popat
58 Wadilo ni karji rakho
60 Hasay tenu ghar wasy
61 All India Memon Jammatt

Urdu Section

64 افزائش حسن کے تحفے!
65 تل... جسم کے اعصاب کو تقویت دیتے ہیں
67 امرود، وافر غذا، آہستہ اور دماغ کے باعث لا جواب پھل ہے
69 ورلڈ بین آرگنائزیشن پاکستان چیپٹر... ماکرو فنانس اسکیم
70 بدتمیزی... پیسٹ کی متعدد بیماریوں کی علامت
71 اپنے فضلے کو اپنانے کا ہنر سیکھیں
72 زبان میں مٹھاس پیدا کریں
73 دوران حمل زیادہ کھانا مسائل کا سبب بن سکتا ہے
75 ہاؤس وانف نہیں ہوم میکر بننے
77 ایک چہرے پر کئی چہرے
78 اسوہ نبوی ﷺ کی روشنی میں اسلام میں سماجی بہبود کا تصور

Published and edited by:
Umer A. Rehman for WMO

Printed by:
Bilal Umar – ADK Printers

Address:

World Memon Organisation
32/8, Street No. 6, Muslim Abad,
Off: Kashmir Road Karachi
email: memonalam@wmopc.com

For online version, please logon to:
www.wmopakistan.com, www.wmopc.com



MISSION OF WMO

The Mission of WMO is to act as the central Memon organisation representing the Memon Community throughout the world and to promote the advancement, upliftment, unity, welfare and well-being of Memons in the world, in all aspects of life and at all times in accordance with and under the guidance of Islamic principles.

MEMBERSHIP

The World Memon Organisation has the following categories of Membership:

1. Apex Bodies (National Bodies)
2. Institutional Members (Regional and Local Bodies) local institutions, foundations, trusts, social welfare organizations, professional institutions, chamber of commerce, educational boards, etc
3. Corporate Members (Commercial Bodies) -
4. Individual Members (Annual or Life Members)
5. Associate Members (any Non-Memon Organizations or Non-Memon Individual)
6. Patrons
7. Trustees of WMO Charitable Foundation (WMOCF)

MEMBERSHIP FEES

Apex Members	US \$500 (Annually)
Institutional Members	US \$250 (Annually)
Corporate Members	US \$500 (Annually)
Annual Membership	US \$50
Life Membership	US \$1,000
Patron `	US \$25,000
Trustee	US \$100,000

NOTES:

1. Subscription for female applicants shall be half the normal fees
2. Subscription for Life Members can be paid in three equal annual installments
3. Subscription for Patrons can be paid in five equal annual installments
4. Subscription for Trustees can be paid in five equal annual installments

SUBSCRIPTION FOR MEMON ALAM

For Pakistan:	Rs. 1000 per annum
For Other Countries:	US \$50 per annum

ADVERTISEMENT TARIFF FOR MEMON ALAM

Back Page	US \$500 per issue
Inside Title Page	US \$400 per issue
Inside Back Page	US \$350 per issue
Other pages	US \$250 per issue

SPECIAL DISCOUNTS

For 12 issues in a year	30%
For 8 issues in a year	20%
For 4 issues in a year	10%





Pulse India

FOODSTUFF (L.L.C.)

P.O.Box: 64617, Al-Ras, Deira, DUBAI (UAE)
Tel: 2291779 Fax: +971-4-2261799 Mobile: +971556875677
E-mail: pulseind@eim.ae Website: www.ranani.com

Manufacturer of Quality Pulses

Pulse India

SPICES & GRAIN PROCESSING LLC.

Factory: P.O. Box 21270 Al-jurf AJMAN (UAE)
Mob: +971504244025 & +971554244025

SINGAPORE OFFICE

Pulse India

OVERSEAS (S) PTE LTD
EXPORT OF PULSES
SINGAPORE

Mohamed Yasin Ranani
Managing Director

Mohamed Asfak Ranani
Managing Director



Challenging Spirit

MEHRAN
SUGAR
MILLS
LIMITED



Since 1965, Mehran Sugar Mills Limited has been in the business of producing premium quality white refined sugar and allied products. We have laid our foundation on solid principles aimed to assure a leadership position in the industry. We stride with a challenging spirit based on modern management principles. We consider our farmers as our back bone and continually propagate to increase plantation of sugarcane through diversified incentives.

Corporate social responsibility is a vital part of our philosophy. It is an inherent vision of the Company to have a significant positive contribution towards the society. We are constantly working towards improving the health and education standards in our area.

Adarjee House, 8th Floor II, Chundrigar Road, Karachi - 74000, Pakistan
Tel: +92-21-3241 7131 (4 Lines), Fax: +92-21-3241 6477
E-mail: msm@mehransugar.com, Website: www.mehransugar.com

Great Memon Personality Abdul Sattar Edhi

The Memon Community is generally well-known for its business acumen and philanthropy. In its known history of over four centuries, many noteworthy businessmen, industrialists, social workers, philanthropists, educationists and other professionals have been born in this community and have excelled in their respective fields and earned the respect and admiration of the masses.

Over the centuries, the contribution of many such personalities has had a very positive impact towards the growth and development of the Memon community in various fields and also influenced the growth of nations, entire societies and humanity at large.

There have been Memons who were considered some of the greatest businessmen of their time, with branches spread all over the un-partitioned Indian subcontinent and in far-flung areas of the world. There have been Memons who have been knighted by the British Government and bestowed with honors, medals and awards by private, non-government and government agencies. There have been Memons, both men and women, who have dedicated their entire lives for the education of the Memon community. There have been Memons who have spent their lives in alleviating the sufferings of the less-fortunate. It is a very long list, indeed.

One such person is Mr. Abdul Sattar Edhi, founder of the Edhi Foundation, who has dedicated his entire life to alleviate the sufferings of the poor and helpless. Although, he started in a small way, Abdul Sattar Edhi's simple and unassuming personality is now well-known across the world. He is the winner of numerous national and international awards and was also nominated for the coveted Nobel Peace Prize in 2011. The World Memon Organisation conferred him and his wife, Bilquis Edhi, Lifetime Achievement Award at the Inaugural Session of the 5th Annual General Assembly Meeting held at Hotel Sheraton, Karachi on 14th April 2007. The award was presented by Mr. Shaukat Aziz, the then Honorable Prime Minister of Islamic Republic of Pakistan

The Edhi Foundation runs the world's largest ambulance service and operates free nursing homes, orphanages, clinics, women's shelters, rehab centers for drug addicts and mentally ill individuals and many other welfare services. The Foundation also runs relief operations at the time of international disasters.

The Memon Alam has always tried to highlight such personalities so that the future generations of the Memon community would realize the true spirit of philanthropy and sacrifice for the welfare and well-being of fellow human beings, especially those who are less-fortunate. These personalities are the guiding light for others to follow in their footsteps.

In this issue of the Memon Alam, we have tried to portray the life and achievements of Abdul Sattar Edhi and in the future, we hope to highlight other noble personalities as well.

Pir Muhammad A. Kaliya
Chief Editor, Memon Alam

ABDUL SAMTAR EDHI THE LIVING SAINT

Simple in his attire and speech, Edhi is a recipient of about 200 national international awards, including the prestigious Ramon Magsaysay Award for Public Service, the Lenin Peace Award, the Balzan Prize, the largest Voluntary Ambulance Organization of the World Award by the Guinness Book of World Records and Nishan-i-Imtiaz by the Government of Pakistan.





Mr. Abdul Sattar Edhi was born in 1928 in Bantva, a small town of Indian Province of Gujrat. Edhi and his family migrated to Pakistan in 1947. In order to earn his living, Abdul Sattar Edhi initially started as a peddler, later became commission agent selling cloths in the wholesale market in Karachi.

After a couple of years, he left this occupation and with the support of some members of his community decided to establish a free dispensary. He became involved in this charity work. However, soon his personal vision of a growing and developing system of multifarious services made him decide to establish a Welfare trust of his own and named as "ABDUL SATTAR EDHI FOUNDATION" an appeal was made to the public for funds, the response was good and Rs.20,000 were raised. The range and scope of the man behind it. A maternity home was established and emergency ambulance service was started in the sprawling metropolis of Karachi with a population of over 10 million. More donation were received as people's confidence in the activities of foundation grew with the passage of time, massage gave him the title of the Angle of Mercy Abdul Sattar Edhi was married in 1965 to Bilquis, a nurse who worked at the Edhi dispensary. The couple has four children, two daughters and two sons. Bilquis runs the free maternity home at the head quarter in Karachi and organizes the adoption of illegitimate and abandoned babies. The husband- wife team has come to the share the common vision of single minded devotion to the cause of alleviation of human suffering and a sense of personal responsibility to respond to each call for help,

Field of welfare activities in Pakistan.

- 1) **Ambulance service with fleet of 1800 Ambulance:**
335 Edhi welfare center all over Pakistan are providing 24 hours. Service to patient at very nominal charges and in emergencies, Road accidents, National disaster for the pickup destitute, free of cost with a fleet of 1800 ambulances. Edhi emergency medical service with a fleet of 240 equipment ambulances with trained staff in all major cities.
- 2) **Edhi EMS (Emergency Medical Service):**
With the fleet of 250 emergency ambulance in which 500 trained medical staff who worked in all kinds of emergencies.
All staff was trained in CFR (cardiac first response) and EFR (Emergency



- 3). **Edhi Air Ambulance Service with one helicopter and two Air craft.**
first response) in the supervision of Irish team of National Ambulance service college Ireland by UHS Punjab (University of health science) organized by ILEM (Institute of learning emergency medicine) Pakistan. Affiliated with pre-hospital emergency car council, Ireland. With the help of Mr. Dick (Irish Doctor), MR. Mack Hugh (Irish organizer), Mr. Tom (Irish Doctor) and Mr. Faisal Edhi (Vice managing trustee)
- 4). **Edhi marine ambulance service with fleet of Rescue Boats.**
- 5). **Edhi Homes**
Shelter homes for mentally retarded persons/orphanage boys and girls/ women because of domestic violence
A). **Number of Edhi homes:**
Karachi (07), Multan (01), Lahore (03), Islamabad (01), Peshawar (01), Quetta (01), and Chitral (01).
B). **Number of persons: 9000**
- 6). **Animal hostel.**
Shelter home for destitute & injured

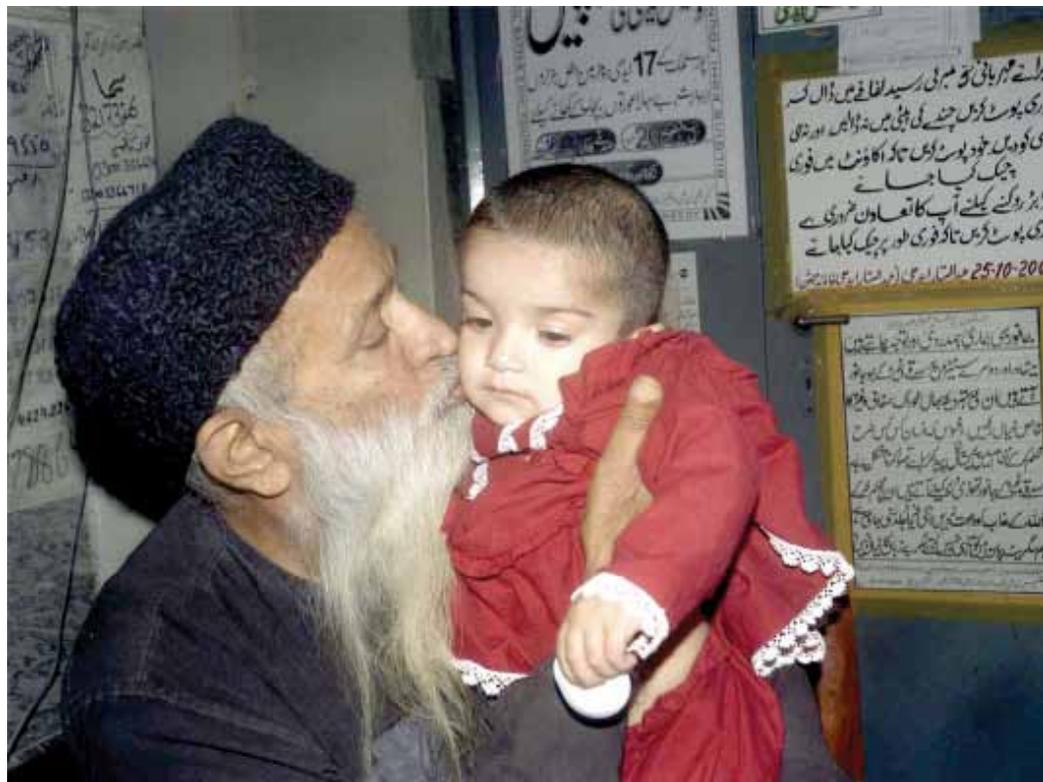


- 7). **Missing persons service.**
Service provide by all 335 Edhi welfare Centers. To trace missing and loss persons.
- 8). **Free dispensaries.**
30 dispensaries in Karachi, Hyderabad, Multan, Lahore, Peshawar Islamabad in others cities
- 9). **Free kitchen (Langer) in 20 cities**
- 10). **Free consultant clinic and diagnostic center in Karachi & Hyderabad**
- 11) **Free maternity homes. (Two in Karachi)**
- 12) **Free Diabetic center in Karachi**
- 13) **Free laboratories in Karachi and Hyderabad**
- 14) **Nursing training center (2 in Karachi)**
- 15) **Immunization center (2 in Karachi)**
- 16) **Edhi Information Bureau Karachi, Lahore, Islamabad and Peshawar, which provide information about accidents/emergencies/ natural disaster, etc.**
- 17) **Rehabilitation Center (for addicts) Karachi**
- 18) **Patient's utilities service (24 hours service) provided by all 335 Edhi Welfare Centres.**
- 19) **Oxygen cylinder, wheel chairs, urine pots, latrine chairs, patient beds.**
- 20) **Child adoption Center.**
Until now 21320 abandoned children have been given to needy parents, found in cradle of Edhi center or on the street from Edhi head office Karachi. Under supervision of Bilquis Edhi
- 21). **Emergency services**
In case of national disasters, drought calamity, fire, flood etc helps

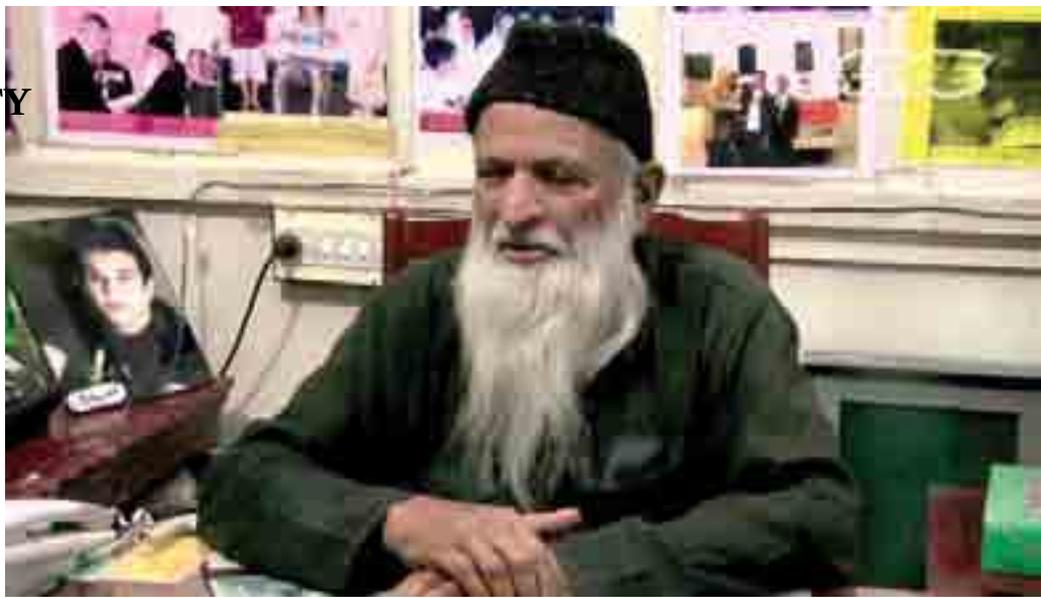
Needy peoples with food, blankets. Clothes, dry ration, household utensils etc.

Field of welfare activities abroad

- 1). Aid to afghan refugee since 1978 to 1988
- 2). Relief to the needy in the civil war in Lebanon during 1983
- 3). One million for flood relief in Bangladesh during 1986. In addition
- 4). Rupees one million in aid to the drought and famine-stricken areas in Ethiopia during 1985
- 5). Aid to earth quake victims of Armenia, USSR during year 1989
- 6). Aid to affected people and refugee of Persian Gulf war during 1991 in from blood, plasma. Medicines and surgical instruments, etc worth approximately Rs.4.5 million
- 7). Aid to earth quake victims of north western Iran during 1990.



- 8). Financial and travel assistance to the Pakistan's in Kuwait during the gulf war in 1992
- 9). Aid during the earth quake in Cairo 1984
- 10). Supply of rice and edible to Mogadishu in Somalia during 1993 in collaboration with Pakistan Army
- 11). Relief supplies for Bosnian refugee in Pakistan and supply of relief goods and assistance in Croatian camps during 1993-94
- 12). Relief activities conducted in Croatian camps for Bosnian peoples during 1993-94
- 13). One hundred ninety Bangladesh women were repatriated to their home country from Karachi, Pakistan during May 1999
- 14). During April 1999 relief camps were established at Albania and Kosovo for the effected an amount of 0.1 million dollars was contributes including 75 tons of relief goods consisting of dry ration, tents, and blankets
- 15). Edhi International Foundation with its branched in USA, England, Japan, UAE and Canada, Australia are engaged in humanitarian work. Supporting especially people belonging to the third world.
- 16). Relief work carry out by Edhi foundation in Afghanistan, transportation of patients/injured, tons of relief goods, dry ration, and blankets etc. medical camp at



- Torkhum.
- 17). Six million sterling pounds contributed to red crescent society for rehabilitation victims in earth quake of Bam Iran 2002.
 - 18). Shelter home in Jalalabad
 - 19). Ambulance center in Kabul
 - 20). Tsunami: hussy after tsunami, volunteers team under the supervision of Faisal Edhi arrived in Sri Lanka and divided in two teams one for Sri Lanka and other for Indonesia
A). 1500 coffin in Sri Lanka
B). free kitchen affected areas to tsunami Sri Lanka and Indonesia 2003
 - 21). Relief work in 8th October 2005 earth quake in Azad Kashmir and N.W.F.P 2005. Initially food, clothes, blankets and tents were provided and bath and burial of thousands of dead bodies 35000 patients shifted by 300 ambulance and 110 by helicopter.
 - 22). One hundred thousand U.S Dollar in cyclone of Katharina 2005.
 - 23). Two hundred thousand U.S Dollar in cyclone of Bangladesh 2007.
 - 24). Worth of four hundred million rupees in flood of Pakistan 2010 distribute dry Rashaan. Clothes, blankets, approx 45000 tin sheets for reconstruction of theirs rooms provide free ambulance service for rehabilitation.

Financial resources

(Only donation from common Pakistanis living in Pakistan & abroad).

Organizational setup

Edhi zonal centers in Pakistan & names of in charges

KARACHI

Faisal Edhi

MULTAN

Dr. Irfan

LAHORE

Sibghat ullah

ISLAMABAD

Capt. Rasheed

QUETTA

Edhi zonal center, look after & supervise 325 Edhi welfare centers in all Pakistan All the finance by Dr. Abdul Sattar Edhi

Edhi international foundation

1. Abdul Sattar Edhi International foundation London U.K running two charitable shops.
2. Abdul Sattar Edhi International foundation New York-U.S.A running two charitable shops
3. Bilquis Edhi relief foundation-New York carry out rescue service in national disaster in any country of world
4. Abdul Sattar Edhi International Foundation Australia.
5. Abdul Sattar Edhi International Foundation Ontario-Canada
6. Abdul Sattar Edhi International Foundation Toronto-Canada
7. Abdul Sattar Edhi International Foundation Dhaka-Bangladesh
8. Abdul Sattar Edhi International Foundation Tokyo-Japan
9. Abdul Sattar Edhi International Foundation Canberra-Australia
10. Abdul Sattar Edhi International Foundation Katmandu-Nepal
11. Abdul Sattar Edhi International Foundation Kabul-Afghanistan.

Due to age-related problems, he does not go out much except an occasional visit to Civil Hospital's children ward. His son Faisal Edhi is now managing the organization, of course in consultation with Edhi. His other children and grandchildren are also associated with the Foundation. Whoever is managing, the people trust in Edhi Sahib and know that there is someone out there to help them in time of need.

Abdul Sattar Edhi's the Icon of Selfless Humanitarian Services

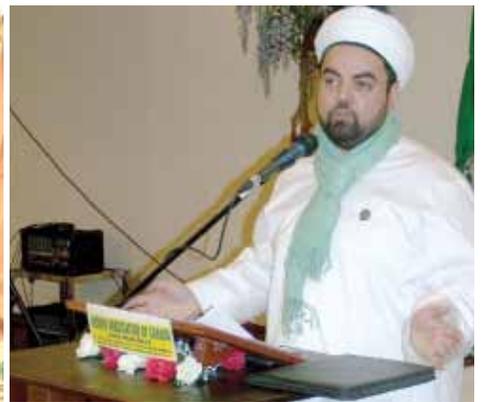


Keeping in view its tradition of recognizing the services being rendered by the individuals for the cause of humanity, the World Memon Organization, Pakistan Chapter, honored the celebrated Mr. Abdul Sattar Edhi, the highly acclaimed social worker for the untinted services he is rendering and for whatever he is doing. Undoubtedly Edhi Sahib is an icon of selfless contribution of helping the down-trodden people who have suffered or are suffering and that is why God is kind to him and the Memon Community in particular and the masses in general are proud of what he has achieved.

The World Memon Organization, in recognition of Edhi Sahib's humanitarian services, presented a shield to Edhi Sahib by Mr. Saukat Aziz, the then Prime Minister of Pakistan on 14th April 2007 at a function held at Hotel Sheraton, Karachi, which was largely attended by the elite and other notables of the Memon Community.

Memon Association of Canada's **Eid-e-Milad-un-Nabi (S.A.W.)** Celebration, Get-together and Dinner

Report: Qasim Abbas, Toronto, Canada



Memnon Association of Canada, which is a community organization representing Memnon Community members across Canada, had organized Eid-e-Milad-un-Nabi (S.A.W.) celebration, get-together and dinner for its members on Saturday February 23, 2013 at Sub'hani Banquet Hall in Mississauga. A very large number of community members with their family and children from GTA and other areas had attended this successful programme. The purpose of organizing this programme was to pay tribute to Holy Prophet (S.A.W.) on the occasion of Eid-e-Milad-un-Nabi (S.A.W.) and also to bring various community members from different

locations on such festive occasion together to create sense of religious celebration and atmosphere of community spirit, unity and brotherhood.

The Chief Guest on this auspicious occasion was Honourable Consul General of Pakistan in Toronto Mr. Mohammad Nafees Zakaria. The Master of Ceremony for this programme was Miss Yusra Ameen Jangda, who performed her task very beautifully.

The programme started with recitation of Holy Quran by Qari Imtiaz Hussain. Then Mr. Nadeem Shah recited Naa'at. Syed Ahmed Amiruddin delivered lecture in English language on the subject of importance of Moulud-un-Nabi (S.A.W.), where

he also talked on how world has been benefitted by the arrival of Holy Prophet (S.A.W.). Moulana Ibrahim Chishty talked on the subject of Virtue of Darood Shareef and also on the subject of Uswa-e-Hasana of Holy Prophet (S.A.W.). He also recited Hamd after the talk.

A child Qasim Fahad recited Naa'at and then another small child of 4 years Mohammad Ibrahim recited Surah Al Fathiha.

President of Memnon Association of Canada, Mr. Ismail Mirza came on the stage and delivered his speech welcoming the Chief Guest Honourable Consul General of Pakistan in Toronto Mr. Mohammad Nafees Zakaria on this auspicious occa-



M&S Real Estate LLC

The Key to Your Dreams

Are **YOU** an **ambitious investor** looking to **buy** residential or commercial property in Dubai?

Are **YOU** interested in **selling** or **renting** residential or commercial property in Dubai?

Do **YOU** want to do business with a company highly regarded for its **personal approach, honesty** and **integrity**?

- **M&S Real Estate** is the fastest growing real estate service provider in the UAE with a continuously growing selection of residential, office, retail and industrial properties for sale and rent.
- **M&S Real Estate** promises every eager investor whether locally or worldwide the best value for money.
- **M&S Real Estate** has an exclusive and extensive property database that specialises in the high-end of the UAE property market.
- **M&S Real Estate** delivers the best opportunities available to every investor, and has become a pioneer in both residential and commercial real estate sectors.

*"At **M&S Real Estate** we believe that our **clients** are entitled to the **highest standards of service and care**. We treat each client as an **individual** and focus on ensuring that their **individual needs are met**."*

M&S Real Estate can help YOU find the Key to your Dreams...



Email: info@msrealestateuae.com

Call: +971 4 4581678

Visit: www.msrealestateuae.com

Managing Directors
Shekeel Harun
Shaakir Haroon

CEO
Haroon Karim

Sales Director
Mohammed S Harun



sion of celebration Eid-e-Milad-un-Nabi (S.A.W.) and thanked him for sparing his time to attend this programme. He specifically mentioned role of Honourable Consul General in organizing Eid-e-Milad-un-Nabi (S.A.W.) in Consulate office on 26 January 2013 – first time in history of Consulate – wherein he himself had lead Zuhr prayer and he himself has made Dua after the programme. The President thanked all the members present for attending this programme. He also thanked all Executive Committee members for their hard work in organizing this successful programme.

The President also welcomed in the programme two distinguished guests. These were Mr. Mohammad Anis Noor, Hon. General Secretary of Memon Educational & Welfare Society, Mumbai, India as well as Hon. Editor of bilingual fortnightly

“Memon Welfare”. The other guest was Dr. Amin A. Mohammad Gadit, Pakistan’s prominent Psychiatric, who has authored many books on psychiatric treatment, and presently he is Professor of Psychiatry in University of Toronto. He introduced both of them to the audience, and then requested them to come on the stage and address the audience. They came on the stage and gave information to the audience about their profession and activities.

Then President announced the names and portfolios of Executive Committee members for the year 2013 and requested them to come on the stage and introduced them to the audience. Then he requested Chief Guest Honourable Consul General of Pakistan in Toronto Mr. Mohammad Nafees Zakaria to come on the stage and address the audience.

The Chief Guest Honourable Consul General of Pakistan in Toronto Mr. Mohammad Nafees Zakaria, in his speech, paid rich tribute to Holy Prophet (S.A.W.) and he emphasized to follow life style and tradition of Holy Prophet (S.A.W.). He also advised that we Muslims should make daily practice of reciting Holy Quran and also should understand its meaning from the translation of Holy Quran and then should ponder over its Verses. He also emphasized on acquisition of religious as well as worldly education. He thanked the Association for giving him opportunity to participate in this auspicious programme organized to pay tribute to Holy Prophet (S.A.W.).

At the end, dinner was served and after dinner the President thanked the Chief Guest and all the Community members present there for attending this auspicious programme.

Abdul Hamid Chhotani Memon Scientist Bearer Of 'Tamgha-E-Quaid-E-Azam'

For Memon community, generally known for her keen interest only in trade and commerce, Mr. Chhotani was a symbol of pride on his being a Memon Scientist. He belonged to renowned Chhotani family of Bombay, whose contributions towards 'Khilafat Movement' of which his uncle Mr. Muhammad Miyan Chhotani was the President, are recognized by all quarters. One of the roads of Bombay city was named after him.

Abdul Hamid Chhotani was born on 7th January 1923. He got his religious learnings at Minara Masjid Madressah and primary education up to sixth Gujrati class at Khoja Khan Mohammed High School, Then he went to St. Joseph High School in 1935 and passed his Matric Exams in first class from Bombay University in 1941. In those days it was unusual for Muslim students to get some position in education. Mr. Hamid Chhotani was the first Muslim student to acquire such a remarkable success in Matriculation Examinations, for which he was bestowed on with many awards and shields. A number of organizations offered him scholarships for higher education.

Mr Hamid Chhotani got admission in Bombay's famous St. Xavier's University and got his

B.Sc Honour's degree in 1945. He also served the research department of same University on fellowship for six months. Then he went to USA. In 1946, for further study he got admission in ancient Wisconsin University. Established in 1846, Wisconsin University catered to the needs of some 22 thousand students under the strict surveillance of more than two thousand Professors, Lecturers and Instructors.

He learned Chemistry here for some four years and got his M.Sc degree in 1948. He always stood first in subject of Mathematics. In recognition of his capabilities, he was appointed as an Instructor in faculty of Mathematics of this world-famous University.

After completing his study, Mr. Chhotani gained practical experience by joining Research Departments of Prapery Dewson Fertilizer and Nephus Edward Paper Mill for six months and ten months respectively and then returned home.

Mr. Chhotani migrated to Pakistan in 1949. Here he joined Associated Cement Factory at Waah Town in Punjab and served till 1954 at Waah as well as at company's another Cement factory at Rohri. Then he settled in Karachi and joined Pakistan Council for Scientific Research.

Mr. Chhotani also actively participated in

social activities in different fields. In 1945, when he was in Bombay, he was Convener of Debate Committee of Young Men's Muslim Federation.

He also took keen interest in sports and was Captain of Cement factory's Cricket Club at Rohri. He was elected General Secretary of Wah Cement Factory Worker's Club in 1950. Pakistan Association of Science and Science Association and Professional elected him as General Secretary in 1958. He was also General Secretary of National Science Council, was founding Member of Bombay Memon Brotherhood at Karachi and Vice President of this organization. Then he was elected as President of Pakistan Memon Jamat. He also served as member of Managing Committee of Karachi Health Association, Governing Body of Adamjee Science College and Advisory Committee of Ayesha Bawany Academy.

In recognition of precious services of Abdul Hamid Chhotani, he was honored with the prestigious Medal of country 'Tamgha-e-Quaid-e-Azam' on the occasion of independence day 1968 by the then President of Pakistan, Field Marshall Muhammad Ayub Khan.

The Memon Community is righteous to be proud of Mr. Abdul Hamid Chhotani.

Dr Muhammad Umer Chapra Co-Winner of King Faisal Award

Dr. Muhammad Umer Chapra, a Memon was awarded the prestigious King Faisal International Award for his services to Islam in 1989. The Award includes a Gold Medal and a cash endowment of Saudi Riyals 350,000. He has received several awards including the IDB Award for Islamic Economics and the Institutes of Overseas Award for Service to Islam.

Dr. Chapra basically from a Mangrol Memon family was born in February 1933 in Bombay and has had an outstanding academic career. Among his many activities, Dr. Chapra served as an Associate Editor of the Pakistan Journal of applied Editorial

Board of the Peshawar Journal of Development Economics and as a Member of the Advisory Editorial Board of the Kashmir Economic Review.

Dr. Muhammad Umer Chapra, a Saudi National, retired from the post of Senior Advisor to the Saudi Arabian Monetary Agency (SAMA) after 34 years of service and took over as Research Advisor of the Islamic Development Bank's Islamic Research and Training Institute in Jeddah.

Dr. Chapra has played a vital role in maintaining the stability of the Saudi Riyal and in steering the Kingdom's Central Bank to the position it now occupies. He has pro-

duced 59 papers and eight books on Islamic Economics and Finance. His most notable contribution being 'Towards a Just Monetary System' (1985) and 'Islam and the Economic Challenge'. The former book is being used as a text or reference book in many Universities including Harvard Law School.

He has participated in a number of International and Regional Conferences organized by the International Monetary Fund, the World Bank, OPEC, the Arab Monetary Fund, the Arab League, Islamic Development Bank and the Governors of Central Banks and the Monetary Authorities of Muslim countries.

Pride of the Memon Community

Mr. Justice Ismail Mahomed

South Africa's First Memon Chief Justice

Mr. Justice Mahomed was born in Laudium South Africa in 1931 in a MEMON family, migrated from Ranavav, were traders in the then Transvaal. He matriculated in Pretoria in 1950 completed his Bt the University of Witwaterstrand in 1953 and a year later B.A. (Hons) in Political Science with distinction.

On completion of his L.L.B. in 1957, he was admitted to the Johannesburg Bar because the Pretoria Bar where he lived was reserved for Whites. He was not allowed to occupy an office at Johannesburg Bar for some 12 years because the area in which the Chambers were situated was reserved for Whites. He built an extensive litigation practice and in 1974 became the country's first Black Silk from whose ranks judges of the Supreme Court were traditionally chosen. His 35 years practice at the Bar included considerable civil and criminal litigation although he concentrated on human rights and appeared in numerous trials on behalf of leading anti-

apartheid activists.

Mr. Justice Mahomed, who despite his seniority at the Bar, was passed over on several occasions for judicial appointed by the apartheid government, served as a Judge in neighboring countries instead. He was appointed to the Appeal Court in Swaziland in 1979 and as Judge of Appeal in Lesotho in 1982. He later became the Chief Justice of Namibia and President of the Lesotho Court of Appeal. He also co-chaired the Conference for a Democratic South Africa (CODESA) and the subsequent Conferences, which eventually negotiated a democratic constitution for the country.

In 1991, he was appointed as permanent Judge in South Africa. Two years later, he was appointed as Acting Judge of the Appellate Division. In 1994, he was appointed by the President Mandela to serve on the country's first Constitutional Court as Deputy President.

Mr. Justice Mahomed has published

many articles in Law Journals and lecture on Human Rights Jurisprudence at several Institutions and Universities abroad. He was made an Honorary Professor of Law at Wits University in 1990 and received Honorary Doctorates in Law from the Universities of Delhi and Natal. He was presented with an honorary degree of Doctor of Laws by the University of Pennsylvania on May 18, 1992.

In 1996, he was appointed as the Chairman of the South Africa Law Commission, the statutory body which reviews and initiates legislation in the country. In the same year, the Judicial Services Commission (JSC) of South Africa voted in favour of Judge Mahomed to be the next Chief justice of South Africa. Although Justice Mahomed was not the senior judge in line of succession to the office, his legal and humane qualifications, his political insight, experience and credibility for the job were beyond dispute.

Justice Ismail Mohamm3e passed away in Johannesburg on Saturday, the 17th of June 2000 at the age of 69. May his soul rest in peace.

Ma Ayesha Memorial Centre

South Africa's First Memon Memorial Centre

One-day Seminar on 'Awareness Program of Down Syndrome Children' was held on 6th April 2013 at Ma Ayesha Memorial Centre. The purpose of Seminar was to create awareness about handling of 'down syndrome children' and to suggest parents, professionals, students and Special Educators as how to handle the special child. The participants were Special Educators, Students of Karachi University, Parents and Heads of various departments.

The Speaker Dr. Shahida Sajjad, Dean Department of Education, University of Karachi emphasized in her speech that in Pakistan there are very few Rehabilitation Centres/Special Education Schools which are providing necessary facilities for such

special children. There is large number of down syndrome children throughout the country but due to lack of awareness, people are not coming to Special Education Schools. We should make efforts to create awareness among the people so that such children could be trained. We can share very useful information by organizing such Seminars / Workshops. She paid tribute to the Management of Ma Ayesha Memorial Centre for organizing such Seminar.

The presentation made by Ms. Humera Aziz, Assistant Professor Department of Special Education University of Karachi was very informative and knowledgeable.

Ms. Shamim Sultana, Principal of Ma Ayesha Special Education, School coordinated

the Seminar. Mr. Ahmed Abdullah, Chairman briefed the participants about the Centre Activities and said purpose of this Centre is to serve the patients suffering from Neurological disorder. She was also very keen to initiate services for the same kind of diseases, narrating the history of Ma Ayesha Memorial Centre, he said that his mother Ma Ayesha herself was suffering from neuromuscular disorder. She was also very keen to initiate services for the same kind of diseases. As per desire of her late mother, the Centre was established about two decades ago in 1989 by Ahmed Abdullah Foundation with the commitment to serve humanity in the very important but much neglected discipline of Neurological/Neuromuscular disorders.

ARY

GOLD BARS

The Gold Standard



The purest form of Gold 999.9

Available in 1gm to 1kg

Ten Tola and Eilo Bar available in 995 and 999 purity respectively

ARY JEWELLERY
U.A.E. PAKISTAN - OMAN - U.K. - U.S.A.

CORPORATE HEAD OFFICE
ARY House, Deira Gold Souk,
PO Box 1123
Dubai, U.A.E.

Tel: +971 4 2263838
Fax: +971 4 2267988

<http://www.arygold.com>

email: info@arygold.com



Memon Community's Role in Independence Movement

It was not only trade and business in which the members of the Memon community participated. They took equal interest in independence movement.

During Khalafat Movement, many notable Memons contributed huge amounts of donations. The names of Mr. Omer Subhani and Ahmed son of Janmohammad Chotani were prominent among these donors. When Subash Chandra Bosh announced the formation of Azad Hind Fauj in 1944, Mr. A. Habib Haji Yusuf Marfani contributed hugely for the cause. He was appointed Chairman of supply Board of the Council of Indian Liberation Army. Mr. A. Sattar Palwala and Mr. A. Latif Admani were other prominent members of the community who actively participated in the movement. Mr. Admani was later arrested by the British Government and was sent to jail. Many Memons also actively contrib-

uted and participated in Reshmi Roomal movement.

When Pakistan movement was started, the Memons generously contributed to the funds of All India Muslim League and Muslim Press Fund established by Quaid-e-Azam who knew the patriotism of Memons and therefore visited every nook and corner of Kathiawar including Rajkot, Gondal, Dhoraji, Mangrol, Bantva, Manavadar, Kutiyana, Ranaway, Porbandar, Jetpur and Wanthli in January 1940.

During these visits, large processions were taken out which culminated in meetings which were addressed by prominent Memons personalities. At every such function, Quaid-e-Azam was presented with bag full of donations. The visit of Quaid-e-Azam to such large number of towns and addressing gatherings at such relatively small places shows what importance Quaid-e-Azam

gave to the Memon community as early as in 1940. Among the freedom fighters who were jailed by the British Government during Pakistan Movement, you can find the names of Mr. Usman Kasam Mitha (father of General Abubakar Mitha of Pakistan Army), Mr. Ahmed Noor Mohammad and Mr. A. Sattar Parekh.

The Memon community was in forefront in helping the humanity irrespective of their cast or creed whenever national calamities affected India and Pakistan. This included massive earth quack in Bihar and Quetta in 30s and floods in East Pakistan. For the work for the welfare of victims of earthquake, Mr. Abdul Sattar Haji Suleman Nawiwala was awarded the medal of Qaiser-e-Hind by the Viceroy. The Pakistan Government awarded Sitara-e-Khidmat to Mr. Usman Suleman for flood relief activities in East Pakistan.

Day when sky fell on Junagadh, Bantva and Kutiyana

 Courtesy : Mr. Abdur Razzaq Thaplawala

The story of occupation of Junagadh will not be complete without discussing the happenings in Bantva, and Kutiyana where most of the big business magnets of Memon community resided. Bantva was part of the princely state of Manavadar. The rulers of Manavadar were indecisive about joining either of the two newly created dominions. The Muslim residents of Bantva who mainly belonged to Memon community, organized a big public meeting in early September 1947, demanding accession of Manavadar including Bantva with Pakistan. A deputation of dignitaries met Khanjee of Manavadar on 9th September 1947 to urge him to announce accession to Pakistan.

On the persuasion of the subjects of the state, Manavadar announced its accession to Pakistan on 25th September 1947. This was naturally not acceptable to Indian Government, who sent two companies of its armed forces to Bantva under the command of Colonel Himmayat Singhjee on 3rd October 1947. The invading forces took over all government offices and declared Bantva as a part of the Indian union. Army pickets were established in various places in Bantva. On the same day, Sardargadh, a neighboring town of Bantva was also occupied. Manavadar was occupied on 23rd October 1947 and the rulers were arrested and taken away first to Jamnagar and then to Rajkot.

The night curfew was imposed in Bantva immediately after its take-over. In the meantime, more army enforcement kept arriving to strengthen the occupation forces.

Junagadh was occupied on 9th November 1947, but two days before this occupation, the 8th Sikh regiment reached Kutiyana. More forces consisting of 40 trucks and 50 jeeps also joined the Sikh regiment on 8th November 1947 to occupy Kutiyana which was the part of Junagadh State. Some brave Muslims of Kutiyana resisted the occupation, but could not stand long before an organized force. Many Muslims of Kutiyana

sacrificed their lives in the process.

On 10th November 1947, the population of Kutiyana was officially genocide by the personnels of the army of provisional government. They demolished the houses and snuck off with all valuable and other things. In this process, physical injuries were also inflicted on the innocent citizens. Shops were looted and burnt, all in the presence of Indian Army.

In the meanwhile, uneasy calm prevailed in Bantva whose residents knew that they were the next target. Valabh Bhai Patel, the then Interior

Minister of India and others made inflammatory speeches while addressing a public meeting in Junagadh on 13th November 1947 against Muslims in general and Memon community of Bantva in particular which had made handsome contribution to the Press Fund of Muslim League when Quaid-e-Azam visited Bantva in January 1940. These speeches added fuel to fire and the population of Bantva was attacked in the midnight of 15th November 1947. The attackers mainly consisted of farm labor of adjoining villages. They broke open the doors of houses with their axes and took away everything which they could lay hand on including currency, jewellery and clothing.

They loaded their bullock carts with their loot in the presence of Sikh Military personnel. No one could help anybody because Muslims were not allowed to come out of their homes to help their fellow brothers by the curfew enforcing army. The cries of help from men and women raised by the residents whose houses were being attacked are still fresh.

The next day all Memons met at main bazaar situated outside 'Zapa' a gate outside the old part of Bantva. They decided to migrate to Pakistan. They were afraid of further raids like Kutiyana, town where Hindus acted against Muslim and many persons were killed or injured. Within 10 days of this decision, 90% of population started migrating by trains for Mumbai and take ships to Karachi from there.

Child labor in Pakistan



knowledge. It is due to many hindrances and difficulties; desperate conditions that they face in life. Having been forced to kill their aspirations, dreams and other wishes, they are pressed to earn a living for themselves and for their families. It is also a fact that there are many children who play a key role in sustaining the economic life of their family without which, their families would not be able to make ends meet. These are also part of our society who have forgotten the pleasures of their childhood. The concept of child Labour got much attention during the 1990s when European countries announced a ban on the goods of the less-developed countries because of child Labour.

The International Labour Organization (ILO) defines child Labour as:

- 1- When a child is working during early age
- 2- He overworks or gives over time to Labour
- 3- He works due to the psychologically, socially, and materialistic pressure
- 4- He becomes ready to Labour on a very low pay

Another definition states:

“Child Labour” is generally speaking work for children that harms them or exploits them in some way (physically, mentally, morally or blocking access to education),

United Nations International Children’s Emergency Fund (UNICEF) defines “child” as anyone below the age of 18, and “child Labour” as some type of work performed by children below age 18. (UNICEF)

Child Labour is an important and a serious global issue through which all and sundry countries of the world are directly or indirectly affected, but, it is very common in Latin America, Africa and Asia. According to some, in several Asian countries’ 1/10 manpower consists of child Labour. In India the number of children between the ages of 10-14 has crossed above 44 million, in Pakistan this number is from 8 to 10 mil-

God has given human beings the boon of wisdom and discretion to think upon the signs of the universe and to draw conclusions. That is the reason why they disclose the hidden facts of it and its structure and have made remarkable progress in many walks of life. Children are the flowers of heaven. They are the most beautiful and purest creation of God. They are innocent both inwardly and outwardly.

No doubt, they are the beauty of this world. Early in the morning when the children put on different kinds of clothes and begin to go to schools for the sake of knowledge, we feel a specific kind of joy through their innocence.

But there are also other children, those who cannot go to schools due to financial problems, they only watch others go to schools and can merely wish to seek



lion, in Bangladesh 8-12 million, in Brazil 7 million, whereas their number is 12 million in Nigeria.

In Pakistan children aged 5-14 are above 40 million. During the last year, the Federal Bureau of Statistics released the results of its survey funded by ILO's IPEC (International Program on the Elimination of Child Labour). The findings were that 3.8 million children age group of 5-14 years are working in Pakistan out of total 40 million children in this age group; fifty percent of these economically active children are in age group of 5 to 9 years. Even out of these 3.8 million economically active children, 2.7 million were claimed to be working in the agriculture sector. Two million and four hundred thousand (73%) of them were said to be boys.

During the year 2001 and 2002 the government of Pakistan carried out a series of consultation of tripartite partners and stakeholders (Labour Department, trade unions, employers and NGOs) in all the provinces. The objective was to identify the occupations and the categories of work, which may be considered as hazardous under the provisions of ILO Convention 182. As a result of these deliberations, a national consensus list of occupations and categories of work was identified, which is given below:

1. Nature of occupation-category of work
2. Work inside under ground mines over ground quarries, including blasting and

- assisting in blasting
3. Work with power driven cutting machinery like saws, shears, and guillotines, (Thrashers, fodder cutting machines, also marbles)
4. Work with live electrical wires over 50V.
5. All operation related to leather tanning process e.g. soaking, dehairing, liming chrome tanning, deliming, pickling defleshing, and ink application.
6. Mixing or application or pesticides insecticide/fumigation.

7. Sandblasting and other work involving exposure to free silica.
8. Work with exposure to ALL toxic, explosive and carcinogenic chemicals e.g. asbestos, benzene, ammonia, chlorine, sulphur dioxide, hydrogen sulphide, sulphuric acid, hydrochloric acid, nitric acid, caustic soda, phosphorus, benzidine dyes, isocyanides, carbon tetrachloride, carbon disulphide, epoxy, resins, formaldehyde, metal fumes, heavy metals like nickel, mercury chromium, lead,



- arsenic, beryllium, fiber glass, and
- 9. Work with exposure to cement dust (cement industry)
- 10. Work with exposure to coal dust
- 11. Manufacture and sale of fireworks explosives
- 12. Work at the sites where Liquid Petroleum Gas (LPG) and Compressed Natural Gas (CNG) are filled in cylinders.
- 13. Work on glass and metal furnaces
- 14. Work in the clothe printing, dyeing and finishing sections
- 15. Work inside sewer pipelines, pits, storage tanks
- 16. Stone crushing
- 17. Lifting and carrying of heavy weight specially in transport industry (15b kg and above)
- 18. Work between 10 pm to 8 am (Hotel Industry)
- 19. Carpet waving
- 20. Working 2 meter above the floor
- 21. All scavenging including hospital waste
- 22. tobacco process (including Niswar) and Manufacturing
- 23. Deep fishing (commercial fishing/ sea food and fish processing
- 24. Sheep casing and wool industry
- 25. Ship breaking
- 26. Surgical instrument manufacturing specially in vendors workshop
- 27. Bangles glass, furnaces

Now we can easily imagine in the light of above mentioned facts and figures how the nation's future namely children are deprived of pleasures of life, ignorance has reduced their abilities of thinking right or differentiating between right and wrong, as well as their life-chances, to their non-access to education. It is true that child labour is not an isolated phenomenon.

It is an outcome of a multitude of socio-economic factors and has its roots in poverty, lack of opportunities, high rate of population growth, unemployment, uneven distribution of wealth and resources, outdated social customs and norms and plethora of other factors. According to the United Nations Development Program (UNDP) the daily income of 65.5% people of Pakistan is below 2 U.S. dollars a day. According to the Asian Development Bank (ADB) Report, 47 million people in Pakistan are leading lives below the line of poverty, whereas the Social Policy Development Centre (SDPC) Karachi has stated in one of its reports that the ratio of poverty in Pakistan was 33% during 1999 that increased in 2001 and reached 38%. The ratio of poverty in the current year is around 30%.

Consider the point that if 30% of our country's total population is living life



below the poverty-line wherein the people are deprived of basic necessities of life like clothing, shelter, food, education and medication, the children of these people will be forced to become labourers or workers in order to survive. Another reason of child labour in Pakistan is that our people don't have the security of social life. There is no aid plan or allowance for children in our country. Class-based education system is another reason for increasing child labour; villages lack standardized education systems and as a result, child labour is on increase in rural areas. The government has not put its laws into practice to stop child labour in our country. Employers after exploiting child labour, extract a large surplus, whereas child labour, despite increasing poverty, unemployment and other problems, are pressed to do anything and everything for their livelihood and the survival of their families.

Child Labour is a complex problem which demands a range of solutions. There is no better way to prevent child labour than to make education compulsory. The West understood this a long time ago. Laws were enacted very early to secure continued education for working children; and now they have gone a step forward, and required completion of at least the preliminary education of the child before he or she starts work.

Martin Luther for back sent a letter to German Municipalities insisting it was their duty to provide schools, and the duty of parents to educate their children. In Sweden, a royal decree in 1723 instructed parents and guardians to diligently see to it that their children applied themselves to book reading. In Europe, one country after another; Scotland, Prussia (1817), Austria

(1869), France, United Kingdom (1880) and Italy made education compulsory. In 1872, Japan became the first non-Western country to make elementary school education compulsory with the declaration by the Meiji Govt.

The present government in Pakistan has made elementary education compulsory. Along with this, the government has distributed free books in primary schools so that parents, who cannot afford their children's school expenses, send their children to schools. The major point is that this decision must be acted upon at all levels. There is strict need to stop child Labour in this country. Awareness must be raised and the attention of parents ought to be diverted to the education of their children. Child Labour Laws should be put into practice strictly. In addition, the educational system of the country-must be reshaped and restructured according to national development goals. The orphans and other deserving children must be helped financially on a prolonged basis. It is also essential to eliminate child labour from the country, that the political, economical and social system of the country are needed to be reshaped and such steps taken that make child labour in this country a crime. They should bring on the well-being of a lay man, good governance and end to exploitative thinking. If we succeed to act upon these principles, our country can easily get rid of this problem i.e. child labour. The agreement that has recently been approved by Pakistan, Norway and ILO to eradicate child labour must be given importance and we hope that our rulers must put this agreement into practice using all means at their disposal.

100% Sri Lanka Grown & Manufactured



PULSES GRUPTING & PROCESSING INDUSTRY (PVI) LTD.

Head Office:
 No.88, Reclamation Road, Colombo - 11, Sri Lanka. Tel: +94 (0) 204 1811 / 248 3333 Fax: +94 (0) 204 221198

Branch:
 No. 527, Pathiraja Road, Gallewala, Nawagallumboda, Sri Lanka. Tel: +94 (0) 207 8888 Fax: +94 (0) 207 8888

Email: pulses@pvi.lk Web: www.pvi.lk

M. I. S. POLYSACKS (PVT) LTD.

No. 101, Pathiraja Road, Gallewala, Nawagallumboda, Sri Lanka.
 Tel: +94 (0) 207 8888 Fax: +94 (0) 207 8888
 Email: mis@pvt.lk Web: www.mis.lk



MISA TEA PLANTATIONS (PVT) LTD.

Wagalla, Hingula, Sri Lanka. Tel: +94 (0) 20 222 7700
 Email: misa@pvt.lk Web: www.misa.lk



Best Jobs in Pakistan

Here you can see the list of Top 10 High Paying Jobs in Pakistan Now a days is big deal to find a great job in Pakistan, You must have to be sourceful to get a job in Pakistan. With out any source not impossible to get the high or low paying jobs, In Pakistan there are many low and high paying jobs, but today there are about top ten highest paying jobs in Pakistan. Read the full article and you will find below the list of Top ten highest paying jobs in Pakistan.

10. CREATIVE Designing



The popular Institutions which provide education related to this profession are NCA, Indus Valley School of Arts and Fatima Jinnah Women University, when you are a fresh graduate your salary ranges from 12,000 to 18,000 and when you have an experience of 5 years you'll have a handsome salary of 49,560 to 74,340 Rupees.

9. Software Engineering



Well, when you are a fresh graduate, your salary ranges from 15,000 to 30,000 rupees and when your experiences for 5 years your salary will range from 43,215 to 82,600 rupees. This field is quite satisfying, the best institutions for this profession is GIKI, NUST, UET, FAST and NED. It's not surprising that the Software Monsters like IBM, Google and Microsoft hire regularly from these engineering universities. Most of the graduates prefer to do the master's degree which increases your market worth.

8. Finance and Accounting



You can calculate your own worth, by checking what you bring in your company. When you enter, your salary range is 10,000 to 25,000 rupees and when you have an experience of 5 years you salary range is

36,000 to 90,000 rupees. The institutions which give this degree are LUMS, IBA, NUST, UCP and ICMAP.

7. Telecomm Engineering



Starting is 18,000 to 38,000 rupees and after 5 years of experience your salary is between 60,000 to 99,000 rupees, the most popular institutions for this career is NUST, UET, NED and FAST.

6. HR Management



Your starting pay is 18,000 to 30,000 rupees and after five years it becomes 68,000 to 103,200 rupees. This profession is called the "NEXT IT". The popular institutions are IBA, NUST, LSE, LUMS, Quaid-e-Azam University and UCP.

5. Mechanical Engineering



Your starting pay is 25,000 to 48,000Rs. after 5 years it becomes 63,750 to 126,250 Rs. In the last 10 years this profession has seen an outstanding increase in women recruits. The most popular universities are GIKI, UET, NUST and NED.

4. Sales and Business Development



When you are a fresh graduate your starting pay is 15,000 to 35,000 and after five years of experience it becomes 63,750 to 126,000 Rs. The most popular universities are LUMS, IBA, LSE and Quaid-e-Azam University,

3. Program & Project Management



Your starting pay is 20,000 to 35,000 Rs. And after five years of experience your pay becomes 74,000 to 142,240 Rs. This job is really satisfying. This field is emerging in the West more. The top universities for its professional study are LUMS, IBA and NUST.

2. Procurement and Supply Chain



These fresh graduates have the starting pay of Rs. 15,000 to 25,000 and after five years it's 76,000 to 15,412Rs. The popular universities are LUMS, GC and LSE. This one is considered to be taught as a specialization accredited for MBA.

1. Marketing and Brand Manager



Your starting pay is 20k to 52k and after five years it becomes 83,916 to 165,371Rs. The most popular institutions are IBA, NUST, LUMS, Quaid-e-Azam University and UCP. Its growth rate is 246%. Due to the emergence of Multinational Companies the economy of Pakistan is highly affected, which has ranked this profession to be the top profession according to the survey.



Memon Industrial & Technical Institute

A project of World Memon Organization in collaboration with CDGK

Courses Offered For Men

- English Language
- Computer Hardware & Networking
- Mobile Phone Repairing
- Generator operator/Mechanic
- Industrial Electrician
- General Electrician
- Refrigeration & Air Conditioning
- Motor Rewinding
- Lift Technician
- Auto Electrician
- Auto Air-Conditioner
- Auto Mechanic
- Motor Cycle Mechanic
- CNG Kit Installation & Tuning
- UPS Repairing & Installation
- Welding
- Plumbing
- Sewing & Cutting



Affiliated with City & Guilds of the UK & Trade Testing Board, South



IT & Multimedia Courses for Men

MS Office

- Computerized Accounting
- Web Designing
- Graphics Designing
- Video Editing & Compositing
- 3D Studio Max
- MAYA
- Auto CAD
- Advance Auto CAD
- Computer Hardware & Networking



www.wimomiti.com



Courses Offered For Women

- CLT
- Fashion Designing
- Beauty & Hair Dressing
- Beauty & Cosmetology
- Beautician
- Dress Making & Boutique Designing
- Sewing & Cutting
- MS.Office
- Textile Designing
- Cooking & Baking
- Mehndi
- Tajweed-e-Quran
- Fine Arts
- English Language (I)
- English Language (II)
- Computer Graphics
- Self Grooming
- Crochet Work
- Hand Bags & Purse Making
- Baking Special

MITI: Plot # ST- 1/8, Sector 36-I, (Civic Center-3) Korangi -5, Karachi, Tel: 021-35035542-45, Email: mgmt@wimomiti.com

10 Tips on how to be a Successful Husband



1. Dress up for your wife, look clean and smell good. When was the last time us men went shopping for designer pajamas? Just like the husband wants his wife to look nice for him, she also wants her husband to dress up for her too. Remember that Rasulallah SAW would always start with Miswak when returning home and always loved the sweetest smells.

2. Use the cutest names for your wife. Rasulallah SAW had nicknames for his wives, ones that they loved. Call your wife by the most beloved names to her, and avoid using names that hurt their feelings.

3. Don't treat her like a fly. We never think about a fly in our daily lives until it 'bugs' us. Similarly, a wife will do well all day - which brings no attention from the husband - until she does something to 'bug' him. Don't treat her like this; recognize all the good that she does and focus on that.

4. If you see wrong from your wife, try being silent and do not comment! This is one of the ways Rasulallah SAW used when he would see something inappropriate from his wives Radiallahu Anhunn. It is something that very few muslim men have learnt or practice with their wives.

5. Smile at your wife whenever you see her and embrace her often. Smiling is sadaqah and your wife is not exempt from the muslim ummah. Imagine life with her constantly seeing you smiling. Remember also those Ahadith when Rasulallah SAW would kiss his wife before leaving for Salah, even if he was fasting.

6. Thank her for all that she does for you. Then thank her again! Take for example a dinner at your house. She makes the food, cleans the home, and a dozen other tasks to prepare. And sometimes



the only acknowledgement she receives is that there needed to be more salt in the soup. Don't be that person; thank her!

7. Ask her to write down the last ten things you did for her that made her happy. Then go and do them again. It may be hard to recognize what makes her happy. You don't have to play a guessing game, ask her and work on repeating those things in your life.

8. Don't belittle her desires. Comfort her. Sometimes the men may look down upon the requests of their

wives. Rasulallah SAW set the example for us in an incident when Safiyyah RA was crying because, as she said, he had put her on a slow camel. He wiped her tears, comforted her, and brought her the camel.

9. Be humorous and play games with your wife. Make her laugh, have little 'inside' jokes and moments with her. Honestly your wives laughter is one of the best sounds in life. Make her smile keep & her happy. Look at how Rasulallah SAW would race his

wife Aisha RA in the desert. When was the last time we did something like that?

10. Always remember the words of Allah's Messenger SAW: "The best of you are those who treat their families the best. And I am the best amongst you to my family." Try to be the best!

Never forget to make dua to Allah SWT to make your marriage successful. And Allah knows best.

**Exporters of all kinds of Yarns, Textiles new
and second hand reconditioned machineries
second hand reconditioned Cars, Used Tyres
Used Motor Cycles and Buses**

**Only officially registered recognized
Memon company Japan since 1955**



MEIYO BOEKI SHOKAI

PROPALACE AZUCHIMACHI BLDG. 2F
1-619 AZUCHI MACHI CHUO-KU OSAKA (JAPAN)

MAILING ADDRESS
HIGASHI P.O. BOX NO. 163, OSAKA (JAPAN)

PHONE: (06) 6264-0190
FAX: (06) 6264-0147
E-MAIL: meiyō@warp.or.jp
E-MAIL: yusufjapanwala@hotmail.com
PRESIDENT: YUSUF M. BHADELIA

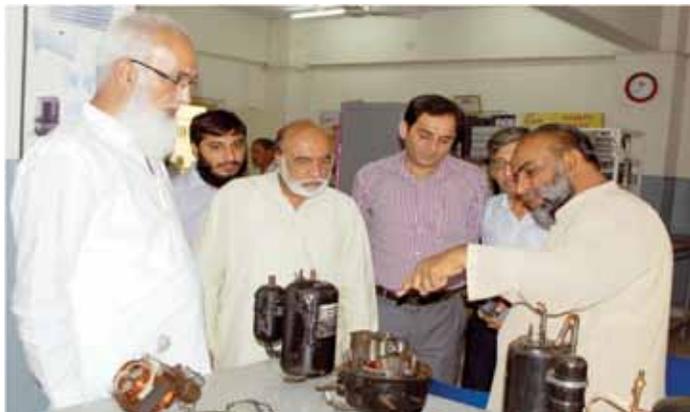
Memon Industrial & Technical Institute

Visit of Delegation of Kutiyana Memon Association

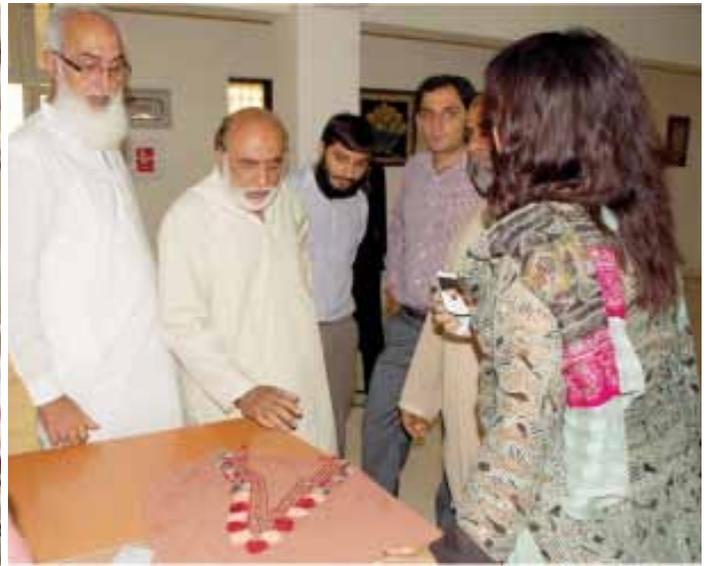
A delegation from Kutiyana Memon Association, Karachi visited Memon Industrial and Technical Institute on 15th April, 2013. The delegation was led by Mr. Rafiq Pakkel President of KMA. He was accompanied by Mr. Kareem Bhutani General Secretary of KMA, Dr Muhammad Aslam, Mr Latif Sanghani and Mr. Muzzamil Bhutani Members of Managing Committee, Kutiyana Memon Association.



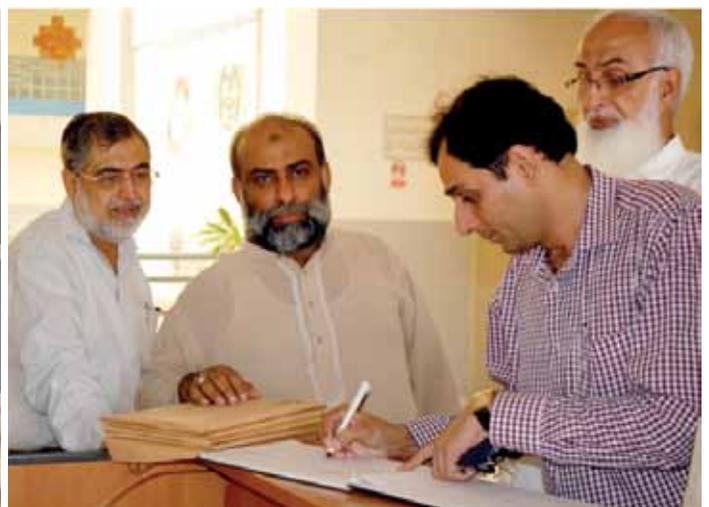
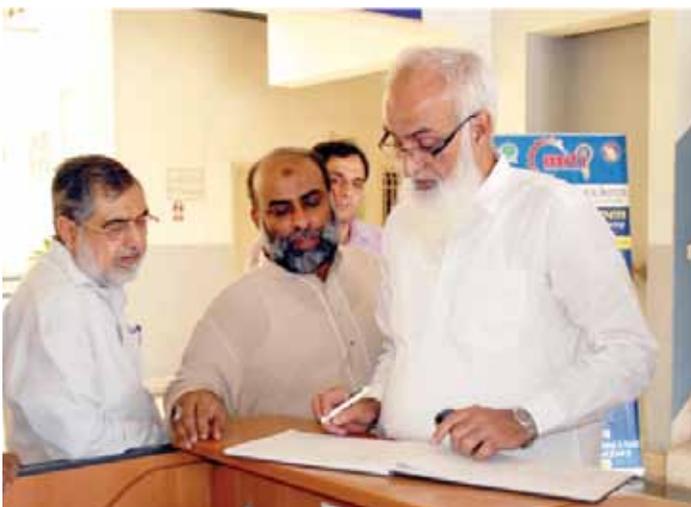
They were received at MITI by Mr. H.M. Shahzad, Chairman, MITI and Mr. Shahab Hasan, C.O.O. MITI. They were taken around the Institute and shown the facilities provided for the students including the class rooms and workshops.



They were very impressed by the facilities and took lot of interest in the ongoing trainings.



In their comments they praised the efforts of the Staff and management of MITI for creating such an atmosphere of learning. In their comments they wrote: "Today we have visited from KMA and found MITI most organized and systematic institute in the town."



They thanked Mr. Shahzad for giving them the opportunity to see the institute and said they would like to visit again and participate in this good cause.

Change for the better

There are two types of challenges that a society may confront. A society in political, social and economic crises readily accepts and absorbs changes in order to restructure itself while the intellectuals and ruling classes respond to the challenges of time. The result of this strategy is that it keeps the society far from chaos and disorder as its old institutions are reformed periodically preventing their collapse.

But when a society is attached to its traditions, cultural and social values, it may not be ready to bring any change and reform to its structure. In this case, it becomes stagnant and sterile.

If a society cannot alter itself at a time when it needs reformation of its traditions and institutions, all efforts for reformation become useless after passing the critical phase because by that time the roots of its institution become so corrupt that any steps to reconstruct them will fail.

Societies which follow the revolutionary process of reform look forward to the future. On the contrary, stagnant societies go back to their past roots and find solutions to their problems on the basis of ancient wisdom. Change in progressive societies is a pleasant experience while in stagnant societies, it is torturous and

painful.

The subcontinent witnessed several religious reformist movements in the 19th century. Two different movements emerged under different political and social circumstances to fulfill the demands of the Muslim community in India. Some appeared before 1857 while others occurred after.

At a result of the decline of the Mughal dynasty and the subsequent take over by the East India Company, the political and social condition of the Muslim elite classes became miserable. The Muslim nobility were disappointed by the loss of their

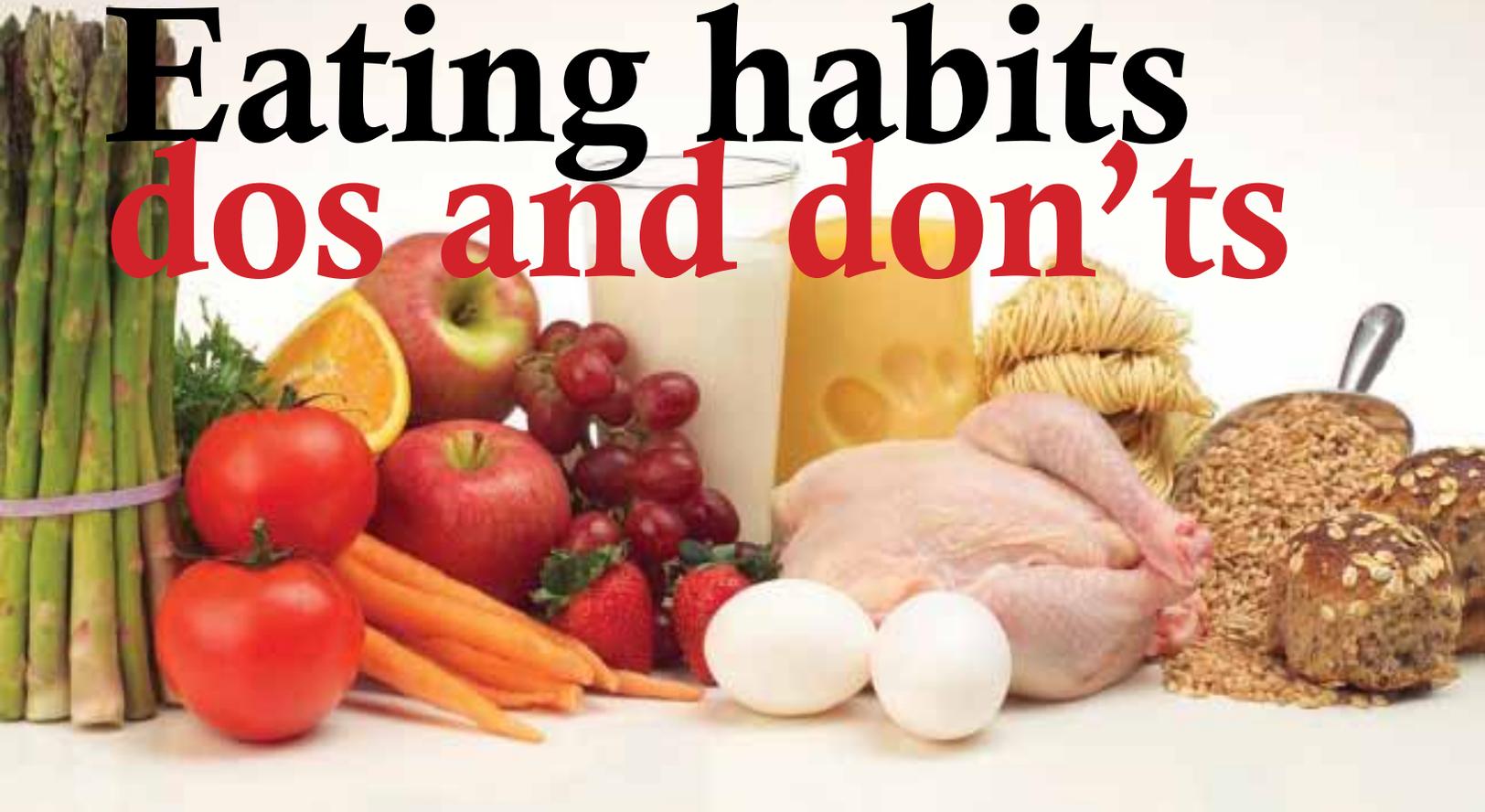
status but failed to analyze the emerging power of the Marhattas, the Jats, the Sikhs and the Rohillas who steadily weakened the Mughal rulers by attacking and plundering cities and towns. There is lot of material available in the historiography of the time where historians have graphically depicted the picture of decline and decay. Poets composed verses reflecting the dismal social and cultural scenario, but there were no intellectuals to lead the society out of this disorder by creating ideas and thoughts.

In the absence of intellectuals and thinkers, the ulema assumed the leadership of the Muslim community, using religion as a tool to reform, repair and reshape their political, social and economical condition.

The first half of the 19th century witnessed a movement known as Fraizi Movement in East Bengal, where the East India Company had established its rule after the Battle of Plassey. The change of political rule created a new conflict between Hindi landowners and the Muslim peasants. Among the landowners were some Muslims who had occupied landed property during the Mughal era. Extremist in their religious views, they held the local Bengali Muslims in contempt.



Eating habits dos and don'ts



Taking the right amount of nutrients is the key to maximum energy levels and healthy living. Besides sustaining a healthy lifestyle, a carefully planned diet helps prevent and curb many diseases like diabetes, renal infections and cardiovascular problems. Following specialized nutritional strategies reduces the risk factors and alleviates the symptoms, enabling the individuals to enjoy a normal life.

It is imperative to consume a balanced diet in order to obtain optimal nutrition and high energy levels, indispensable for living a good life. The optimal nutritional requirement varies for different individuals, depending on their gender, height, weight, age group and level of physical activity.

However, ingesting a diet deficient of the vital nutrients, leads to malnutrition and diseases such as ketosis, ricket, scurvy, etc., whereas a diet with inordinate calories and an imbalanced intake of proteins of proteins, carbohydrates and fats results in obesity and common medical disorders like diabetes, cardiovascular diseases, high blood pressure, etc. Therefore a balanced diet contains the correct proportion of nutrients essential for a healthy life.



Optimal nutrition is attained by introducing appropriate rations of 45 nutrients to the diet which can be largely classified as carbohydrates, proteins, fats, vitamins, minerals and water. Most of these are present in the diet we intake, nevertheless any gaps

in the diet can be filled by the dietary supplements.

To maintain healthy living, carbohydrates should be taken in sufficient amounts, as they are a major source of energy for the body. To meet the daily requirements, it is



recommended that adults should obtain 45 pc to 65 pc of calories from good carbohydrates found in whole grains, fruits, vegetables and beans. Likewise, a diet rich in proteins provides ample energy to the body, preventing it from exhaustion and sustaining healthy muscles, skin, nails and hair. Ideally the daily protein intake for adults ranges between 40g to 50g and can be acquired from foods like fish, meat, poultry, eggs, legumes, milk and nuts.

When combating diabetes, it is recommended to choose foods with high-fibre complex carbohydrates which digest slowly and release less insulin, providing the patients with lasting energy. Also moderate levels of fibre and proteins will keep the amount of glucose present in the blood in check. Similarly making small alterations in the daily diet like selecting brown rice instead of white rice, taking whole-wheat bread/pasta, limiting the intake of sugars and exercising regularly can help regulate diabetes naturally.

Certain nutrients which may seem to be healthy initially, can prove detrimental if taken in large quantities; for instance pa-

tients with renal infections may need to keep their blood protein level steady as it breaks down into a waste material called urea. High levels of urea in the blood cause fatigue, nausea and headaches, while low protein levels render the patient weak and unable to fight infections. Therefore appropriate amounts of proteins, sodium, potassium (high amounts found in bananas, tomatoes, oranges etc affect the heart beat) will assist an individual in managing chronic kidney disease.

Heart patients need to be thoughtful of the foods they ingest because they need to maintain lower cholesterol, control blood pressure and sugar levels and retain a healthy weight. Therefore instead of munching on saturated (solid fats) and trans-saturated fats (these raise cholesterol) found in deep-fried food, whole-fat dairy and refined pastas/rice, it is advisable that heart patients snack on fruits, vegetables, skimmed milk, whole-grain cereals and bread and exercise regularly to reduce the risk of heart disease or stroke.

On the other hand, consuming foods containing saturated fats such as butter, fries,

cheese and dairy products are harmful for the heart and contribute immensely to obesity as compared to unsaturated fats, present in high concentrations in olives, peanuts, avocados and canola oil. The sufficient intake of omega-6, a polyunsaturated fat needed for good skin is 17 grams for men and 12 grams for women. Similarly, 1.6 grams of omega-3 polyunsaturated fats, found in membrane lipids are sufficient for men and 1.1 grams for women.

Many people are unaware that vitamins and minerals are important for physical fitness e.g. 600ug of Vitamin A needed for clear vision, is required daily, while intake of 75 mg of Vitamin C is necessary for an active immune system. About 5ug of Vitamin D is important for strong teeth and bones and 10gm of Vitamin K is crucial for blood clotting. Vitamins are found in abundance in leafy vegetables, fruits, eggs, nuts and seeds.

Sportspersons also obtain energy from unsaturated fats present in vegetable oils, nuts and fish which help them in the long term. Last but not the least, staying hydrated is the key to a healthy life.

آہونٹ آہونٹ میں فروٹ



1st all Memon spelling bee competition 2013

World Memon Organization (WMO), Youth wing Middle East chapter

Report by: Muhammad Salmaan



Category 7 to 10 winners: Tameem Fahad, Dua Asif and Muhammad Salman Raza. Accompanied by: Mehmood Shaikhani.



Ladies Wing team



Category 11 to 14: 3rd Position: Mohammad Ebrahim



Category 11 to 14 winner: Sumaiya Adil Maklai



Category 11 to 14: Runner up: Muhammad Rafae

1) Brief outline of key topics and challenges faced/addressed in the event

The event was a foundation upon which the Youth wing Middle East Chapter was officially launched. During the event, the chairman requested the youth to join the youth wing for the betterment of the community and growth. The highlight of the event was the participation of three candidates from Far East chapter, hence gave the event a leverage point. The event was considered a mega event because of the number of participants who had registered. The biggest challenge was the noise pollution but it was eventually managed by the volunteers and support staff.

2) Key messages, outcomes, recommendations

- Mr. Ahmed Shaikhani spoke about

the importance of the youth wing and also how the community needs to grow further via such events organized frequently.

- Mr. Muhammad Salmaan highlighted the efforts of all the volunteers from youth wing and ladies wing who were present at the event. He also mentioned a special thanks to all the sponsors that were responsible for the event to happen.
- Sponsors include: Mr. Ahmed Shaikhani, Mr. Umar Maklai, Mrs. Sayeeda Yaqoob, S'zeen boutique, Vahedna trading co. & Petrochem.
- The competition was seen as a stepping stone, but due to some errors in mass marketing, there were a lot of last

minute changes to the competition's format. For future events a committee will be set up to discuss all the aspects.

- The reason for the event was justified, as the youth wing was able to gather up to 220 memons in one place and be part of the WMO event.

3) Conclusions by the Chair of the event

We had a simple plan for the event, and Alhumdulillah we achieved all our goals. We wanted the youth to gather in one place along with their parents and enjoy the event. And the youth wing's existence was also put out to the public. Our biggest gain from the event has been the increase in number of volunteers willing to join the youth wing and take part in the events



Category 15 to 17: Winner,
Mehak Sangani (Fareast Chapter)



Category 15 to 17: Runner
Up: Amani Javed



Category 15 to 17: 3rd Position:
Emad Sangani (Fareast Chapter)



From left Farzeen Patel, Mrs. Zeenat Lakhany & Yumna



Mrs. Shahida & Mrs. Habiba - Fee collections



Support staff: Zulaikha, Lubna, Sarwat & Iram



The WMO Youth Wing Middle East Chapter's Team.

From left: Mansoor Umer (Cricket Club Manager, Youth wing member), Mahmood Ashraf (Youth Wing member), Muhammad Salmaan (Chairman, WMO Youth Wing M.E chapter), Farooq Umer Maklai (Event Co-director, Youth Wing Member)

the youth wing organizes. The event did have a few problems such as the lack of communication between the youth wing and ladies wing, and also lack of planning. But the event received more praise than disgrace hence it was a successful event. The youth wing page on facebook has also seen a lot of improvement in terms of traffic on the page. All are positives we have taken from the event. But we will also consider the negatives and make sure that we do not repeat those mistakes and have a better planned event and much bigger one in size.

4) Attachments (List of winners from each category, teachers, and support staff and youth wing event team)

Facilitators:

Mr. Muhammad Salmaan (Event director)
Mr. Farooq Umar Maklai (Event Co-director)

Teachers' panel:

- o Mrs. Zeenat Lakhany
- o Farzeen Patel

Support Staff:

- o Ms. Zulaikha (Time keeper) o Mrs. Hamida (Scorer)
- o Ms. Sarwat Ashraf (Word list)
- o Mansoor Maklai & Fehmeed Ahmed (Entry checkpoint) o Ms. Lubna Maklai (Certificates)
- o Mrs. Ruhi Latif (Ladies Wing Volunteer's head)
- o Mrs. Shahid Vahedna & Mrs. Habiba Quaderi (Entry Fee collection and cross

- check) o Mrs. Zeenat Yaseen (Brochures and forms give away)
- o And the ladies wing volunteers.

Winners:

Category 7 to 10

1. Tameem Fahad
2. Dua Asif Jabbar
3. Muhammad Salman Raza

Category 11 to 14

1. Sumaiya Adil Maklai
2. Mohammad Rafae
3. Mohammad Ebrahim

Category 15 to 17

1. Mehak Sangani (Fareast Chapter)
2. Amani Javed
3. Emad Sangani (Fareast Chapter)



الْحِجَامَةُ



Memon Institute of Hijama Therapy

A Project of World Memon Organisation

بہترین علاج جسے تم کرتے ہو حجامۃ لگانا ہے (الحقیقت)

It is a great pleasure and honor for us to announce that MIHT is the first organized academic, research and training institute has been operative in Pakistan

Hijama and Health

In general Hijama is beneficial in all sort of Medical ailments. Particularly speaking best for Diabetes Mellitus, High blood pressure, Increase cholesterol, Jaundice (Hepatitis), Heart problems (Ischemic heart disease, Congestive heart failure etc.), Enlarge prostate, Anxiety, Depression, Sleeplessness, Gastritis, Memory loss, Obesity, Epilepsy, Disease of Bones and Joints(All types), Special gynecological problems, Hair loss, Piles, Stroke (paralysis), Kidney failure (On dialysis)etc.



MITI: Plot # ST- 118, Sector 36-I, (Civic Center-3) Korangi -5, Karachi
Tel: 021-35035541, Email: miht@wmomiti.com



Asthma

Every year in spring millions of people around the world suffer from asthma. It is a time when flowers blossom and grass is cut.

Asthma is an illness that narrows the breathing passages. As a result, not enough air can enter and leave your lungs. According to the World Health Organisation over 230 million people around the world are suffering from asthma. Among children it is the most chronic disease. While asthma occurs in almost all countries, asthma-related deaths happen mainly in the poorer countries of the Third World.

In America over 25 million people and 7 million children develop asthma every year. The disease is more common among African Americans. The death rate among this group is five times as high as among whites.

The WHO warns that asthma rates are increasing by 50 % every ten years. Asthma also causes a loss of business and does damage to the economy because many people stay

at home when they are ill.

Asthma occurs when tissue in your throat begins to expand or swell. Muscles in these passages become tighter and cells begin to produce some sticky substance, which makes airways even smaller. This makes it difficult for air to flow into your lungs.

When this happens we call it an asthma attack. Victims fight to get enough air into their lungs, sometimes they have to cough and they breathe heavily. Sometimes asthma victims have a pain in the chest.

Doctors are not sure what causes asthma. Some argue that environmental influences are the main factors; however, some doctors claim that genes are also responsible for asthma. Almost half of the parents who suffer from asthma will also pass it on to their children. 70% of all people who have asthma also suffer from allergies, when the body reacts in an unusual way towards mostly harmless substances.

Many things can trigger asthma attacks,

sometimes pollen that fly through the air, and dust, animal hair, mold or dampness. Air pollution from motor vehicles, factories, smoking, household sprays and other chemicals can lead to asthma. Exercising in cold weather can also trigger an asthma attack.

Many doctors prescribe asthma patients albuterol. Asthma victims often use a machine that turns this medicine into a fog-like spray that is connected to a mask that fits over your nose and mouth. It helps reduce the swelling of the airways.

There are some things that individuals can do to reduce the suffering caused by asthma. They should know when and how to take their medicine and how to treat asthma attacks when they occur.

There are also new methods that have been tried out. Researchers have tested a new vaccine that protects people from dust. It produces dust particles of its own and makes the human body immune to dust.

Don't let **summer** just pass-by

Sweltering summer brings with it miseries for the masses but fabulous business opportunities for some. Drenched in sweat during scorching summer afternoons, people try to find every possible way to beat the summer blues. And while waiting for public transport at the bus stop under the boiling sun, what could be a better treat than a glassful of sugarcane juice.

Roadside carts selling fresh fruit juices, lassi, lemonade and not to forget the yummy gola-ganda (shaved or finally crushed ice topped with colorful syrups, coconut powder and sweetened condensed milk) are a common sight providing great business at a smaller scale. At a large scale, branded ice creams, bottled juices, artificially flavored drinks and mineral water offer larger profits. These days, ice cream comes in various shapes and flavors to attract more customers especially children. Besides, famous restaurants too have introduced their own brands of ice cream to earn more profit.

That's not all, there is much more when it comes to cashing in on the sizzling summer.

Recreation – Summer brings long vacations which many takes as an opportunity to provide recreational activities to people, especially the younger ones for whom a break in the sun-drenched summer is no less than a blessing.

Summer camps are a booming business and a large number of parents send their kids there to keep them involved in healthy recreational activities and spend their leisure time in creative pursuits.

Travel agencies, too, find summer season lucrative for business and offer various domestic and international travel packages, knowing that people go to the country's hill stations to ward off the summer heat or to Western countries where summer is not as intense as in Pakistan.

Besides businesses, like summer camps, travel agencies and irresistible water parts; summer has a lot to offer to the smaller recreational businesses as well. This can be witnessed at picnic points such as Sea View in Karachi where horse riding, camel riding, photography, snacks and handicrafts excel.

And how can we forget the amazing rides



at the various amusement parks and picnic spots. People visit these places throughout the year but business reaches its peak during summer holidays.

Gone are the days when during summer, women found it really difficult to choose party-wear dresses as the boiling temperature doesn't allow to wear silk and synthetic material. During the day they would wear lawn but lawn was too simple to be worn for formal occasions.

But today when almost every already established clothing company as well as celebrity-turned-business-person has launched their own lawn brands, people do not have to worry about 'what to wear' which is both stylish and comfortable. With lawn now available in unique prints and also adorned with beautiful embroidery/embellishments, it's easier for people to wear lawn casually as well as on formal occasions.

But this comfort combined with style is not really easy to afford as all branded lawns are quite expensive. Besides the fabric quality and the cost of embellishments on it, the company's or celebrity's name is also used to cash in on summer trends.

Summer brings with it lots of problems related to skin and hair that need to be tackled by carefully selecting the 'right' personal care products. From sun blocks, fairness

creams, oil control face wash, cleansers, scrubs, shampoos and prickly heat powders to perfumed soaps, body sprays and deodorants, markets are flooded with personal care products and it is really hard to choose from such a wide variety of options available.

Analyzing the demand of such products, well-known companies make every possible effort to capitalize on people's wish to beat the summer's effects on their face and body. They are not only profiting from their already established brands but are also expanding their businesses by launching new products. For example, soap manufacturers are now making shampoo, hand wash, face wash and body wash too, consequently challenging the established brands.

Summer is an ideal season to lose weight as the body tends to burn more calories due to increased atmospheric temperature. And with many people facing weight issues, health clubs and gyms leave no stone unturned for boosting their profits. Special packages are offered by gyms during summer and people obsessed with losing weight don't mind spending thousands of rupees in the hope to get a slimmer body. Special emphasis is given to swimming classes as you burn more calories while swimming, compared to other workouts, and that too without sweating.



Beat the summer heat

The hot summer has announced its arrival. As the mercury rises and the sweat trickles down our body, a feeling of lethargy and dehydration takes over our body and we tend to become less productive. What we eat and what precautions we take to beat the summer heat makes a difference to our ability to cope up with the summer season.

Here are some tips that enable our body to cope better with the heat and survive the long summer ahead.

1. STAY HYDRATED

A cold glass of water helps lower down the body temperature at any time so drink lots of water during this season. Also increase the use of hydration salts and tablets, fresh juices, milk shake and smoothies. You can also store water bottles in the freezer and wait for the water to turn into ice. Once done, take a bottle when you go outdoors and drink the cold water as the ice melts.

2. TURN OFF UNNECESSARY APPLIANCES

Appliances and other devices create their own heat when they run on electricity. Turn off the TV and unnecessary lights. This helps reduce heat circulating within the room. Open your windows as well so that the breeze can come in.

3. KEEP A SPRAY BOTTLE WITH YOU

Nothing cool down skin so much as cool

water. When you are traveling or even if you are indoors on a warm day, carry a small spray bottle filled with cool water with you and spray the water on your face quite a few times in a day

4. ARRANGE THE SCHEDULE

Have outdoor activities in the cool hours of the morning and when the temperature rises, move indoors. Reserve indoor activities till the hot sun goes away and fill your evenings with activities.

5. RUN WATER OVER PULSE POINTS

Running water or ice bags over pulse points like your wrist or neck helps cool the body because the body takes it temperature cue from the temperature of your major veins.

6. GO SWIMMING OR RUN UNDER THE SPRINKLER

The one sport that won't make you sweat in summer is swimming. If you have no access to any pool, run around under garden sprinklers or the spray of your garden hose.

7. CHOOSE YOUR CLOTHES WITH CARE

Avoid wearing tight clothes or clothes in dark colors. They tend to keep in your body warmth. Opt for loose, cotton or lawn in light colors instead.

8. AVOID CAFFEINE

Avoid caffeine during summers because caffeine has the tendency to easily dehydrate the body.

9. GET A PORTABLE FAN

Take cooling aids to the next level by buying small, portable battery-powered fans.

10. WEAR A HAT

The sun's rays hitting the head can make you hot-headed. Wear a hat to keep your head cool.

11. EATING HABITS DURING SUMMERS

Adequate water consumption is essential when the heat and humidity are depleting your body's water content. Water may be obtained in the form of beverages however an excess of sweet drinks will add to your calorie count. Fruits and vegetables tend to be high in water content. Vegetables like cucumber, lettuce have very high water content. Watermelon, grapefruit, strawberries also have a high water content and low calorie content.

There are certain kinds of foods that require less water for digestion hence assist the body in retaining water. These include the following :

- Yogurt and cheese
- Buttermilk (lassi)
- Rice and rice products
- Cereal, oats and couscous
- Potato and sweet potato

During the long, hot months ahead, favor fresh fruits and vegetables and goods that are light and easy to digest, since keep cool starts from within.



ArmyCo.

ARMY SUPPLUS STORES

60 Mitchell Street, Pretoria West, Gauteng.

Tel: (012) 327-3282 Fax: (012) 327-1194 Cell: 082 898 7961

E-mail: army@armystores.co.za Website: www.armystores.co.za

www.armystores.biz

0861 FREE **110326**

Tents • Plastic Tarps • Jerry Cans • Blankets • Kitchen Sets • Relief Items • Logistics

**Importers, Exporters, Manufactures & Traders Of:
Aid & Relief Equipment, Camping, & Outdoor Suppliers, General Commodities
and Sourcing agents!!**

We are based in Pretoria, South Africa. We serve the local and re-export markets in and around the globe. Our aim is to better serve our clients and source ready stocks of items that are urgently needed in Africa and around the globe. Customer service is a priority with us, you will be pleasantly surprised at our quick response time to your enquiries. We go the extra mile to locate products you need just ask!! We are currently supplying many traders such as: NGOs, Aid organizations, Camping wholesalers, Chain stores, Military and Defense Forces, Building contracting companies, General merchants and a Agents from across the globe.

CORR-FORM

ROOFING, MANUFACTURERS, & SUPPLIERS OF STEEL PRODUCTS

CORRUGATED • IBR • WIDE-SPAN

- CORRUGATED ROOF SHEETING
- IBR ROOF SHEETING
- ROUNDED GUTTERS
- SQUARE GUTTERS CORNER
- FLASHINGS
- ROLL UP RIDGING
- BULL NOSING
- SELF DRILLING SCREWS
- ZINC ROOF TILING
- DOWN PIPES
- GUTTER BRACKETS
- GUTTER OUTLETS & CLOSURES



AVAILABLE IN CHROMADEK, GALVANIZED & ALUZINC

TEL: 012 327 1121 FAX: 012 327 1199
315 Soutter Street, Pretoria West, 0183
E-mail: army@armystores.co.za

Directors: Sikander, Feizul & Aadil N.M. Ayob

Tragedies that could be avoided

The normal methods of transport for carrying school children are a school van, shared taxi, auto rickshaw or other forms of para transit. The informal operators extend this service at a price affordable to their clientele, the quality and safety is conveniently compromised.

Time and again, we come across news of tragic accidents, that could have been avoided with little pre-hand precaution.

Only recently some fourteen school children and a teacher perished after their van caught fire in the pre-urban area of Gujrat while on their way to school. As per news reports a fire in the electric wires in the van, presence of petrol in a bottle inside the vehicle and inappropriate change over from Compressed Natural Gas to petrol by the driver could have been the causes of the tragedy. There are many important issues that emanate from this tragedy and are valid for other cities in Pakistan also.

There is a mismatch between the rising urban population and available options of quality education in various cities cross the country. In most parts of the country, the government or municipality-run schools are suffering from acute problems of management crisis of one sort or the other. It compels the parents to opt for private schools which have organically sprung up in every nook and corner of our cities. Since these schools have to function on a self-finance basis without any direct or indirect support from the state, they become deficient on many counts.

Operation from under-spaced residential or non-purpose built accommodation is the foremost problem. Many houses in the low middle and upper income neighborhoods in Karachi, Hyderabad, Lahore, Gujranwala,



Gujrat, Peshawar, Quetta and other large and small cities have been transformed through the self-initiatives of school entrepreneurs. The key driving criteria is the possibility to attract enough school children that could keep the school financially viable. The managements of each schools spend less and with to earn more.

Many safety procedures are conveniently compromised. The location of the underground tank and its opening lid is often found accessible to children who out of common mischief can open it and run into the hazard of drowning. Installation of the electricity distribution board, motors for pumping and sucking water and other power installations are normally exposed without safety barriers. Schools in semi-urban areas are also run in very shabby accommodation, incidences of walls or roofs caving in are tragic frequent mentions in interior Sindh, rural Punjab and Khyber Pakhtunkhwa. Outside the schools in busy locations, the menace of rowdy traffic poses an alarming threat to school children. Even in the schools located on Sharea Faisal in Karachi, rated by some as a VIP corridor, the problem of pedestrian movement and crossing is intense especially during the

morning and afternoon.

School transport is a sad reminder of the neglect the governments have extended towards the education sector. It is disappointing to note that scores of donor-funded programs have been executed in different regions that focused on different dimensions of education, but none paid any heed to issues pertinent to the commuting of students.

It is a common observation that parents make the rational choice of enrolling their offspring in a quality school which is within their means. Often such schools are located far away from their residences. The normal methods of transport are a school van, shared taxi, auto rickshaw or other forms of para transit.

There are several ways to deal with this situation. The objective reality is that in the absence of purpose-built and conveniently located school campuses, the dependence on school transport remains intact. As Gujrat has been the immediate victim of this avoidable inferno, the incoming concerned Government will do well to consider reforming the school transport sub-sector. It can become an example worth emulating by other provincial governments.



ENERGY
CONSERVATION
INITIATIVE

USE YOUR POWER TO CONSERVE



WORLD MEMON
ORGANISATION



MEMON INDUSTRIAL &
TECHNICAL INSTITUTE



KARACHI ELECTRIC
SUPPLY COMPANY

KHIDMAT MEIN ROZHAN

SMART TIPS TO SAVE ENERGY & ENVIRONMENT

ENERGY EFFICIENT LIGHTING



- Replace old lighting fittings with modern LED lights as they consume less energy without disturbing the required illumination level and bring substantial savings in your **Electric** bill per month.
- A 30W Energy Saver can save up to 75% electricity. It is brighter and lasts 10 times longer than the conventional Incandescent Bulb.
- Paint selection may also help in reducing energy bill cost. Choose lighter shades as they reflect up to 80% of light.
- In most homes about 10%-15% of the **Electric** bill is for lighting. Always turn off the lights when you leave a room.
- Stop using an Incandescent Bulb, as it uses 90% of its energy to produce heat and only 10% to give light.
- Use natural daylight wherever possible.
- Use a dimmer. Light dimmed to 50% of its brightness may save you 25% of electricity.

LOVE YOUR ENVIRONMENT



- By adopting an energy efficient lifestyle, you can alone reduce carbon emission by 6% to 8%.
- If **ONE MILLION** Karachiites just switch off a TV from **MIDNIGHT TO 6:00 AM**, we can conserve 120 MW on sustainable basis.
- If **ONE MILLION** Karachiites convert from CRT to LCD, we can conserve up to 70% of energy, resulting in 60MW on sustainable basis.
- Early closure of **SHADI HALLS** helps to conserve 45MW on sustainable basis.
- Every unit that burns releases 3.75lb of CO₂ in atmosphere, so minimize undue use of electricity.
- Plant as many trees as possible. They **ABSORB THE CARBON DIOXIDE** emitted by burning of fossil fuel and **IMPROVE AIR QUALITY** by filtering harmful dust and pollutants.
- Emission of 487 million lbs of CO₂ can be reduced by saving 100MW, which will make way for a healthier environment.

ENERGY EFFICIENT HOUSEHOLD



- Don't open the microwave oven door too often, as each opening leads to a temperature drop of 25°C which consumes more **Energy**.
- Avoid using UPS in daytime as a normal UPS consumes 300W - 400W more power to recharge the battery. On the other hand, switching to a **SOLAR UPS** will help to conserve approximately 100 MW.
- Keeping hot food in fridge makes the appliance consume more **Energy**.
- Leaving the door open for a long period makes the refrigerator and deep freezer consume more Energy.
- Keep regular check on your refrigerator and deep freezer **BASKETS, CONCEALING RUBBERS** and **COMPRESSORS** for leakages. It will help in maintaining the appliance's efficiency, resulting in less consumption.
- Standby modes of all appliances keep sipping away energy. Unplug them if not in use.
- Avoid using heavy load appliances, such as **Air Conditioners, Microwave Ovens, Washing Machines, Dryers, Electric Irons, Electric Ovens AND WATER PUMPS** at the same time. Divide your load during the day, avoiding peak hours (i.e., 7 PM to 11 PM).

ENERGY EFFICIENT COOLING



- Keeping AC thermostat at 24°C can reduce your monthly bill by 30%. You will still feel cool and comfortable.
- Use **HEAT REJECTION ULTRAVIOLET SHEETS** on windows to reduce energy consumption of the AC. This will help in saving up to 30% of electricity.
- Set the thermostat higher at night, as your body can tolerate higher temperatures when you're sleeping.
- Keep your outdoor unit shaded but with good airflow. A condenser unit kept in shade is more efficient than the one in hot sunlight.
- Keep your air conditioner serviced regularly. Clogged filter reduces AC's efficiency and puts added strain on the fan motor.
- Insulate your roof. Rooftop gardens also provide a lot of insulation in summer.
- Make use of curtains, shutters, blinds, and awnings to keep sunlight from turning into indoor heat. Use a light fabric for curtains.

ENERGY CONSERVATION INITIATIVE

Dubai

A Persian Gulf Emirate

A strange oasis of fantastic skyscrapers emerges from the desert floor. The city sprawls over the sand and creeps out to the sea, man-made islands dot the coast line. Tourism, business and construction keep the city busy, even at night. Dubai, once a Bedouin outpost displays capitalism at its peak.

The discovery of oil in 1966 turned the city from a quiet fishing and pearl-exporting town to a rich oil sheikdom. But because its oil supplies are slowly running out, the royal family has decided to make the emirate a financial centre and tourist destination. Since the 1980s they have been investing and pouring money into Dubai. The strategy has worked. Today the emirate gets only very little money from oil but its gross domestic product has exploded.

Dubai is perhaps best known for its seven star hotel, the Burj Al Arab, a sail shaped luxury accommodation which only has suites. In 2008 the construction of the Burj Dubai, the tallest building in the world, will be completed. It consists of a palm-shaped island of apartments and villas that extend out to the Persian Gulf and even can be seen from space.

Soon Dubai will boast the world's largest mall, longest indoor skiing slope and the

biggest theme park. There are even plans to build a group of buildings that look like chess pieces on a chess board.

Sheik Mohammed has extended his vision past gold, ski runs and oddly-shaped islands. He wants Dubai to become the Middle East's number one financial centre, something like a mini New York or London – ready to store the vast wealth of the Persian Gulf.

In order to attract businesses and banks Dubai has its own Financial City that has its own courts and economic laws - independent from the emirate's more old-fashioned bureaucracy. Nearly every bank in the world has a branch there. Dubai also owns 20 % of NASDAQ, the American stock exchange. The country is America's strongest ally in the region and hosts more Navy ships than any other country.

However, despite all of these positive aspects, there are also dark sides of this Middle East wonder. Only one eighth of Dubai's population are citizens of the Emirates. The nationals stand out with their white long sleeved robes for men and black gowns for women. They represent the wealth and own the property of Dubai. The others are expatriates and migrant labour workers. With so many foreigners in

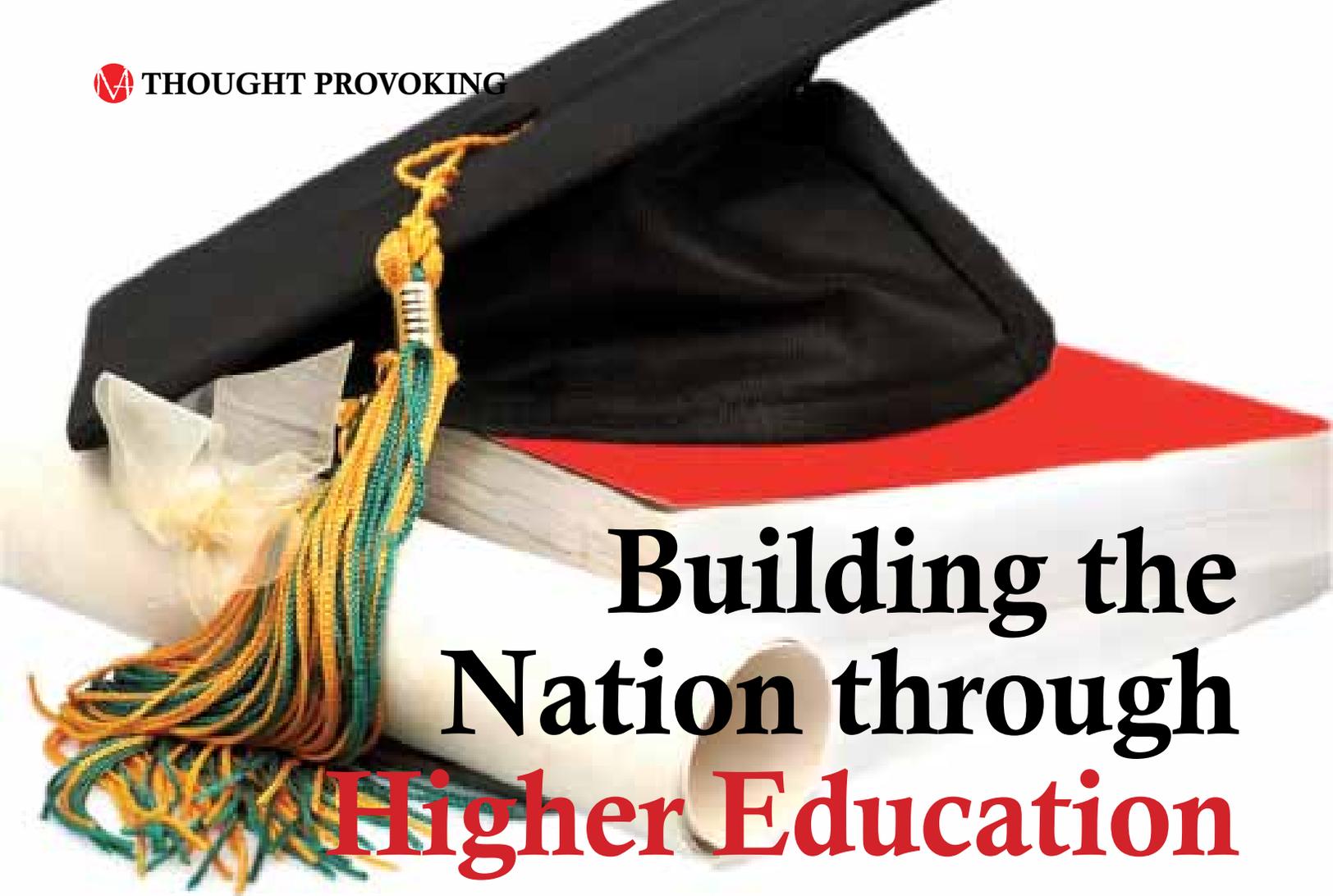
the country people ask if Dubai has traded culture for profit.

Migrant labourers make up 60 % of the population. They are promised well-paid jobs in their own country and often have to pay a high fee to get them as well as plane tickets and visas. When they get to Dubai employers often seize their passports and withhold two months pay as security.

When they finally get their money it turns out to be very low – not even 200 US dollars a month. They often have to live in labour camps outside of town. Sometimes employers make them sign contracts that keep them at the same company for a few years and don't allow them to change.

Building skyscrapers and man-made islands is also dangerous work. A few hundred deaths related to work are reported almost every year. Although the UAE has labour laws companies are not punished if they don't obey them.

But in spite of this, Dubai has also has a dark side – that of money laundering, prostitution and smuggling rings. The city's migrant workers, mostly from southern Asia suffer from low pay and dangerous working conditions .



Building the Nation through Higher Education

Universities are the most important producers of knowledge, which is the driving force for prosperity and increased standard of living. Models of economic growth have underscored the central role of knowledge accumulation to gross domestic growth. If one really wants to know how a country is going to do in the 21st century, do not count its oil reserves or natural resources, count its highly effective teachers, committed students and dedicated researchers. Today's learning outcomes at educational institutes are a powerful predictor for the wealth and social outcomes that national will reap in the long run. Knowledge and skills have thus become the global currency of 21st century economies, but there is no central bank that prints this currency. Countries will have to decide on their own how much they want to print, which will set their future course of social and economic prosperity.

The modern universities with their mix of teaching, innovation and research, are today very different from the universities of yester years, which only served as teaching grounds. By introducing innovation, creativity and inter-disciplinary research as vital components or teaching, and with knowledge, exchange of technology transfer programs, the university contributes more directly to the society and economy than many other institutions.

The higher education sector worldwide

is faced with multiple challenges. However, fortunately in Pakistan the concerned education centre has kept itself abreast of all global developments and has taken numerous measures in improving the quality and relevancy of education and research at universities. It has made tremendous progress despite constraints in funding and every step to recognize itself being a success story among various global higher education communities.

Among various challenges faced by the education sector, the first challenge is to increase equitable access to higher education. Enrollment in universities is now increasing at an average of 15-20% a year, which is phenomenal. It only shows how starved our nation is for want of higher education. In the last 10 years, the number of recognized universities has increased considerably. Today there are universities or their campuses in all corners of the country. However, despite an increase in accessibility to higher education from the previous 3% to over 8% now, we are still significantly below other emerging economies like Malaysia and Turkey. However, growth is only possible if government provides sustainable resources to the public sector and facilitation to the private sector. Otherwise millions may not be able to achieve liberal education and find a means to upward economic mobility in a country where half the population is below the age of 18 and 40%

live below the poverty line.

The second challenge is to improve quality. This will monitor the in-house quality as well to effectively enhance quality at the universities. The rating criteria for private universities have been considerably enhanced and as a result today there are no sub-standard universities in Pakistan. Simultaneously, the criterion to establish new universities in the private sector has been rationalized to enable more universities to be established for an increased equitable access without compromising on quality.

The third challenge is enhanced and relevant research. There can be no value addition without knowledge creation. Focusing on this aspect, the number of Ph.D. faculty and Ph.D. students in universities have more than doubled in the last four years alone. However, despite this increase, only 25% of the faculty have Ph.D. degrees. The target is to increase it to over 40% by 2020.

We have finally started getting return of our investment on higher education. A significant human resources have been developed, knowledge capital has been created and processes and systems have gained strength. All stakeholders including the Government, must now move forward collectively to further strengthen this institution for the betterment of future generations, and for the prosperity of Pakistan.

Best Compliments From Timex & Fergasam Group

Exporters of High Fashion
Ladies Garments

No:455/1, Baudhaloka Mawatha, Colombo 08.

Telephone: +94 11 4728200/4828000

Fax: +94 11 4728258/9

E-mail: info@timexsl.com/info@fergasam.com

Web : www.timexsl.com/www.fergasam.com

મેમણ આલમ (WMO)



ગુજરાતી વિભાગ સંપાદક: ઉમર અ. રહેમાન ખાતાણી

મુંબઈની હમોદીયા મસ્જિદ પ્રકરણ:

કચ્છી મેમણ કોમળા જમાણીના સદમુદરચા મહુમ્મ મહમદ ઠાણુ ઠાલિમ પેડે ઠાણુ શેઠની બલિયત મુજબ તેમની મિલકતના દુસ્તીઓ ઘોરીશ શેઠ ઠાણુ શુભમાન અબ્દુલ વાહેદ, શેઠ ઠાણુલિમ ઠાણુ ઠાણુન વાલમુદા J.P. શેઠ ઠાણુ ઠાણુન તેમજ ઠાણુની અને શેઠ સિદ્દીક દુસેન તરફથી પાચઘોની પોલીસ ઘોડી સામે એક મોટી આવીયાળ મસ્જુદ બાંધવાતું કામ આજથી આપરે ૩ વર્ષ ઉમર ઠાણુ કરવામાં આપ્તું હતું પરંતુ કામ બંધ થવા આગમજ દુસ્તીઓ પોતપોતાના મતભેદમાં પડવાથી મસ્જુદનું કામ અતંતર રહેવા પડ્યું હતું. મસ્જુદનું બાંધકામ એવો કોતે જ્યાં જ્યાં વર્ષ થયા બંધ પડી જવાથી તે બાબતે તરેહવાર અરજવાઓ અને હવામતોએ જવમ લેવાને હતી.... લાંબા વખતથી બંધ પડેલા આ બાંધકામ છેલ્લે અમુ પાણુ ઘાણુ અમુ... અને ગઈ તા. ૨૦મી જાબાન ઠિ. ૧૩૨૮ની નમાઝ માટે મુરબી મુકવામાં આવી છે. પરિચલનામામયં મસ્જુદ બાંધવા માટે રૂપિયા બે લાખની રકમ કાઢવામાં આવી હતી અને તેમાંથી રૂા. ૧,૧૦,૦૦૦/-ની જગ્યા લેવામાં આવી બાકીના રૂા. ૯૦,૦૦૦/-ની રકમ બાંધકામ માટે હતી. અરુઆતમાં જયારે દુસ્તીઓએ ખાલ લેવાર કહ્યું તેજ વખતે મહુમત્તા એક વારસ અને એક દુસ્તી શેઠ સિદ્દીક દુસેને તે ખાલ ખેંદને જ લાંબે લીધો કે મારા ધારવા મુજબ બાકી રહેલી

રૂા. ૦૦,૦૦૦ની રકમથી ખાલ મુજબનું બાંધકામ થઈ રહ્યે નહી તેના જગ્યામાં બીજા દુસ્તીઓએ એ રકમ પૂરી થઈ જાય અને રકમમાંથી

કોમ ઉપરાંત આપરે રૂા. ૭૦,૦૦૦નું કામ બાકી રહેલું હોવાથી એટલે બાંધકામની રકમ રૂા. ૯૦,૦૦૦/-ના બદલે રૂા.



ખાલ મુજબ બાંધકામ પૂરું કરી આપવાની ઇચ્છાત આવી. જેથી શેઠ સિદ્દીક દુસેને પોતાનો વાંધો પડતો મુકવો અને દુસ્તીઓએ બાંધકામ શરૂ કર્યું પણ સોડા વખતમાં શેઠ સિદ્દીક દુસેનની ચાલ ખરી પડી અને બાંધકામ માટેની રકમ રૂા. ૨૦,૦૦૦ ઉપરાંત આપરે ૩૦ થી ૪૦,૦૦૦ રૂપિયા ઠાણુ ખર્ચાઈ જતા પણ કામ અધૂરું હોવાથી તેમજ કબ્રાઈટનો કેલએક ડિગ (કે જે વમુલ કચ્ચ તેણે દુસ્તીઓ ઉપર હાઈકોર્ટમાં ફરિયાલ માંડી છે)બાકી હોવાથી દુસ્તીઓમાં એ રકમ કેમ પૂરી કરવી તે બાબત વાંધો પડ્યો. શેઠ સિદ્દીક દુસેને પ્રથમથી જ શેલવાને આપેલી હોવાથી પરિચલનામાના ઉપરાંતની રકમ બાકીના દુસ્તીઓ પોતપોતાની તરફથી ચરાને ભાગે ભરપાઈ કરી આપે એવો વાંધો શેઠ સિદ્દીક દુસેને લીધો જયારે બીજા દુસ્તીઓ મહુમત્તે બીજી મિલકતમાંથી લેવા માગતા હતા....અજ્ઞાઈટલા મોઢા ડિગ અને

૨૦૦,૦૦૦/- (બે લાખ)ની વધી હતી અને મતભેદના કારણે જ મસ્જિદનું કામ બંધ પડ્યું હતું. આબાર છે કે તેઓ એક વાલમુદા બંધ રહે તેના બદલે દુસ્તીઓ સાથે સમાજુદી કરી મજબુર મસ્જિદનું બાંધકામ પોતાના ઠાવમાં ભઈ પોતાના ખર્ચે તા. ૨૯ જાબાન ઠિ. ૧૩૨૮ના ઘણીજ ધામધૂમ સાથે નમાઝ માટે ખુલ્લી મૂડી....

'મેમણ પ્રકાશન' ના અંક ૧૯૦૯ના એક અંકમાંથી માલાવદરમાં લેલ્ય કિપાર્ટમેન્ટનું ઉદઘાટન માલાવદર: તા. ૨૯-૫-૨૦૧૩ના રોજ મેમણ જમાણા આમંત્રિત મુદરચોની એક સામા માલાવદરના મે. જ્યાયાધીજ જ. મુહમ્મદ દુસેન બી.એ., એલ.એલ.બી.ના પ્રમુખપદે ભરવામાં આવી હતી.

જ. પ્રમુખ સભેએ એ પ્રસંગે પોતાની ઘેરક તકરીરમાં પ્રજાની

તંદુરસ્તી માટે હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટની અનિવાર્ય જરૂરત ઉપર ખાસ ભાર મૂકી જણાવ્યું હતું કે કવોલીફાઇડ મિડવાઈફોની વ્યવસ્થા કરવા અંગેના મેમબર કોન્ફરન્સની પહેલી બેઠકના ઠરાવ ઉપર આજે મેમબર જમાઅત તરફથી અમલ થઈ રહ્યો છે એ જોઈને મને ઘણો આનંદ થાય છે આ વ્યવસ્થાથી આપણી બહેનોને સુવાવડ અંગે ઘણી સગવડતા મળશે તથા સ્ત્રીઓની બિમારીઓનો પણ યોગ્ય ઈલાજ થશે. વધુમાં તેમણે કેળવણી માટે અને ખાસ કરીને સ્ત્રીઓને ઘટતી કેળવણી આપવાની જોગવાઈ કરવાનો આગ્રહ કરી કહ્યું હતું કે એના ખર્ચને અગર મેમબર જમાત ન પહોંચી શકતી હોય તો તેણે સ્ટેટ પાસેથી મદદ મેળવીને પણ આ કામ કરવું જોઈએ.

હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટના સેક્રેટરી શેઠ અબ્દુલ ગની ગાંધીએ જણાવ્યું હતું કે: માણાવદરમાં મેમબર જમાત તરફથી એક મિડવાઈફને નોકરીમાં રાખેલ છે અને મેમબર કોમ તથા બીજી ભાઈબંધ કોમોના લાભાર્થી સુવાવડ તથા બાળઉછેર વગેરે માટે જે હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટ ખોલવામાં આવેલ છે તેમાં મેમબર જમાત તરફથી જેટલું ફંડ થાય તેટલી રકમ મેમબર જમાતના હાલના પ્રમુખ શેઠ આહમદ હાજી અબલ આપે. તેવી રીતે ગોઠવણ થતાં ફંડ રૂ. ૨૫૦૦ થતાં રૂ. ૨૫૦૦ શેઠ આહમદ હાજી અબલે આ સંસ્થાના નિભાવ ફંડમાં આપેલ છે તેવી રીતે રૂ. ૫૦૦૦ કેપીટલ અમારી પાસે બેલેન્સ છે. તેથી આવા ઉપયોગી ખાતામાં આપણા ભાઈઓ સારા અવસરે મદદ કરતા રહેશે. એવી અમારી આપ સાહેબોને અપીલ છે.

તે પછી જમાતના સેક્રેટરી શેઠ આદમ મૂસા ઉમરે પોતાની તફરીરમાં કોન્ફરન્સનો ઠરાવ પંદર વર્ષ પછી આજે અમલમાં આવી રહ્યો છે તે માટે

પોતાની ખુશી જાહેર કરી હતી અને શેઠ આહમદ હાજી અબલને આ હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટ ખુલ્લું મૂકવાની વિનંતી કરી હતી.

સેક્રેટરી સાહેબની દરખાસ્ત ઉપરથી શેઠ આહમદ હાજી અબલે દવાખાનાની ઓપર્નીંગ સેરેમની કરવા ઉભા થતાં લાગતા વળગતા ભાઈઓનો પોતાને આ ઈજવત આપવા બદલ આભાર માન્યો હતો અને જણાવ્યું હતું કે મેં મારી ફર્મ બજાવ્યા સિવાય બીજું કંઈ કર્યું નથી.

આ ડિપાર્ટમેન્ટ ખોલવાની મારી તમન્ના ઘણા વર્ષોથી હતી, તે ખુદાના લાખ શુક્ર છે કે જમાતના ભાઈઓ તરફથી પૂરતો સહકાર મળતાં આજે ફળી છે. સેક્રેટરી સાહેબના રિપોર્ટ ઉપરથી આપ જોઈ શકશો કે તે રકમ પૂરતી નથી, પણ થોડું થોડું

કરતાં આપણે મોટું ફંડ જમા કરી શકશું અને તેમાં આપણા બંધા ભાઈઓનો સાથ હશે તો ટૂંક વખતમાં જ આ ડિપાર્ટમેન્ટ સારા પાયા ઉપર પહોંચી જશે. હાલની રકમ ઓછી છે તે માટે હું પણ આ સંસ્થાને વખતો વખત મદદ કરીશ અને તા. ૧લી મે ૧૯૪૬ થી તા. ૩૦ એપ્રિલ ૧૯૪૮ એટલે ત્રણ વરસ સુધી વાર્ષિક ગ્રાન્ટ રૂ. ૧૨૦ મુજબ આપતો જઈશ. તે પછી શેઠ આહમદ હાજી અબલે ખુદાના નામથી મકાનના તાળાને ખોલી તેની ઉદઘાટન ક્રિયા કરી હતી અને એની તરફકી માટે ખુદાવંદ કરીમ પાસે દુઆ ગુજારી હતી. બાદમાં આજનો જલ્સો કામ્યાબી સાથે વિસર્જન થયો હતો.

(મુસ્લિમ બુલેટીન: તા. ૩-૬-૧૯૪૬)

કયા રોગમાં કયો જયૂસ (રસ) અથવા સૂપ લેવાથી ફાયદો થાય ?

આપણા ફળ અને શાકભાજીના જયૂસ અથવા સૂપ નિયમિત લેવાથી ઘણા રોગો થતા નથી કે થયા હોય તો દૂર થઈ જાય છે. જેમ કે દૂધીનો રસ અથવા સૂપ દરરોજ લેવાથી દસ-બાર મહિને કે બે-ત્રણ મહિને એની અસર થાય છે જેના કારણે પેટ સાફ રહે છે પરિણામે પેટના બંધા જ રોગો દૂર થાય છે. બીજા કેટલાક રોગો વિષે પણ જોવામાં આવે તો- સંધિવામાં ગાજર, પાલક, કાકડી, કોથમીર, કોબીજ, સફરજન, નાળિયેરનું પાણી અથવા જવારાનો રસ કોઈપણ એક રસ લઈ શકાય છે.

હાઈ બી.પી.માં ગાજર, દ્રાક્ષ, સંતરા, મોસંબી, જવારા કોઈપણ એકનો રસ લઈ શકાય છે. લો બી.પી.માં કોઈ પણ ફળોનો રસ લઈ શકાય છે પણ એમાં મીઠું નાંખવું. આંખોનું તેજ વધારવા અથવા આંખોને લાભકારક સૌથી સારો રસ ગાજરનો છે. જેમ દરરોજ ચા પીવાનું રાખવામાં આવે છે એમ ગાજરનો રસ દરરોજ જીવલભર પીવાનું રાખવાથી અનેક પ્રકારના લાભ થશે.

ઈમારતમાં કળાત્મક રીતે બનાવેલી સુંદર મેહરાબ અને ખુલ્લા માટેની જગ્યા છે અને મસ્જિદના બે મિનારા અને ગુંબદ દૂર દૂરથી જોનારાઓનું ધ્યાન ખેંચે છે. બાજમાત નમાઝ માટે મસ્જિદમાં ખૂબસુરત કિમતી ગાલીયા પાથરવામાં આવ્યા હતા.

મસ્જિદ બંધાર્થ રહેતાં બીજી ઓગષ્ટ ૧૯૩૫ના જુમ્યાના મુબારક દિવસે વિવિધ દેશોથી સંબંધ રાખતા મુસ્લિમ સ્ત્રી-પુરૂષોની ભરચક હાજરીમાં જનાબ ફિરોઝુદીને ચાંદીની ખાસ ચાવીથી મસ્જિદનું ગેટ ખોલીને ઉદઘાટન કર્યું. એ પ્રસંગેના પ્રવચનમાં ફિરોઝુદીને મસ્જિદનાં બાંધકામમાં ભાગ લેનારા એમ.એ.કે. બોચીયા સહિતના સાથીઓ અને કંડ કાળા આપનારા મુસલમાનો ઉપરાંત મુસલમાનોની પહેલી ઈબાદતગાહ સ્થાપવાની ઉદારભાવે મંજૂરી આપવા બદલ જાપાનના શહેનશાહનો ખાસ આભાર માન્યો હતો. એ પ્રસંગે કોબેના મેયર અને જાપાનના કેટલાક જાણીતા વિદ્વાનોએ મોકલેલા શુભેચ્છા સંદેશાઓ પણ વાંચી સંભળાવવામાં આવ્યા હતા. સમારંભ પછી ફિરોઝુદીને સાહેબે મસ્જિદના મિનાર પર ચઢીને અઝાનની સૂરીલી સદા જાપાનમાં બુલંદ કરી હતી જે પછી હાજર મુસલમાનોએ ખભેથી ખભા મેળાવીને બા-જમાઅત જુમ્યાની નમાઝ અદા કરી હતી.

કોબેની આ શાનદાર મસ્જિદ આજે પણ તેના મેમણ સ્થાપક એમ.એ.કે. બોચીયાની યાદ અપાવી જાય છે. મસ્જિદની સ્થાપના પછી તેના વહિવટ તથા બીજા માનવ-ભલાઈના કામોમાં એમ.એ.કે. બોચીયા પ્રવૃત્ત રહ્યા હતા. જીવનના છેલ્લા દિવસોમાં તેમણે નોકરી છોડીને જાપાનમાં પોતાનો અંગત વેપાર શરૂ કરી દીધો હતો, પણ ૨૧મી જુલાઈ ૧૯૩૬ના રોજ માત્ર ૫૦ વર્ષની વયે તેઓ અકાળે વફાત પામ્યા હતા. એમ.એ.કે. બોચીયાએ કોબેમાં જ મસ્જિદ કબ્રસ્તાનમાં સુપુર્દે ખાક કરવામાં આવ્યા હતા.

કારી કિયામત

રોજિંદા જીવનમે તેજી અચી વી
કમ તે પુગનજી ચે ચિંતા વધીવી
હકડો કરો કમ તાં ઠયો રહેં વિને તો
મથો ફિરેતો ને ગુસ્સો અચે તો
અજકાલ કેડી હી હાલત ફિરી વી
(કે) સિબજે દિલમે સે રાહત ઊડી વી
ચોરી ને ડાકા ને અગવા કરન જયું
ખબરું સુણીને મરન જયું ફિટન જયું
તા હકડો ડીં ચેન આરામ સુખજે
ના કોચ ચીચે તો નિકાલ કુખજે
રૂઈ રૂઈને સિસ્કી ને અધ જાન થીવી
(ને) હાણે અસાજી ચે અકલ મરી વી
હકતાલે મેં બંધ થીવ્યુ બખરું
ગોદામ પણ બંધ પેઢિયું વખારું
બરયા પરેશાન બાયું પરેશાં
મૂંગા થી વેઠા કરન નાડી ચૂંચાં
કારી કિયામત હી કેડી અચીવી
(રે) ઈમાન, ઈજજત ઈ સબ કુછ ખણીવી
સાંઝી સવારે બધેજી ભગાભગ
પોલીસ કુરો કે કુરો ચોર ને કગ
ઘરમે ને બાહર ઉતાવડ ઉતાવડ
ના કોચ ઈન્સાન પણ ખાય કીં ઘડ
'આદમ' કુરો કારો કામણ કરી વી ?
(કે) પાંજે મગજમે ઈ કીડા ભરી વી ?
રોજિંદા જીવનમે તેજી અચી વી
કમ તે પુગનજી ચે ચિંતા વધીવી
-ડો. 'આદમ' એ. મેમન

શબ્દકૃષિકા

માણસ પોતાની જાતે જ પોતાના
માટે મુશ્કેલીઓ પેદા કરે છે, બીજા
લોકો તો એ મુશ્કેલીમાં ઉમેરો જ કરે છે.

ઘરમાં કિલકિલાટ કરતું પક્ષી



માણસની ઊભેલાની ઢાંચાની આબેદુજ નકલ કરી શકતા પોપટ, પચાસા કાચક પક્ષીઓમાંના સૌથી વધુ લોકપ્રિય પક્ષી છે. બીજાં પક્ષીઓની સરખામણીમાં પોપટ વધુ સમજદાર હોવાથી જે સીખવાડવામાં આવે તે અને ખાસ કરીને જે બોલાવવામાં આવે તે જલ્દી બોલતાં શીખી જાય છે. સમાન્ય વ્યવહારમાં પોપટની જેમ સીખવાડાણેનું કટાકટ બોલી જવા બાબતના મહાવરાઓ સૂટથી ઉપયોગ કરાય છે. જે ઘરમાં પોપટનું પાંજરું લટકેલું હોય તે પોપટના કિલકિલાટથી મૂંજતું રહેતું હોય છે.

દુનિયામાં અનેક તરણના પોપટ જોવાય છે, પણ આપણા વિસ્તારના કાલ યાંક અને ગળે ડાહ્યા રંગની ઘટ્ટી સમ્બેના સીલા રંગની પોપટની પોતાની અલેરી શાળ ઠીક છે. તેમના છે ઢીકા રંગને પોપટને કારણે જ પોપટી રંગ પણ કહેવાય છે.

તાજેતરના વરસોમાં બીજાં પ્રાણીઓ-પક્ષીઓની જેમ પોપટની તસલ પણ ધીમે ધીમે ભૂંસાઈ રહી હોવા ક્રમ્બે ચિંતા વધી છે. વર્લ્ડ-વાઈડ બેચર (WWF) નામની સંસ્થાની



કાળજી નહીં લેવાય તો પોપટની તસલ ભૂંસાઈ જવાનો ખતરો

નવાકીલ ત્રાયાથી ગૂંબીગુલ્લ સર્વે કિપાર્ટમેન્ટ 'સ્કેટસ બેન્ડ કિસ્ક્રીન્સુપલ એન્ડ પેરાકિટસ ઈલ પંજાબ એન્ડ સિંધ પ્રોવિન્સીયલ એન્ડ પારકિટવાલ'ના ચિર્ષક ઢીકળ રંગવર્ષમાં ઠરેલી એન્ડ આંધણીનો સહેવાળ પ્રગટ કરાયાં હતો. આ સર્વેમાં પંજાબ અને સિંધના દુલ રગ ગુલ્લામાં પોપટની વસ્તી અને જુદી જુદી તસલના પોપટની સંખ્યામાં



વિતરીતર ચાં રહેલા ઘટાડાનો નીંધ લેવાઈ હતી. પોપટના વિતાર અને તેની નિડાસ પર બેરબાલ કાકિલીલ કોર કબજપેશાલ આંક ભેસરે ૨૦૦૮માં પ્રતિબંધ મૂકયો હતો. પ્રતિબંધ અગાઉ વરસે વધુમાં વધુ ૨૫ લખર



પોપટ નિડાસ કરવાનો કવોટા નક્કી કરાશેનો હતો.

સર્વે અનુસાર સિંધ અને પંજાબમાં મુખ્યત્વે ઘાર પ્રકારના પોપટ જોવાય છે. જેની સોળખ ગળે જુલાબી રીંગવાળા રોગ રીંગ પેરાકિટસ, મોટા ડલાલ ઈન્ડિયાન અથવા લીં એલેક્ટ્રાક્ટીસન પેરાકિટસ, ડુલ્લા મોર જેવી ઘાણી ડલાગીવાળા ઢાંચેસમ ઢેકેક અથવા ઘામ-ઢેકેક પેરાકિટસ અને ભૂજરા

રંગના માયાવાળા સ્વેટી-ઢેકેક પેરાકિટસનો અગવેશ ઘાજ છે. રાવલપીંડી ગુલ્લામાં વિતા મોડ તજુક મરી બાચોડાચવકિટી પાર્કમાં રોગ-રીંગ શિવાચના બધે પોપટ કિહેવામાં આવી જુલ છે જયારે કે રોગ-રીંગ માલ સિંધના સુબંદા ગુલ્લાઓમાં જ જોવા મળે છે. જોકે તેની સંખ્યા ઓછી નહીં, ઠાંલે પ્રાંતોમાં પોપટની વસ્તી ૧૩ લાખથી વધુ આંઠાઈ છે. જોકે મજબુર સર્વે પોપટની વસ્તી ગણતરી માટે નહીં ઠાકે તેના નસલી સ્થાણના માગો સંધવાની લેવારીરૂપે કરાયું હતું.

૧૧૧૧

સેમણ આલમ એપ્રિલ-૨૦૧૩

પોપટનું સૌથી વધુ વેચાણ કરાચીની એમ્પેસ મારિયો થાય છે, જે પાકિસ્તાનની પક્ષીઓની સૌથી મોટી બજારોમાંની એક છે. એક દાયકા પહેલાં એમ્પેસ મારિયો વરસે ૫૦ થી ૭૦ લાખ પોપટની નિદાસ હતી હતી પણ હવે તો માત્ર ૧૦ થી ૧૫ લાખ પોપટ આ બજારમાં આવે છે. સંગની સામે પૂરવઠો સૌથી હોવાથી પક્ષીઓની કિંમતોમાં પણ વધારો થતાં રહ્યો છે. સોમ-સીમ પોપટ સસ્તા હોય છે અને સામાન્ય રીતે ૧૦૦ રૂપિયાથી લઈને ૫૦૦ રૂપિયામાં વેચાય છે જ્યારે કે એલિગાટ્રીયન પોપટ તો ૨૦૦૦ થી ૫૦૦૦ રૂપિયા જેટલી કિંમત વેચાય છે. પોપટના બચાવોએ ઠોસી શીખવાડવામાં સહેલાઈ પડતી હોવાથી પોપટ કરતાં તેના બચાવોની કિંમત વીસેક ટકા વધુ રહે છે.

સર્વેમાં પોપટના સ્ટેકાઉલના સ્ટાણનું સુચન કરાયું છે. પોપટ મોટે ભાગે ગાઠના ખોલામાં રહે છે. કીડર, ઘેરી, રોંગમલા ગાઠ ઉપરાંત કીરી, ચીંટુ અને જમરખલા ગાઠમાં રહેવાનું પોપટ વધુ પ્રસંન કરતા હોય છે. ખોલાના એમલમાં પોપટને કોઈ પથારી વિભાજ્યવી પડતી નથી કેમ કે તેના આરમ કરવાની જગા ઠંડા જેવી કોઈપણ સાડકી હોય છે, જેના પર કિમાં કિમાં જ તે ઊંઠ પણ ખેંચી છે છે. સર્વેમાં પોપટની નસબને બચાવવા તેના મહાત્યાગમાં જુના પૂરો કાપવાનું બંધ કરવા, પોપટની સ્વસ્થિત વસતી આઠતરી કરાવવા અને વર્ધક-વાર્ધકના સંબંધિત કાચદામોનું કાઠ પાલન કરાવવાની સલાહ આપવામાં આવી છે.

દરમિયાન પરુઓમાં વાંદરા અને ફૂતરાંને સમજદાર પ્રાણી ગણવામાં આવેલ છે જેમને સોચ ઠંઠા વગી જાપીને માનવી ઘાચાં કામ

કરાવી શકે છે. પણ પક્ષીઓમાં પોપટ સૌથી વધુ સમજદાર હોય છે તેને જે શીખવાડો તે કટાકટ ગીબી જાય છે. એસ્ટ્રીયામાં તાજેતરમાં સુન્નિપરિંથી સોફ કિલેલમાં કરાચેલ એક અભ્યાસ પછી જણાવાયું હતું કે પોપટ તો વાંદરા અને ફૂતરાં કરતાં પણ વધુ ભુલિયાતી સાબિત થયા

છે. મજદુર અભ્યાસમાં પોપટને શીખવેલું શીખવતી શક્તિ ઉપરાંત તેની સાંભળવાની શક્તિનું સમર્થન કરાયું છે. આવા મહત્વના પક્ષીની સંભાળ માટે સખાયેલા સલાહ-સૂચનોનું પાલન કરવું જોઈએ.

ધંધા કીડા અંચન ભા ! ધંધા કીડા અંચન ?

“ધંધા કીડા અંચન ભા ! ધંધા કીડા અંચન પહેલા જેડા હાલે ભલા, નહા કીડા અંચન ? !”

પાંલાં કી તાં કી ઘસાઈ વ્યાસી ।
ધિધાર કી કી ને ફસાઈ વ્યાસી ।
શોરબજારમે સજવાઈ વ્યાસી ।
ખોટોજી લે-વેચમે કજાઈ વ્યાસી ।
વેંસા મંદા અંચન ભા ? નાલા કીડા અંચન ।
ધંધા કીડા અંચન ભા । ધંધા કીડા અંચન ?

હો પૂતર તોજ, બંગલા અંચન ચાર ।
જમાઈ પણ કીડા કંગલા અંચન ચાર ।
જડે-વડે તરેકમાર નખી મડી વ્યાર ।
કોરેલ દૂરસે આંચકે વડા વડા પ્યાર ।
ખોટું ખરસે જો તાં કોઈ નાંચ વાર ।
હા, ખચાર વધારેજી ગાલ અચે તાં ।
“ધંધા કીડા અંચન ભા । ધંધા કીડા અંચન ?
નાલા કીડા અંચન ભા ? વેંસા કીડા અંચન ?”

અભાક રખે તોજ ગવેરી જુરા ।
બર વેઠે કી વીનનતા સચા હીરા ।
હુંઈ હુંઈ તોજે નામજ ઘીનવા ચરવા ।
પ્યાક-વાટીમે કરોઈ જ ઘીનવા ખરવા ।
હા, કિસ્કેદારકે કીનજી ગાલ અચે તાં ।
હજારે કે કીનજે સવાલ અચે તાં
“પહેલે જેડા હાલે ભલા નહા કીડા અંચન ?
ધંધા કીડા અંચન ભા । ધંધા કીડા અંચન ?”

-યુનુસ કેસ

વારા પછી વારો; મારા પછી તમારો

વડીલોની કાળજી રાખો

જેમના મા-બાપ અને વડીલો
હવાલ હોય તેમને ખુશનસીબ જ

જરૂરત મુજબની ખોરાક, ડપડાં અને
રોજિંદા જરૂરતની ચીજો મળી રહે



તેની ખાસ ચોકસાઈ
રહેવી જોઈએ.
અલબત્ત આ બધી
ચીજો સંતાલો પોતાના
ગજ પ્રમાણે જ પૂરી
પાડી શકે છે.

* વડીલોને એકાંત ના
સાથે એ માટે
ઘરવાળાઓને તેમની
સાથે સતત સંપર્કમાં
રહેવું જોઈએ. ઘરના

પૂછવા જાય કે આ બાબત આપનો
બું ખ્યાલ છે ? એવું વલણ મોટી
ઈમરના લોકોને દુઃખ પહોંચાડે છે.

* ઘરની જવાબદારી સંભાળતી
વાતે વડીલોને હંમેશા ઘરના વડા
તરીકે જ સ્થાન આપો અને શક્ય
હોય તો દરરોજ થોડીક મિનિટો માટે
તેમની પાસે જરૂર બેસો નહિતર
આવતાં જતાં તેમને સલામ કરવાનું
કદિ ચૂડતાં નહીં. ઘરના બાબતો માટે
પણ આ નિયમ લાગુ કરવો. દરરોજ
સાથે બેસીને જમવાનું શક્ય ના હોય
તો અહવાડિયે કે પાલવાડિયે છે માટે
જરૂર સમય કાઢો.

* જુની વાતોને ડરી ડરી
દોહરાવવાની વડીલોની દેવ હોય છે.
એવું કારણ કદાચ એટલું જ છે કે
તેમની કોઈ એવી નવી પ્રવૃત્તિઓ તો
બોલી નહીં, જેવું વર્ણન કરે. ડરી
ડરીને એક જ વાત કહેતા હોય તો
પણ આપણે રસપૂર્વક સાંભળીને

મળવા જોઈએ કે તેમને સંભાળપૂર્વક
પાળી-પોષીને મોટાં કરનારા એ
હુતુગોની મોટી ઈમરે તેમની સેવા
કરવાની તક તો મળી. ઘમાઘમી
ભરેલા આજના વ્યસ્ત ગુણમાં
જાણ્યે-અજાણ્યે આપણે વડીલોની
સાર-સંભાળ પ્રત્યે ધ્યાન દેવાનું ચૂકી
જઈએ તો ઈર્મની દષ્ટિએ પણ એક
મોટો ગુનાઈ છે. મા-બાપની
સેવા-ગુણ પહોંચિને મહત્વનો
ભાગ છે, કેમ કે વ્યક્તિને પોતે પણ
જતી ઈમરે ઘડપણ ભોગવવું જ પડે
છે. જેણે પોતાના મા-બાપની
દિલપૂર્વક સેવા કરી હોય તેમનું
ઘડપણ શાંતિ-સુકુન સાથે પસાર
થાય છે. હુતુગોની દુઆઓ લેનારને
પોતાની જિંદગીમાં સુખ પ્રાપ્ત થાય
છે. આપણે સારા ગુણો અપનાવ્યા
હોય તો મા-બાપની મિદમતની
નિશ્ચય તો ઘરાવતા જ હોઈએ
છીએ, તેમ છતાં ઝડપી ગુણમાં
કેટલીક કાળજીઓ રાખવાનું ચૂકી ના
જવાય, તેની પણ કાળજી રાખવી
જોઈએ. આ બાબત નીચે કેટલીક
ટિપ્સ અપાઈ છે.

* સૌ પ્રથમ તો મા-બાપને તેમની

દરેક સભ્યે થોડો-થોડો સમય કાઢ
ીને તેમની પાસે જઈને કોઈને કોઈ
બહાને વાત કરવી ઘટે.

* કુટુંબના મહત્વના મામલામાં
તેમની સલાહ જરૂર લેવી. એવું કદી
ના કરવું કે કોઈ અગત્યનો ફેસલો
તેમને પૂછવા વગર જ કરી લીધો
હોય અને બાદમાં વળી એમને જ



G-08

મોમણ આલમ એપ્રિલ-૨૦૧૩



તેમની સંતોષ પહોંચાડવો જોઈએ બધે વચ્ચે પ્રજા પૂછીને તેમને વાત કરવાની કિસ્સાક વધારવો જોઈએ. કચાદેસ એમ કહીને તેમની વાત વચ્ચેથી કાપવી તરીકે કે આ તો તમે પહેલાં પણ બતાવે ચૂક્યા છો.

• મઠિને કે પદર દહાડે મા-બાપને આગ્રહ કરીને તેમની કરમાઈત પૂછવી અને એ મુજબની વચ્ચેનીઓ ભાવામાં રજૂ કરવી. ધણી કોઈ પણ આર્થિક માર્ટે વરવાળાઓ સાથે બહાર હોટલમાં જમવાનો પ્રોગ્રામ અને અને વડીલોને સાથે લઈ જવાને તેમને ખેંચાને પણ અડચણ પડે એમ હોય તો પણ જતી વખતે સોચિતા તેમને જાણ કરવાને બદલે સવારે કે બપોરે જ તેમને પ્રોગ્રામ બતાવે દેવો અને સાથે સાવધાનો અગ્રહ કરવાનું પણ જુલુનું નહીં.

• ઘરમાં મળીને ભાતી વખતે પણ એવું ના કરવું કે તો જમીને એક પછી એક લાવ્યા જાય અને ધીમે ધીમે ભાત વડીલને એકલા એકાં ખાવું પડે. સંજામાં સંજા વરના કોઈ એક સભ્યે ખાવામાં તેમને છેલ્લે સુદી સાચા આપવો અને જલિતર તેમની સાથે બેઠા રહેવું જોઈએ.

• શક્ય હોય તો તમારી નોટરી ટે વૈપાર-પંચાલી વિગતોથી વડીલને

જાણવાર રાખવા અને તેમના સલાહ-મસલેહ પણ લેવા રહેવા. વડીલોને તેમના સંતાનોની પ્રવૃત્તિમાં હમીયા રસ પહોં હોય છે.

• તમારા વડીલને પેન્શન કે કોઈ બેનિફિટ સાધવનો અગ્રહ હોય તો પણ તમારે તેમના મિસ્સા-જર્લ પેઠે તમારા ગજ પ્રમાણેની સોગ્ય રકમ દર મઠિને કિફાડમાં મૂકીને તેમને જાણવાનું વુઠવું નહીં. એવી રકમથી વડીલો તમારા જ બાળકોને ટોફી-ચાંડલેટના પેસા આપીને ખુરા કરો.

• જગર તમે બહાર ગામ કે વિદેશમાં જાય તો વડીલો માર્ટે અને સાચ જાગૃતી પણ કોઈને કોઈ ભેંદ જાણવાનું જુલુનું નહીં જલિતર વડીલ સમજશે કે તમે એમને વિસારી દીધા છે.

• વડીલને પાંચબનો, કોઈ પત્ની પાળવાનો કે જાગ્યલાનીનો સોખ હોય તો તેમને એ સોખ પૂરો સાચ તેની ઘોડસાઈ રાખવો અને એ વિષય પર તેમની સાથે ચર્ચા કરીને પ્રજાને પૂછતાં રહેવું.

• ઘરમાં છુપીએસ જેવી સગવડ ના હોય તો વડીલના કમરામાં ઈમરજન્સી બાઈટ અને કોઈ મૂલ્યાનું જુલુનું નહીં. વડીલ અગ્રહત હોય તો

જરૂર પડતાં કોઈને બોલાવી શકે એ માર્ટે તેમના જિસ્તર જાગુડ કોટરી સંચાલિત કોલબેન મૂકી રાખવો. તેમની પાસે ટેલીફોન અથવા મોબાઈલ સેટ પણ રાખવો અને ઘરવાળા બહાર હોય તો કોઈને કોઈ બતાવે તેમને ટેલીફોન કરીને તેમની સાથે વાત કરવાની તાકીદ કરવી. સગા-સંબંધીઓમાં વડીલ જેમને વધુ પસંદ કરતા હોય તેમને પણ વડીલની મુલાકાતે આવવા અને જલિતર ટેલીફોન પર જરૂર વાત કરી લેવાની વિનંતી કરવી.

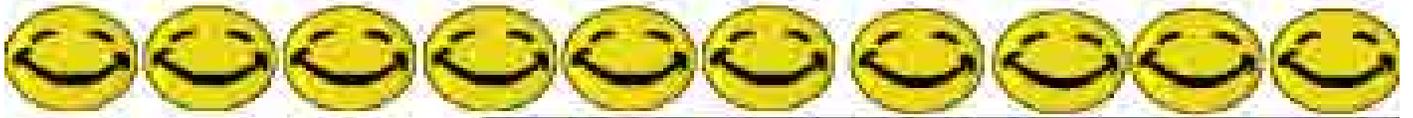
આવી તકેદારી રાખવાથી વડીલોનું ઘડપણ સુખરશે. આ બધું કરવું જરા પણ મુશ્કેલ નથી. એવું નહીં કરો તો ઘાટ રાખશે કે વરના જે ઘડપણનો વડીલોનો વલે છે, ઠાલે તમારો વારો પણ જરૂર આવવાનો છે.

**મેમણીપણું
જાળવવા
મેમણી બોલી**
આપણો આપણા ઘરોમાં
તેજજા પડરખાર તેમણી
બોલી બોલવો જોઈએ.
દરેક હોમ પીતાની
જોગાય ગર્વપૂર્વક
જાગવે છે અને પીતાણું
જ બોલે બોલે છે.
મેમણી તણને
તેમણપણું ના
મીટાવો
તેમણા હોવા
બદલ
ગર્વ અનુભવો

મેમણા સ્મારામ સ્વૈમિત-૨૦૧૩



હસો તેનું ઘર વસો



એક ઘરડો સ્ત્રીએ સડકના પિનારે બેઠેલા આંધળા બિભારીને એક રૂપિયાનો સિક્કો લખ્યો, પરંતુ એ દરમિયાન એણે રૂમાલ નીચે પડી ગયો. બિભારીએ તરત એ રૂમાલ ઉપાડીને એને આપી દીધો.

“ચારે ! આ રૂ, તું વધે તરી ?” સ્ત્રીએ આશ્ચર્યથી પૂછ્યું.

“જા, મેડમ !” બિભારીએ ખૂબ જ સહજતાથી જવાબ આપ્યો, “સેવું છે ને કે આ જગ્યા મારા અંધ ભાઈની છે. એ ચાજે રજા પર છે, એટલે ચાજે હું એની જગ્યા પર બેઠો છું !”

બહુટી ખુશીથી રૂમાલો રૂમાલો ધૂર્યો, “કેડી, મેં જાણે પાંચસો રૂપિયા કમાવી લીધા, જેની મને બહુ જ જરૂર હતી.”

પિતા: “મને ખુશી છે કે તું તારા પગ પર ઢિલા રહેવાનું રીખી રહ્યો છે પણ તેં આ રૂપિયા કમાવ્યા કેવી રીતે ?”

બહુટી: “મમે પાસેથી ઉધાર લાંબે !”

બીભારી (બંજલાલા એટ ખરચી) અંધવાહકે લામ પર એક રોટલી આપી હો. બંજલાલામાંથી રોકાણીએ તેને ટાણવા માટે જવાબ દીધો: “હજુ રોટી નથી પડાવી બાબ.”

બીભારી: “કોઈ વાત નહીં બીબીજી, મારો મેંબાઈલ નંબર લોટ કરી લો, રોટી પડાવી લો તો મીરા કોલ કરી દેજો, હું આવી જઈશ.”

વ્યંગ અને વિનોદ

મરાઠુર અભિનેતા મોરીસ રવાલીયરે એક વાર હાલ્ય જર ફિલ સિલ્વર્સને માનવા તારવણામાં પડતા પાછળ ગયેલા, ત્યાં શણગાર સજુ રહેલી રૂપસુંદરીઓને તિલાળીને વિચાર્યો નાખતાં ૭૩ વર્ષની વયના રવાલીયર બોલ્યા: “નહીં ! હું વિનોદ વરસ મોટો હોય તો રૂબું સાફ વાલ !” મોટો નહીં બલકે વિનોદ વર્ષે લાલો એલ ધોમ કહેવા માંગો છો ને ?” સિલ્વર્સે ભૂલ સુધારી.

“નહીં રે,” રવાલીયરે ક્રોક પાડ્યો, “લાલો નહીં બલકે હજુ વિનોદ વરસ વધુ વરડો હોલ તો આ સુંદરીઓ અત્યારે મારા મનને ટલાવે છે તેમ સવાવી રહત નહીં,” રવાલીયરે ક્રોક પાડ્યો.

ચાલાક ચર્ચિલ

ચર્ચિલ અને જાણીતા ફિલોસોફર બર્નાર્ડે રો વચ્ચે અપારલપાર ઘર્ષણ ચાલ્યા હસું. એક વાર બર્નાર્ડે ચોક્કે ચર્ચિલને ચિઠી લખી કે, “મારા બધા તારકલા પહેલા ખેલતી બે ડિગ્રીટો તું તમારા માટે રિઝવે કરાવું છું. તમે આપજો અને એક મિનિટ બેલ આપજો-જો તમારો કોઈ મિત્ર હોય તો.”

ચર્ચિલ વળી કયાં ગાંજવા જણ એમ હતા. તેમણે આપતાં જ જવાબ આપ્યો: “પહેલા ખેલના હજુ રહેવું તો અવકાશ છે, પણ તારકલા લીજ ખેલમાં આવીશ-જો એ અજવાબો તો !”

—વિલ્સન ચર્ચિલને જયારે એવું કહેવામાં આવ્યું કે વિવલંગીના મલ મુજબ મલ ૨૧૦૦લી સાલ સુધીમાં જગત પર મરિલાઓનું રજા કરે ત્યારે, આખલા મિચકારા સામેનો એમનો ઉદગાર એટલો જ તીકણ્યો કે, “૨૧૦૦માં પણ !”

—ચર્ચિલના ૭૨ વર્ષની વયના પત્નીને જાતની તકલીફ રહેતી હતી. “તો તમે ઘમ્મ કૈમ તરી પહેરતા ?” એવા પૂછાણાના જવાબમાં તેણી ચર્ચિલ કહે: “મારી ઢિંમલ સાલે ત્યાં સુધી તો પહેરું જ છું હો-પણ વિલ્સન કદે છે કે તેનાથી હું વરડી દેખાઈ છું.”

—ચર્ચિલને એટવાર એક પ્રસંગે કહ્યું: “જયારે જયારે તમારું ભાષણ લખવું હોય ત્યારે ઓતાઓની અપાર સીરટી જામે છે તે ખોઈને તમે તેમાંથી તો અનુભવતા કરાં, નહીં ?”

ચર્ચિલે ગંભીરપણે જવાબ આપ્યો: “હા, પરંતુ મને એ પણ ખબર છે કે મારા ભાષણને બદલે મને કંસીયો થકાવવાનો છે એમ જાહેર વ્યવ તો આજા કરતાં ઘરઝણી તીક જામે.”

ઓલ ઈન્ડિયા મેમન જમાત ફેડરેશનની ૩૧મી વાર્ષિક સામાન્ય સભા

ઓલ ઈન્ડિયા મેમન જમાત ફેડરેશનની ૩૧મી વાર્ષિક સામાન્ય સભા મુંબઈમાં મરીન ડ્રાઈવ સ્થિત ઈસ્લામ ગ્રુમખાનામાં યોજાઈ હતી. ડૉ. નાસીર ફુલાસા સભાના પ્રમુખપદે સિવાયસે કુર્આને પાઠ સાથે સભાની શરૂઆત થઈ હતી. સમગ્ર ભારતમાંથી ૩૫૦ પ્રતિનિધીઓએ હાજરી આપી હતી. જેમાં ઉપ-પ્રમુખો, નાયબ પ્રમુખો, મહામંત્રીઓ, ઝોનલ મહામંત્રીઓ, રાષ્ટ્રિય કારોબારીના સભ્યોનો સમાવેશ થતો હતો.

ફેડરેશનના મહામંત્રી અબ્દુલ અઝીઝ મરહીવાલાએ સ્વાગત પ્રવચન આપ્યું હતું તથા સભાનું સંચાલન કર્યું હતું. સભાના પ્રારંભમાં મદુમો આદમ મુહમ્મદ નૂર તથા કરીમભાઈ ઝવેરી (મદુરે)ને બિરાજે અકીદત અપાઈ હતી અને કુઆએ મજફરત કરાઈ હતી. સભાની કાર્યસૂચિ પરની બાબતો મુજબ ૧૪-૪-૨૦૧૨ના રોજ મળેલી સભાની મિનિટરસને સભાજનોએ બહાલી આપી હતી. ત્યાર બાદ ફેડરેશનના પ્રમુખ ડૉ. નાસીર ફુલાસાએ ખાવર પોર્ષન્ટ પ્રેઝન્ટેશન માટે ૧૫-૪-૨૦૧૨ થી ૧૪-૪-૨૦૧૩ સુધીનો અહેવાલ રજૂ કર્યો હતો જેમાં ફેડરેશન દ્વારા હાઉસીંગ, મેડિકલ, મહિલા ઉત્કર્ષ, અભ્યાસ વિતરણ સહિત બજાવારેલી વિવિધ કામગીરીઓની વિગતો રજૂ કરાઈ હતી.

ફેડરેશન તરફથી હાઉસીંગમાં ૧૫૫ મકાન (રૂા. ૨,૫૫,૦૦,૦૦૦) તથા કોમ્યુનિટી સેન્ટર (રૂા. ૬,૫૦,૦૦૦), ૧૩૬ દર્દીઓને લઈતી સહાય (રૂા. ૨૬,૬૫,૦૦૦)

રમઝાનમાં ૩૧૫૨ પરિવારોને અનાજ વિતરણ (રૂા. ૩૧,૫૨,૦૦૦), બાલોસ પરિવારોને પરચૂરલ સહાય તથા BDS, B.M.S, B.PHARM, B.Techમાં અભ્યાસ કરવોટાની બાલોસ બેંકકો પર એડમિશન માટે રૂા. ૬૩,૭૬,૦૦૦ જેટલી અપાયેલી રકમોની વિગતો સભા સમક્ષ રજૂ કરાઈ હતી. ડૉ. નાસીર ફુલાસાએ તેમના પ્રવચનમાં અરસપરસ એકતા, ભાઈચારો અને સંપત્તે જાળવી રાખીને કોમની સેવાનાં કાર્યોમાં આગળ વધવા અનુરોધ કર્યો હતો. ત્યાર બાદ ઓડિટરની નિમણૂક માટે સભાની મંજૂરી લેવાઈ હતી અને આઠ બધી જમાતોએ સભ્યપદ માટે ફરેથી અરજીઓને પણ માન્ય રખાતાં હવે ફેડરેશનને કાફલો ફુલ રહર જમાતનો અર્થ છે.

ત્યાર પછી ફેડરેશનના મહારાષ્ટ્ર એજના ઉપ-પ્રમુખ સલીમભાઈ કુલાસાએ તેમના રોજ હેડળની સાંગલી, કોલાપુર, ઓવા ઘોરે જમાતોનો અહેવાલ રજૂ કર્યો હતો અને ફેડરેશન તરફથી થઈ રહેલી સુંદર કામગીરીની પ્રાંસા કરી હતી.

ફેડરેશનના ઉપ-પ્રમુખ ઈબ્રાહમ મેમન જોફિસરે તેમને સૌપાયેલા એજો મહારાષ્ટ્ર, મધ્યપ્રદેશ, છત્તીસગઢ, ઓડિશા, મારખંડ, પશ્ચિમ બંગાળ, ઉત્તર-દક્ષિણ ગુજરાતના તેમજ અર્ધ દરમિયાન એકલા પ્રવાસ તથા ત્યાંની જમાતોએ બજાવેલી કામગીરીઓની વિગતો પોતાના પ્રવચનમાં વર્ણવી હતી અને આ જમાતોને ફેડરેશન તરફથી અપાયેલી સહાયની મહિતો

આપી હતી. તેમણે વધુમાં જણાવ્યું હતું કે ૧૦-૪-૨૦૧૩ના રોજ ફેડરેશનની સંકલન સમિતિની મિટીંગમાં રજૂ થયેલી હાઉસીંગ માટેની અરજીઓ સંદર્ભમાં નવા બંધકામ માટેની સહાયની રકમ રૂા. ૫૦ લાખથી વધારીને રૂા. ૧ લાખ તથા સમારકામ માટે રૂા. ૧૫ લાખથી વધારીને રૂા. ૫૦ લાખ કર્યાં તે બદલ સર્વે સભાજનો તરફથી હું પ્રમુખ સાહેબનો આભાર માનું છું. ફેડરેશનમાંથી જણાવ્યું હતું કે તમામ અરજીઓની યોગ્ય રીતે સહાયથી અર્થ છે તમા જરૂરતમંદોને તાત્કાલિક સહાય પહોંચતી કરાય છે.

મહિલા પાંખનાં અધ્યક્ષા તથા નાયબ અધ્યક્ષા અનુક્રમે શબાનાબાઈ દરવેશ તથા રઝીયા બહેન ચશ્માવાલાએ મહિલા ઉત્કર્ષ માટે ફેડરેશન તરફથી હાય ધંરાવેલી કામગીરીઓની વિગતો વર્ણવી હતી અને જણાવ્યું હતું કે 'બેલન્ટર બેટી' કાર્યક્રમ હેઠળ મુંબઈમાં કોલસા મોકલવા, આકોલા, સોરંગાબાદ ખાતે કાર્યો થઈ રહ્યાં છે. મહિલાઓનો અદર કરવાનો જરૂર છે. તમામ કોએ મહિલાઓ આગળ વધી રહી છે. ટુરિયાએ તથા સુભાષ કારણોસર સ્ત્રી તરવારની બાબતમાં જાગૃતિ લાવવાની આવશ્યકતા છે એમ પણ તેઓએ જણાવ્યું હતું.

મહારાષ્ટ્ર કાર્ય સમિતિના અધ્યક્ષ જનાબ મુહમ્મદ અલી મોમીને એવી જાહેરાત કરી હતી કે મુંબઈ ખાતે હાઉસીંગ માટે અપાલી દોઢ લાખ રૂપિયાની સહાયને વધારીને બે લાખ કરાશે. તેમણે જરૂરતમંદોને એવી તકીદ પણ કરી હતી કે મુંબા, નાલાસોપારા જેવા સ્થળોએ સરતા ભાવે મકાનની લાલચમાં તેઓ અજાણદિલ બંધકામની જગમાં સપકાય નહીં તેની સાવધેતી રાખે. નાયબ

ગોમણ આલમ એપ્રિલ-૨૦૧૩

ઉપ-પ્રમુખ સિદ્ધીક નાથાણીએ મધ્ય અને દક્ષિણ ગુજરાતનો અહેવાલ રજૂ કર્યો હતો. જલાબ અબ્દુલ અગીઝ મચ્છીવાલાએ આભારવિધિ કર્યા બાદ સભાનું સમાપન કરાયું હતું.

વ્યાંગ અને વિનોદ
 અમેરિકન પાર્લામેન્ટમાં બેઠક દરમિયાન બંધારણ સુધારા માટે એક ખરડો રજૂ કરાયો કે દેશનું લશ્કર પાંચ લખરથી મોટું કદી રાખવું નહીં. પ્રમુખ જયોજ વોશિંગ્ટન પોતે એ બેઠકનું અધ્યક્ષપદ સંભાળી રહ્યા હોવાથી પોતે ઠરાવમાં કશો સુધારો રજૂ કરી શકે એમ નહોતા પણ તેમણે બીજા એક સાથી સભ્યને કહ્યું કે, “ઠરાવમાં એવો સુધારો મૂકો કે કોઈ વિદેશી દુશ્મને કદિ પણ અમેરિકા પર ત્રણ લખરથી વધુ સૈનિકો સાથે આક્રમણ કરવું નહીં.”



એવો કાસમબાઈ, આપણી બધી જામતોને લાગુ થઈ શકે એવા ધારાધોરણ છે. પણ એનો અમલ આજ નહીં તો ૬૫ વીસ વરસે જરૂર થશે એવી મને ખાતરી છે. !!

સ્કૂલ બેબી

કિતાબો જો ખાતે તે ડો કિલો બસ્તો ગિની ને વિને ઇ સ્કૂલ બેબી રોજ જો રૂપિયો ગિની ને વિની ઇ સ્કૂલમેં દિલસે દુઆ પહેલા પડહેતી પછે અરબી પડહે તી રોજ સિપારો ગિનીને સિખેતી ઇ નમાઝે જી પુઝુ જી બાબલુ પણ તુરત ઇસ્લામિયત જો ઇ સબકો ભેડો ગિનીને ઇ કિકેશન લિખે, ફોર્મગ ભેડી ખુશખતી પણ કરેતી પેન્સિલુ રંગીન ડો બારો ગિનીને પછે ઇંગ્લીશ, ઉર્દુ, આમમામલૂમાત, સાથે સિખે ઇ મેથમેટિક પણ સબક પૂરો ગિનીને દિસાબ ઇન્કે અથે, તારીખ ને જુગરાકિયા પણ સિખે સાયન્સ પણ, વારે પછે વારો ગિનીને કરે, તાગીમ ટીચર, માસ્તરજીને વડેજી ઘરેં પાછી અથે ઇ સારો સથવારો ગિનીને કડેં પણ ખાયલા ઇ ઘૂળ કચરેવાળી ચીજુ કિડાં પણ ખુલ્લી રસ્તે ને બજારે સે ગિનીને સલામ અલચક સિબકે ચોંચે 'આદમ' અચને વિનને પરીક્ષા મે સદા નંબર અથે પહેલો ગિનીને

ડો. આદમ એ. મેમલ

વ્યાંગ અને વિનોદ

જોલ વિલિયમસન નામના અમેરિકન લેખકે જણાવ્યું હતું કે એની આખી કારકિર્દી દરમિયાન પ્રકાશકો તરફથી 'સાભાર-અસ્વીકાર'ના શિર્ષક હેઠળ તેમના પુસ્તકની હસ્તપ્રતો પાછી મોકલવા માટેના જે પત્રો મળેલા, તેમાં સર્વોત્તમ પત્ર એક ચીની પ્રકાશકે મોકલેલો. એ પત્રમાં લખ્યું હતું કે: “આપની હસ્તપ્રત અમે અપાર આનંદ સાથે વાંચી ગયા છીએ. અમારા પૂર્વજોના અસ્થિના સોગંદ ખાઈને કહીએ છીએ કે આવા પારાવાર પ્રભુત્વ ગ્રંથમાં અમે કદી નજર નાખેલી નથી. તેનું પ્રકાશન જો અમે કરીએ તો એનાથી ઉતરતી કલાનું કોઈપણ પુસ્તક ભાવિમાં પ્રગટ કરવાનું તો અમારે માટે અશક્ય જ બની જાય ને ? આવતા ૧૦ લખર વરસોમાં પણ આપના આ પુસ્તકની જેડીનો કોઈ ગ્રંથ અમને મળે તે અકલ્પ્ય હોવાથી અત્યંત ખેદ સાથે, આ દેવી કૃતિ પરત કરવાની અમને ફરજ પડી છે અને અમારા આ કાર્યને કામા કરવા અમે આપને એક લખર વાર અરજ ગુજારીએ છીએ.”

Memon Industrial & Technical Institute

A project of World Memon Organization in collaboration with CDGK



کورسز برائے طلباء

- انگلش لینگویج
- کمپیوٹر جارجنریٹو ایڈیٹنگ اور گرافک
- موبائل فون ریپیریٹنگ
- جسٹریس آرپریٹنگ
- انسٹریٹ الیکٹریسیٹی
- جنرل الیکٹریسیٹی
- ریفریجریسیٹی ایڈ ایئر کنڈیشن
- موٹر وانڈنگ
- لنٹ ٹیکنیکی
- آئو الیکٹریسیٹی
- آئو آئو کنڈیشن
- آئو مکینک
- موٹر سائیکل مکینک
- سی این جی گٹ انسٹالیشن اور ٹیوننگ
- ہوم ایف ایس اور تنصیب
- پینٹنگ
- پلسٹر
- سٹوننگ اینڈ گرافک



کورسز برائے طالبات

- سی این جی
- فیشن اینڈ ڈیزائن
- پیشہ ایڈ منسٹریشن
- بیوٹیشن ایڈ کا سٹریٹوری
- بیوٹیشن
- لایس میننگ اینڈ ہوٹل ٹیورننگ
- میونگ اینڈ گرافک
- ایم ایس آفس
- ٹیکسٹائل اینڈ ڈیزائن
- ٹریڈنگ اینڈ ٹیکنیکل
- میجسٹری
- نصیب فرم
- ٹائی آرٹ
- انگلش لینگویج لیول (I)
- انگلش لینگویج لیول (II)
- کمپیوٹر گرافکس
- مہنگ گروپنگ
- قریشیہ
- مہنگ ٹیگ اینڈ پروس مہنگ
- پینٹنگ اسپیشل



Affiliated with City & Guilds of the UK & Trade Testing Board, South

IT & Multimedia Courses for Men

MS Office

CIT (Certificate Information Technology)

DIT (Diploma in Information Technology)

Computerized Accounting

Graphics Designing

Video Editing & Compositing

3D Studio Max

MAYA

Web Designing

Auto CAD

Advanced Auto CAD

Drafting & Designing

Computer Hardware & Networking

Professional Photography

www.wmomiti.com

MITI: Plot # ST- 1/8, Sector 36-1, (Civic Center-3) Korangi -5, Karachi, Tel: 021-35035542-45, Email: mgmt@wmomiti.com

افزائش حسن کے تحفے...!

چہرے کی شادابی کیلئے ہمیشہ وقت پر سوئیں وقت پر کھائیں اگر حلقے ہیں تو اپنی غذا میں سونف، گاجر اور دودھ کا استعمال زیادہ کریں۔



کوزیتون کے تیل میں لیموں کے چند قطرے ڈال کر ہونٹوں پر اس کا مساج کر کے سو جائیں اور صبح کو منہ دھونے کے بعد مساج کر لیں اور دن میں تین بار تازہ سنگترے کے چھلکوں کو ہونٹوں پر اس طرح رگڑیں کہ چھلکے کا عرق بھی ہونٹوں پر لگتا رہے۔ ایک گھنٹے کے بعد نیم گرم پانی میں لیموں نچوڑ کر ہونٹوں کو گرمی پہنچائیں یہ آپ کے ہونٹوں کے لیے بے حد مفید بھی ہے اپنے آپ کو چاق و چوبند اور تروتازہ رکھنے کے لیے روزانہ آدھے گھنٹے کے لیے ورزش کریں۔ روزانہ آدھے گھنٹے کے بعد ایک ایک گھنٹے کی ورزش کافی ہے۔ رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی بہت ضروری ہے اپنے آپ کو کام میں لائیں، بیکار نہ بیٹھیں اور یہ سمجھنا کہ آرام کرنے سے آپ کی صحت بہت اچھی ہو جائے گی آرام صحت کے لیے ضروری ہے لیکن ہر چیز کی زیادتی نقصان پہنچاتی ہے۔ اپنی صحت کا خیال رکھیں آپ کی صحت ایک گھر اور اس معاشرے پر بے حد اثر انداز ہوتی ہے کیونکہ ایک عورت صحت مند ہوگی تو ایک نسل صحت مند ہوگی اور یہ سب کچھ صحت مند سوچ اور اچھی صحت سے ہی ہو سکتا ہے۔

آنکھیں چمکدار اور روشن ہوتی ہیں تو چہرے خوبصورت نظر آتا ہے اس کی صفائی نہایت ضروری ہے اس کے لئے تھوڑا سا کلیننگ ملک ہتھیلی پر لے کر کلیننگ پیڈ کو اس میں بھگو لیئے اور پھر چاروں طرف سے آنکھوں کو صاف کریں۔ سیاہ حلقے بے خوابی، تھکن مناسب غذا کا نہ ملنا اور پریشانی وغیرہ کی وجہ سے پڑتے ہیں۔ چہرے کی شادابی کے لیے ہمیشہ وقت پر سوئیں وقت پر کھائیں اگر حلقے ہیں تو اپنی غذا میں سونف، گاجر اور دودھ کا استعمال زیادہ کریں۔ اس کے لیے آلو، گاجر، ٹماٹر کے ٹکڑوں سے بھی مدد لی جاسکتی ہے۔ دو بڑے آلوؤں کے قے بنا لیں۔ ہموار سطح پر لیٹ جائیں آنکھوں اور سیاہ حلقوں پر آہستگی کے ساتھ ملیں اور دس منٹ کے بعد دھولیں اس کے ساتھ ساتھ ہونٹوں کا بھی خیال رکھیں کیونکہ آپ کے ہونٹ بہت نازک ہوتے ہیں ذرا سی بداحتیاطی سے ان کی خوبصورتی کو نقصان پہنچ سکتا ہے اس کے لیے کبھی گھٹیا قسم کی اور دوسروں کی استعمال شدہ لپ اسٹک نہ لگائی جائے ورنہ ہونٹوں کی جلد کالی پڑ جاتی ہے۔ ہونٹوں کو دوبارہ تروتازہ اور گلابی بنانے کی چند آسان گھریلو ترکیب حاضر ہیں۔ رات

خوبصورتی کے لیے ہے ہمارے ملک میں خواتین ظاہری آن بان کا تو بہت خیال رکھتی ہے لیکن اپنی صحت کی طرف کم ہی توجہ دیتی ہیں۔ اچھی صحت کے لیے خوراک اور ورزش دونوں بڑی اہمیت رکھتے ہیں۔ متوازن غذا کھائیے پھلوں اور سبزیوں کا استعمال نہایت اہم ہے، وزن نہ بڑھنے دیں۔ آرام ضرور کریں۔ خواہ وہ مختصر ہی کیوں نہ ہو۔ چہرے پر سب سے زیادہ اہمیت جلد کی ہے۔ جلد کو جتنا بھی صاف رکھا جائے اتنی ہی صحت مند ہوگی۔ جب ضرورت نہ ہو تو میک اپ فوراً اتار لینا چاہیے کیونکہ میک اپ سے جلد کے مسام بند ہو جاتے ہیں۔ بعض بہنیں خوبصورت اور گورا نظر آنے کے لیے بے انتہا میک اپ کرتی ہیں۔ جس سے معاملہ برعکس ہو جاتا ہے یعنی خوبصورت لگنے کے بجائے انسان بے ڈھنگا لگتا ہے۔ اس سے جلد بھی پڑ مرودہ ہو جاتی ہے اس لئے مناسب میک اپ کرنا۔ ان کو روکنے کے لیے کھیر ابرا مفید ثابت ہوتا ہے کھیرے کے چند ٹکڑے اپنے چہرے پر ملنے کچھ دنوں میں آپ واضح فرق محسوس کریں گی۔ چہرے میں آنکھیں بڑی اہمیت کی حامل ہیں۔ اگر

تل

جسم کے اعصاب کو تقویت دیتے ہیں

تل ہمارے ہاں صدیوں سے استعمال ہو رہے ہیں۔ موسم سرما میں تل اور گڑ کے لڈوؤں اور ریوڑوں کا بکثرت استعمال ہوتا ہے۔ ریوڑیاں اور گڑ گڑ اور چینی سے بنتی ہیں، جن پر تل چڑھائے جاتے ہیں۔ تل جہاں بطور غذا استعمال ہوتا ہے، وہاں بطور دوا بھی استعمال ہوتا ہے۔

تلوں میں پروٹین اور روغن کے علاوہ دیگر اہم معدنی نمکیات بھی ہوتے ہیں جو 48 فیصد کے قریب ہیں۔ ان میں کیلشیم، میگنیشیم، فولاد، ایلومینیم، تانبا، نکل اور سوڈیم شامل ہیں۔ تل میں کیلشیم سب سے زیادہ پایا جاتا ہے اور ایک فاسفورس آمیز چکنائی بھی پائی جاتی ہے جو جسمانی بافتوں اور اعصابی تقویت کے لئے اہم ہے۔ انسانی دماغ اور غدودوں کی صحت کا انحصار اس فاسفورس آمیز چکنائی پر ہے۔ دماغ میں یہ مادہ تمام جانوروں سے زیادہ ہوتا ہے۔ تل میں موجود اس فاسفورس آمیز چکنائی کو لین تھین کہتے ہیں۔ تل کی ایک اور اہم خوبی یہ ہے کہ اس میں دھاتوں کا تناسب بھی بالکل کم ہے، جس دھات کی جسم کو زیادہ ضرورت ہے وہ زیادہ مقدار میں موجود ہے اور جس کی کم مقدار میں ضرورت ہے وہ کم ہے۔ تل وٹامن ای کا خزانہ ہیں۔ یہ وٹامن جسم انسانی میں نسل کشی میں مدد دیتا ہے۔ جلد بوڑھا نہیں ہونے دیتا اور اس کی موجودگی سے جلد پر چھریاں نہیں پڑتیں۔ تلوں میں ایسے کیمیائی مرکبات بھی موجود ہیں جو جسم انسانی کی شکست در پخت کو روکتے اور جسم کے خستہ خلیوں اور بافتوں کی تعمیر میں عجیب کرشمہ دکھاتے ہیں۔ اس طرح جسم کے اعصاب کو تقویت دیتے ہیں، جس سے جسمانی انگلیں اور توانائیاں بیدار ہوتی ہیں۔ قدرت کی یہ چھوٹی سی خوب نعت آج کے خستہ اعصاب اور شکست در پخت کے عمل کا شکار انسان کے لئے خصوصی تحفہ ہے، خصوصاً وہ لوگ جو ذہنی دباؤ اور اعصابی تناؤ کے باعث ڈپریشن کا شکار ہیں، انہیں قدرت کی عطا کردہ اس نعت سے موسم سرما میں بھرپور استفادہ کرنا چاہیے۔



جاتا ہے۔
☆..... وہ لوگ جو دماغی کام کرتے ہیں اور گھمبیر مسائل کے سبب شدید ذہنی دباؤ اور اعصابی تناؤ کا شکار ہیں ان کے لئے تلوں کا استعمال نعت غیر متزقیہ ہے۔
☆..... تلوں کا استعمال ہر عمر کے افراد یکساں کر سکتے ہیں اور اس کے فوائد ہر عمر کے افراد کے لئے یکساں ہیں۔
☆..... مغزیات کا استعمال نامعلوم تاریخ سے ہوتا تو رہا ہے۔ زندگی کے ابتدائی دور میں بہت استعمال ہوتے تھے، پھر استعمال کم ہونے لگا، اب جدید تحقیقات کے بعد پھر ان کا موسم سرما میں استعمال بطور تقویت بخش غذا بڑھ گیا ہے۔
☆..... تل زود ہضم ہیں، ان میں لحمیات بہت زیادہ ہوتے ہیں۔ اتنے کسی سبزی میں نہیں ہوتے۔ نباتاتی علاج کے عالمی ماہر ڈاکٹر کیلوگ کا کہنا ہے کہ تمام نباتاتی غذاؤں میں عمدہ پروٹین مغز کے اندر ہوتی ہے، یہ حیوانات کے گوشت سے بھی زیادہ توانائی بخش ہے۔
☆..... موسم سرما میں مغزیات جن میں تل بھی شامل ہیں، کا استعمال ایک ٹانک کا درجہ رکھتا ہے۔ خصوصاً طلبہ اور دماغی کام کرنے والے اسے ضرور استعمال کریں، اس سے حافظہ بہتر ہوتا ہے، خون کی کمی جاتی رہتی ہے اور اعصاب کو تقویت ملتی ہے۔
☆..... وہ لوگ جنہیں بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) کا عارضہ ہو، مغزیات کے استعمال میں احتیاط کریں۔ ویسے بھی ہر شے کے استعمال میں اعتدال ہی کی راہ مناسب ہے اور یہی راہ فطرت ہے، عدم توازن ہی امراض پیدا کرتا ہے۔
تل کھانے کا طریقہ:
تلوں کو بھون لیں اور تھوڑی مقدار میں شہد ملا لیں۔ روزانہ دو سے تین چمچ کھا سکتے ہیں۔ تل بھون کر رکھنے سے خراب نہیں ہوتے اور یوں ان کی عمر بڑھ جاتی ہے۔ تلوں کے کھانے کے بعد اگر سرکے یا انار دانہ لے لیا جائے تو بہت بہتر ہے۔ سرکے یا انار دانہ معدے کی کیفیت کو تبدیل نہیں کرتے، بلکہ معتدل رکھتے ہیں۔
بعض ماڈرن لوگ تلوں کو قدامت کی نشانی خیال کرتے ہوئے استعمال کرتے ہیں مگر انہیں معلوم نہیں کہ قدرت نے اس نعت میں کس قدر فوائد رکھے ہیں۔ موسم سرما میں بھرپور استعمال کرنا چاہیے۔

مکئی، گندم اور چنے کی روٹی کے ساتھ مزادیتی ہے۔
☆..... تلوں کا استعمال پھیپھڑوں اور کھانسی کے لئے مفید ہے۔
☆..... تلوں کا استعمال جسم کو موٹا کرتا ہے۔
☆..... جدید تحقیقات کے مطابق تلوں میں حیاتین اور پروٹین موجود ہوتے ہیں۔ یہ دونوں اجزاء جلد ہضم ہونے والے ہیں جن کے کوئی مضر اثرات نہیں، گویا تلوں کو گوشت کے فوائد کا نعم البدل قرار دیا جاسکتا ہے۔
☆..... تل کے پودے کے پتے اور پھول بھی مفید ہیں تل کے پتوں کو بالوں کی مضبوطی اور درازی کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔
☆..... تل انسان کو جسمانی اور دماغی دونوں اعتبار سے صحت مند رکھتا ہے۔
☆..... تل ہر عمر کے افراد کے لئے یکساں مفید ہے۔
☆..... تل میں ایسے کیمیائی مرکب بھی ہوتے ہیں جو کبیر کی روک تھام میں مفید ہیں۔
☆..... تلوں سے حاصل کردہ تیل طب مشرق کی بہت سی ادویہ کا جزو ہے۔ ہمارے ہاں جو تیل مالش کے لئے مستعمل ہیں ان میں تلوں کا تیل جسے بیٹھاتیل بھی کہتے ہیں، خصوصی جزو ہے۔
☆..... فرانس میں تلوں سے تقویت کا ایک ٹانک تیار کیا



تین پاؤ امرود کھایا کرے۔ اس سے اس کا بدن ہلکا چھلکا آنتوں میں غیر ضروری حرکت کا خاتمہ اور پیٹ کی مکمل صفائی ہوگی۔

دانتوں کیلئے

اس کے پتوں کو جوش دے کر اس سے غرارے کرنے سے منہ کا ورم رفع ہو جاتا ہے مسوڑے اور ہلکے دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔ دانتوں کے درد کو تسکین ہوتی ہے۔

مسوڑھوں کے درد کیلئے

امرودمسوڑھوں کی سوزش اور ان کے درد کو ختم کرتا ہے اور ان سے خون بہنے کے عمل کو بند کرتا ہے۔

منہ کے چھالوں کیلئے

امرودمنہ کے چھالوں اور سوجن کے لیے بھی مفید ہے، اس کے لیے سوا تو لے سے ایک چھٹانک تک امرود کے پتے لیں۔ انہیں ایک لیٹر پانی میں خوب جوش دیں۔ جب یہ ایک تہائی رہ جائے تو اس سے منہ اور گلے کے غرارے کریں۔ دو تین بار ایسا کرنے سے منہ کی سوجن دور ہو جاتی ہے اور منہ کی بدبو سے بھی نجات ملتی ہے۔

ہیضے کیلئے

ہیضے والے کو اس کے پتوں کو جوش کر کے پلانے سے پرانے دست بند ہو جاتے ہیں۔ اس کی جڑ کی چھال یا کچے پتوں کو جوش کر کے پلانے سے پرانے دست بند ہو جاتے ہیں۔

قدرت نے اس پھل کو کئی قیمتی اجزاء سے مالا مال کیا ہے اس میں کچے اور پکے دونوں حالتوں میں غذائی اجزاء اور شفاف معدنیات موجود ہیں

نکسیر کیلئے

امرودمکسیر کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور خون کا توام اگر پتلا ہو گیا ہو تو اس کی گرمی کو دور کر کے اسے اعتدال پر لاتا ہے۔

متلی کی شکایت

اگر کسی وقت آپ کا دل متلی کر رہا ہو اور طبیعت پر گرانی کا احساس ہو، گھبراہٹ اور بے چینی بڑھے تو امرود کو کھائیں نہیں بلکہ اسے بار بار سو گھنٹے رہیں اس سے آپ کو چند منٹوں میں سکون حاصل ہوگا اور متلی کی شکایت رفع ہو جائے گی۔

پیٹ کی مکمل صفائی کیلئے

امرودمیں پروٹین، نشاستہ، معدنی نمکیات، سوڈیم، فاسفورس، وٹامنز، نباتاتی، گھی، چونا اور ایسٹوریک ایسڈ موجود ہوتے ہیں اس لیے اسے دائمی قبض کے لیے مفید قرار دیا گیا ہے۔ دائمی قبض میں مبتلا مریض کو چاہیے کہ وہ صبح ناشتے میں آدھا کلو سے

خاص خوبی ہوتی ہے کہ اسے کسی بھی صورت کیڑا نہیں لگتا ہے۔ عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ امرود کا پودا چار سال کی عمر کے بعد ہی پھل دینا شروع کر دیتا ہے اور پھر تقریباً بیس سال تک اپنی اس بار آوری کا سلسلہ جاری رکھتا ہے۔ ماہرین کی جدید تحقیقات سے یہ آ مر روشن ہوا ہے کہ سات سال سے پندرہ سال کی عمر کا حصہ ہی اس کی جوانی کا دور ہوتا ہے اس دورانیے میں اس کا پھل اپنے اندر طاقت و توانائی کے خزانے سمونے ہوتا ہے۔ اسی عرصے میں یہ خوب پھیلتا اور پھولتا ہے۔

امرودمکسیر کیلئے

روزانہ پانچ عدد پکے اور تازہ امرود کاٹ کر قاشوں کی صورت میں بنالیں ان پر نمک اور سیاہ مرچ چھڑک کر کھانا بھوک کی کمی کو دور کرتا ہے۔ آپ اس نسخے کے بعد پیٹ بھر کر کھانا کھانے اور اسے صحیح معنوں میں ہضم کرنے کی صلاحیت خود میں پائیں گے۔

وافر غذائیت اور وٹامنز کے باعث لاجواب پھل ہے



ہوتی ہے اور اس کا چھلکا چکنا اور گودا سفید ہوتا ہے۔ اس میں دیگر قسموں کی نسبت مٹھاس کم ہوتی ہے۔
 بیدانہ: اس کا سائز چھوٹا اور اس میں بیج کم ہوتے ہیں لیکن اس میں بھی حلاوت اور شربتی کم ہوتی ہے۔
 سیندوری: اس قسم کے امرود کے چھلکے پر سرخ سرخ رنگ کے دھبے ہوتے ہیں۔ جن کی صورت پتوں سے قدرے ملتی ہے۔ ان میں سے بعض سیب کی طرح سرخ بھی ہوتے ہیں۔ یہ قسم بھی عمدہ خیال کی جاتی ہے۔
 سرخی: جیسا کہ نام سے ہی ظاہر ہے کہ اس قسم کا امرود سرخ ہوگا۔ اس کا چھلکا سرخی مائل ہوتا ہے اور گودا بھی قدرے سرخی مائل ہوتا ہے۔ مگر اس میں مٹھاس کم ہوتی ہے۔ اس قسم کے امرود میں ایک

ہے اور کچھ کا چھلکا کھر درا اور بے رونق، بعض کا گودا سفید ہوتا ہے اور بعض کا گودا سرخی مائل ہوتا ہے۔ ہمارے ملک میں امرود کی کئی طرح کی اقسام پائی جاتی ہیں جن میں سے مندرجہ ذیل بے حد مشہور ہیں۔
 سفید: اس قسم کے امرود کی شکل گول اور چھلکا چکنا ہوتا ہے۔ اس کا گودا بالکل سفید ہوتا ہے۔ کھانے میں خوش ذائقہ اور مزے دار ہوتا ہے اسے عام طور پر الہ آبادی بھی کہا جاتا ہے۔
 کرلیا: یہ قسم بھی اعلیٰ تصور کی جاتی ہے۔ یہ شکل و شبہت میں کرلیے کی طرح لمبوتر ہوتا ہے۔ اس کا چھلکا کھر درا اور اس کا گودا اندر سے سفید ہوتا ہے اس کے ذائقے میں شربتی ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ اس پر طرح طرح کے گڑھے بھی موجود ہوتے ہیں۔
 حفصی: اس قسم کا امرود عام ملتا ہے۔ اس کی شکل و صورت گول

امرو کے فائدے اور خواص
 امرود دنیا بھر میں پایا جانے والا پھل ہے۔ گرمیوں اور سردیوں میں یہ پھل سات آٹھ ماہ دستیاب ہوتا ہے۔ قدرت نے اس پھل کو کئی قیمتی اجزاء سے مالا مال کیا ہے اور اس میں وافر غذائیت اور وٹامنز کے باعث یہ ایک لاجواب پھل ہے۔ اس پھل میں کچے اور پکے دونوں حالتوں میں غذائی اجزاء اور شفاف معدنیات موجود ہوتے ہیں یہ موسم سرما کا پھل ہے، جو کہ نزلہ و زکام اور کھانسی کے لیے نہایت مفید ہوتا ہے۔

امرو کی اقسام
 امرود کا پھل شکل و صورت میں مختلف قسم کا ہوتا ہے۔ بعض گول ہوتے ہیں تو بعض لمبوترے یا بیضوی، کچھ کا چھلکا صاف اور چکنا ہوتا

توانائی اور ماحول کی بچت کے مفید مشورے

ماحول سے بچاؤ کریں

- 110 کی بجائے 100 کی بجائے کم پاور کے مانیٹر اور کم پاور کے مانیٹر کے بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- اگر کاروبار کے مانیٹر اور کم پاور کے مانیٹر کے بجائے کم پاور کے مانیٹر کے بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 1200 MW بجائے 1000 MW بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- اگر کاروبار کے مانیٹر اور کم پاور کے مانیٹر کے بجائے کم پاور کے مانیٹر کے بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 800 MW بجائے 600 MW بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- مانیٹر کے بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 45 MW بجائے 30 MW بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 3.75 بجائے 3.0 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 10 بجائے 5 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 MW بجائے 80 MW بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔

روشنی توانائی کی بچت کے ساتھ

- LED کی بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 70% بجائے 50% بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 80 بجائے 60 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 10 بجائے 5 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔

مشورہ توانائی کی بچت کے ساتھ

- 20% بجائے 10% بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔

برقی آلات کا استعمال توانائی کی بچت کے ساتھ

- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔
- 100 بجائے 80 بجائے کم پاور کے مانیٹر کو استعمال کریں۔

توانائی کی بچت کے اقدامات

ورلڈ میمن آرگنائزیشن پاکستان چیپٹر مانکروفنانس اسکیم



ورلڈ میمن آرگنائزیشن کی مانکروفنانس کمیٹی کی جانب سے چھوٹے کاروباری حضرات کیلئے لون کا اجرا کیا گیا ہے۔ اس اسکیم کے تحت چھوٹے دوکاندار کو دس ہزار روپیہ لون بغیر منافع کے دیا جاتا ہے۔ جو ان کو ماہانہ ہزار روپیہ قسط کے حساب سے واپس کرنا ہوگا آل پاکستان میمن فیڈریشن سے منسلک تمام جماعتوں کے ممبران اس لون سے فائدہ اٹھا کر اپنے چھوٹے کاروبار کو مزید وسعت دے سکتے ہیں۔ اس لون کے لئے مندرجہ ذیل شرائط کا خاص خیال رکھیں۔ درخواست فارم WMO آفس سے حاصل کریں۔

- 1- درخواست فارم کے ساتھ قومی شناختی کارڈ اور جماعت کے کارڈ کی کاپی منسلک کریں۔
- 2- درخواست فارم پر اپنا فوٹو چسپاں کریں۔
- 3- فارم پر دو میمن حضرات کی تصدیق لازمی ہے۔
- 4- درخواست فارم پر جماعت کی تصدیق کروائیں۔
- 5- کم سے کم تین سال کا کاروباری تجربہ ہونا چاہئے۔
- 6- مانکروفنانس اسکیم صرف پرانے اور چلتے ہوئے کاروبار کیلئے ہے۔

مزید تفصیلات اور معلومات کیلئے WMO آفس تشریف لائیں یا مندرجہ ذیل نمبروں پر رابطہ کریں۔

ورلڈ میمن آرگنائزیشن (پاکستان چیپٹر)

WMO ہاؤس، 32/8 اسٹریٹ نمبر 6 مسلم آباد، کراچی

فون آفس: 021-34910437

34911642

34911963

بدہضمی...

پیٹ کی متعدد بیماریوں کی علامت

بدہضمی ایک عام بیماری ہے جسے لوگ اکثر سنجیدگی سے نہیں لیتے۔ پیٹ میں بوجھ یا کھانے کے بعد بوجھ، کھٹے ڈکار، منہ میں کھٹاپانی آتے رہنا، صبح اٹھنے پر منہ کا ذائقہ کسلا، پیٹ میں ہوا بھی رہنا بدہضمی کی عمومی علامات ہیں۔ چونکہ یہ تمام کیفیات پیٹ کی خرابی کی آئینہ دار ہیں اس لئے کھانا ٹھیک سے ہضم نہ ہونے کی وجہ سے جسم میں کمزوری خاص طور پر کمر اور ٹانگوں کے پٹھے درد کرتے ہیں۔ زیادہ تر مریض سوڈے کی بوتل اسپتالوں کے لال کچر اور مختلف چورن کو بدہضمی کا علاج سمجھتے ہیں اکثر یہ نسخے سالہا سال سے استعمال کرتے چلے آتے ہیں پھر وہ وقت آتا ہے جب ان ٹوکوں سے ان کو فائدہ نہیں ہوتا تو پھر اس مرحلہ پر مریض کسی معالج سے مشورہ کرتا ہے لیکن مریضوں کی اکثریت اس کیفیت کو بیماری سمجھنے پر تیار نہیں ہوتی اگر ان کو باقاعدہ علاج کا کہا جائے تو اکثر لوگ اس پر آمادہ نہیں ہوتے۔

بدہضمی بذات خود بیماری نہیں بلکہ پیٹ میں ہونے والی متعدد بیماریوں کی علامات ہے جیسے کہ۔

عام بدہضمی!

مرغن غذاؤں، مسلسل بسیار خوری، آرام طلب زندگی، پرانی قبض، کھانے کے غیر متعین اوقات یا کھانا کھانے کے بعد جلد سوجانے کی وجہ سے آنتوں میں غذا معمول سے زیادہ ٹھہرتی ہے جس کی وجہ سے بدہضمی کی علامات پیدا ہوتی ہیں جو لوگ گھر سے سواری پر کام پر جاتے ہیں اور اسی طرح واپس آتے ہیں ان کو بدہضمی کی بیماری عام ہوتی ہے۔

نفسیاتی بدہضمی!

ذہنی دباؤ، غصہ، گھبراہٹ، ڈر، خوف، اضطراب اور پریشانی صدمات کی وجہ سے آنتوں کے افعال متاثر ہوتے ہیں ان تمام ذہنی کیفیات میں بھوک اڑ جاتی ہے آنتوں میں غذا کا سفر طویل ہو جاتا ہے قبض اکثر ہوتی ہے اور بے خوابی ان کے ذہنی نتائج ہیں۔

آنتوں کی سوزش!

پرانی چیچش، اپنڈکس، پیٹ کے کیڑے خاص طور پر Giardiasis بدہضمی کا باعث ہوتے ہیں۔

اسباب

اپنڈکس اور ذہنی اثرات سے ہونے والی بدہضمی عرصہ دراز سے ہوتی ہے اگر علامات میں کمی آتی رہتی ہو تو یہ معدہ کے السر کو ظاہر کرتی ہے۔

جگر کی خرابیوں اور کینسر کی صورت میں بھوک اڑ جاتی ہے ذہنی بدہضمی اور معدہ کی سوزش میں متلی بھی ہوتی ہے اگر قے آرہی ہو تو اس کا مطلب شدید بیماری یا رکاوٹ ہے خون کی قے جگر کے انحطاط، معدہ کے السر معدہ کی سوزش اور کینسر میں آتی ہے۔

مسلسل قبض آنتوں کے زخم، معدہ کے کینسر، معدہ کے منہ کی بندش، اپنڈکس کی سوزش میں ہوتی ہے جبکہ اسہال آنتوں کی سوزش، بڑی آنت کے کینسر اور بلبلہ کی سوزش میں ہوتے ہیں۔ سیاہ رنگ کا پاخانہ اس صورت میں آتا ہے جب فولاد کا کوئی مرکب کھایا جا رہا ہو۔ ورنہ یہ آنتوں میں زخم اور کینسر کی علامت ہے۔

منہ میں تیزابی پانی معدہ کے زخموں اور معدہ کی مزمن سوزش میں آتا ہے تغیر اور پیٹ میں ہوا زیادہ تر پتہ کی بیماریوں کے علاوہ ڈکار مارنے کی بری عادت سے ہوتے ہیں۔

مریض کی علامات اگر تبدیل ہوتی رہتی ہوں اور اسے کافی عرصہ آرام رہتا ہو یا صبح کو متلی اور درد بغیر کسی کوشش کے ٹھیک ہو جاتے ہیں تو پھر پریشانی کی کوئی بات نہیں ہوتی۔

مسح الملک حکیم اجمل خان صاحب نے بھرے پیٹ کھانا کھانے، جلد جلد کھانے، بسیار خوری، کھانے کے درمیان زیادہ پانی پینے سے چاول اور ٹھنڈی چیزیں کھانے اور ٹھیل غذاؤں کو بدہضمی کا باعث قرار دیا ہے۔

علاج! بدہضمی بذات خود کوئی بیماری نہیں بلکہ متعدد بیماریوں کی علامت ہے۔ ذہنی بوجھ یا ٹھیل غذاؤں کی وجہ سے پیدا ہونے والی صورتحال کا علاج تو ادویہ سے کیا جاسکتا ہے لیکن اپنڈکس یا پتہ کی سوزش کا علاج دو اؤں سے کرنا خطرناک ہے۔

جدید طب میں ایک نیا رجحان پیدا ہو گیا ہے کہ معالج حضرات کے پاس آنتوں کو سکون دینے والی کثیر ادویات موجود ہیں۔ یہ بنیادی طور پر اعصاب پر مضعف اثر رکھتی ہیں جس سے مریض کی حیات کند ہو جاتی ہیں یا آنتوں میں حرکات کم کر کے ایسا لگتا ہے کہ جیسے اطمینان ہو گیا۔ حقیقت میں اصل بیماری اپنی جگہ قائم و دائم ہوتی ہے مریض بیچارہ اس خوش فہمی میں رہتا ہے کہ میرا علاج ٹھیک ہو رہا

ہے۔ طب نبوی اس سلسلے میں انتہائی آسان اور کم خرچ علاج کے بارے میں رہنمائی فراہم کرتی ہے۔

بدہضمی کا بنیادی علاج شہد ہے حالات خواہ کچھ بھی ہوں شہد پینے سے آرام آتا ہے معدہ اور آنتوں کی جلن رفع ہوتی ہے تھوڑی سی دیر میں بوجھ کم ہو جاتا ہے شہد اگر گرم پانی میں پیا جائے تو اکثر اوقات نیند آ جاتی ہے جس کے بعد علامات کا بیشتر حصہ ختم ہو جاتا ہے۔

کھانے کے بعد بوجھ زیادہ ہو تو 3-4 دانے خشک انجیر کھالینی چاہئے یہ خوراک کو ہضم کر دے گی اور اس طرح چکنائیوں یا دوسرے اسباب سے بدہضمی پیدا ہونے کا کوئی احتمال نہ رہے گا۔

اکثر مریضوں میں جو کادلیہ شہد ملا کر دینا مفید رہتا ہے نبی اکرم نے پیٹ کے جملہ امراض کے لئے جو کادلیہ جس میں دودھ اور شہد ملا یا گیا ہو تجویز فرمایا ہے ہم نے ذاتی طور پر پیٹ کی اکثر بیماریوں میں جو کادلیہ انتہائی مفید و موثر پایا۔ یہ دلیہ پیٹ کی سوزش کو ختم کرتا ہے معدہ میں التهاب اور تیزابیت کے لئے انتہائی مفید ہے پیٹ سے ہوا نکالتا ہے صفر کو خارج کرتا ہے جو کی لیس جلن کو سکون دیتی ہے یہ قبض کشا ہے۔ پیشاب آور ہے چونکہ اس میں چکنائی نہیں ہوتی اس لئے اسے ہر کیفیت میں خاص طور پر ان مریضوں میں جن کو معدہ میں جلن کی وجہ سے قے ہوتی ہو فائدہ دیتا ہے جو کادلیہ جسمانی کمزوری کا علاج بھی ہے۔

نبی اکرم نے بیماریوں کے علاج میں ایک اہم اضافہ زیتون کے تیل کی صورت میں فرمایا ہے۔ پیٹ کی ہر بیماری میں زیتون کا تیل ایک شافی علاج ہے۔ معدہ میں کینسر یا زخم کی صورت میں زیتون کا تیل انتہائی مفید ہے۔ بڑا چھج صبح و شام کھانے سے تقریباً 10 منٹ پہلے پی لیں۔ بدہضمی کے علاج میں یہ مرکب انتہائی مفید اور ارزاق ہے۔

قسط شیریں 50 گرام کلونچی 50 گرام مہندی کے پتے 10 گرام سونے 10 گرام ان تمام اشیاء کو صاف کر کے باریک پیس لیں۔ چھوٹا آدھا چھج صبح و شام کھانے کے بعد دینے سے اکثر مریض شفا یاب ہو جاتے ہیں۔ لیوں اور سرکہ کا استعمال بدہضمی کے مریضوں کو فائدہ دیتا ہے مگر وہ اسے شہد کے شربت میں ڈال کر استعمال کریں۔

اپنے فیصلے کو اپنانے کا ہنر سیکھیں

خود کو ملامت کئے بغیر اپنی غلطیوں کو تسلیم کرنے کی عادت اپنائیں

بڑھنا چاہئے۔ یہاں تک کہ اسی تذبذب میں بھوکا مر گیا۔
 جو لوگ فیصلہ سازی میں تذبذب کا شکار ہوتے ہیں، ان کے لئے
 ماہر نفسیات کا مشورہ یہ ہے کہ وہ فیصلہ اپنے آپ سے اپنے
 خیالات کے بارے میں سوالات کریں۔ وہ یہ سوچ سکتے ہیں کہ ”
 مجھے یہ معلوم ہونا چاہئے کہ میں دراصل کیا چاہتا ہوں اور جب تک
 مجھے معلوم نہ ہو، میں کوئی فیصلہ نہیں کروں گا۔“ وہ خود سے یہ سوال
 بھی کر سکتے ہیں ”مجھے فوری طور پر بات کا ثبوت مل جانا چاہئے
 کہ میں بالکل درست فیصلہ کر رہا ہوں اور میں یہ بھی جانتا ہوں کہ
 صرف ایک فیصلہ ہی درست ہو سکتا ہے۔“ لیکن چونکہ شاز و نادر ہی
 کبھی کوئی صرف ایک فیصلہ درست ہو سکتا ہے لہذا بہتر یہ ہوگا کہ وہ
 اپنے اس فیصلے کو قبول کرنے اور اپنانے کا ہنر سیکھ لیں..... باوجود یہ
 کہ بعد میں یہ معلوم ہو کہ فیصلہ درست نہیں تھا۔ یہ اس لئے ضروری
 ہے کہ بعد میں فیصلوں پر افسوس کرنا، حقیقی معنوں میں ”خوشیوں کا
 قتل“ ہو جاتا ہے۔ ہم افسوس کا اظہار عموماً اس وقت کرتے ہیں
 جب حالات ہماری توقعات کے مطابق نہیں ہوتے اور ہمیں وہ
 نہیں ملتا جس کی ہم خواہش کرتے ہیں۔ ایسے لوگوں کی چھوٹے
 چھوٹے فیصلوں میں بھی حوصلہ افزائی کرنی چاہئے تاکہ ان میں
 زیادہ خود اعتمادی پیدا ہو جائے اور مزاج میں ثابت قدمی اور
 استحکام نمایاں ہونے لگے۔ ان کی اس بات پر بھی حوصلہ افزائی کی
 جانی چاہئے کہ بالفرض انہوں نے کوئی غلط فیصلہ کیا ہے تو بھی وہ
 خود کو ملامت کئے بغیر اپنی غلطیوں کو تسلیم کرنے کی عادت
 اپنائیں۔ نیڈ و پیلوئی ایسے لوگوں کے لئے سفارش کرتے ہیں کہ
 وہ پورے ایک ہفتے کے لئے ”افسوس سے رخصت“ پر چلے جائیں
 اور اس عرصے کے دوران کسی بھی چیز کے انتخاب کی پریکٹس
 کریں۔ جو نتیجہ سامنے آئے اسے قبول کریں اور پیچھے مڑ کر دیکھنے
 سے انکار کریں۔ پھر یہی لائحہ عمل دوسرے ہفتے میں بھی جاری
 رکھیں۔ اس عمل کو اس وقت تک دہراتے رہیں جب تک کہ ان
 میں فیصلہ کرنے کی صلاحیت مستحکم نہ ہو جائے۔



صرف درست فیصلے ہی کریں۔ بلاشبہ اچھا فیصلہ کرنا بہت ضروری
 ہوتا ہے لیکن جب ہم یہ آہنی سوچ اپنے ذہن پر طاری کر لیتے ہیں
 کہ ہمارا کیا جانے والا فیصلہ بہر صورت درست ہونا چاہئے تو پھر
 ایسی صورت میں نہ صرف ہم کسی فیصلہ کن نتیجے پر پہنچنے میں ناکام
 رہتے ہیں بلکہ ہم اپنے کئے گئے فیصلوں کے بارے میں بھی فکرمند
 اور پریشان ہونے لگتے ہیں۔ اس سے بھی زیادہ اہم بات یہ ہوتی
 ہے کہ سابقہ فیصلے کو الٹ دیتے ہیں اور پھر اس کے بارے میں فکر
 مند ہونے لگتے ہیں۔

یہ بات ویسے تو بڑی خوش آئند محسوس ہوتی ہے کہ ہم اپنے فیصلوں
 میں آزاد بھی رہیں اور ہمیں ان کے نتیجے میں کوئی نقصان بھی نہ
 پہنچے لیکن عملی دنیا میں ایسا ممکن نہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ فیصلے کی
 صلاحیت سے آراستہ افراد ہی دنیا کے مختلف شعبوں کی قیادت کے
 اہل ہوتے ہیں۔ اس سلسلے میں نیڈ و پیلوئی نے فرانسیسی فلسفی جین
 بریدان کا بھی حوالہ دیا ہے جس سے منسوب گدھا یکساں فاصلوں
 پر موجود چارے کے ایک ہی قسم کے دو گٹھوں کے درمیان مسلسل
 کھڑا رہا اور یہ فیصلہ کرنے میں ناکام رہا کہ اسے کس گٹھے کی طرف

یہ مسئلہ اکثر لوگوں کو پیش آتا ہے۔ کسی معاملے میں وہ کوئی فیصلہ
 کرتے ہیں اور پھر پانچ منٹ کے بعد ان کا ذہن بدل جاتا ہے
 اور اسی کے ساتھ فیصلے میں بھی تبدیلی آ جاتی ہے۔ ایسا کیوں ہوتا
 ہے؟ یا اس رویے کے پیچھے کیا اسباب کارفرما ہوتے ہیں؟ اس
 مسئلے پر مشہور ماہر نفسیات نیڈ و پیلوئی روشنی ڈالتے ہیں۔ نیویارک
 سٹی میں پرائیویٹ پریکٹس کرنے والے، ہونفسر ایونیورسٹی سے
 ڈاکٹریٹ کے علاوہ وہ ”سائیکولوجی ٹو ڈے“ کے مدیر معاون بھی
 ہیں۔ نیڈ و پیلوئی کے بقول جو لوگ ڈپریشن کا شکار ہوتے ہیں یا
 ان میں خود اعتمادی کی کمی ہوتی ہے یا وہ کسی پریشانی یا اضطراب کی
 کیفیت سے دوچار ہوتے ہیں، انہیں اہم معاملات کے فیصلے
 کرنے میں دشواریاں پیش آ سکتی ہیں لیکن اگر ان میں ایسی کوئی
 بات موجود نہ ہو تو بھی بہت ممکن ہے کہ انہیں اپنے فیصلوں کے
 بارے میں سنگین قسم کی فکر یا پریشانی لاحق ہو۔ انہیں یہ خدشات
 دامن گیر ہو سکتے ہیں کہ معلوم نہیں ہم صحیح وقت پر صحیح چیز کا انتخاب
 کر رہے ہیں یا نہیں۔

ماہر نفسیات نیڈ و پیلوئی کا یہ کہنا ہے کہ فیصلوں میں تاثر یا
 تذبذب (Indecisiveness) کا بنیادی سبب یہ ہوتا ہے کہ
 ہمیں کسی ایسی چیز کے کھوجانے کا احساس ہوتا ہے جو ہمارے
 خیال میں ہمیں راحت پہنچا سکتی ہے یا ہماری کوئی ضرورت پورا
 کر سکتی ہے لیکن جب ہم اپنی خواہش کے مطابق عمل کرتے ہیں تو
 بعض اوقات ہمیں اسی قسم کے صدمات کا تجربہ ہوتا ہے جس سے
 دھوکہ دہی کا شکار ہونے والے خریدار گزرتے ہیں۔ اس تجربے
 کے فوراً بعد ہم اپنے فیصلے پر افسوس اور مایوسی کا اظہار کرنے میں
 ذرا دیر نہیں لگاتے لیکن خود کو اس قسم کی ذہنی اذیت دینے کا کوئی
 جواز نہیں ہے۔

فیصلے کرنے کے حوالے سے ہماری بہت ساری تشویشات اور
 پریشانیاں غیر منطقی، غیر حقیقت پسندانہ اور عقل و شعور کے خلاف
 ہوتی ہیں اور ایک لحاظ سے یہ بالکل ناممکن ہے کہ ہر حال میں ہم

زبان میں مٹھاس پیدا کریں



کرنی چاہیے، کیونکہ آزادی رائے سب کا حق ہے۔ دوسروں میں مقبولیت کی خاطر بلا مقصد لٹاف گھڑنا، آداب کے منافی عمل ہے۔

یہ کوشش کی جانی چاہیے کہ ایسے موضوعات پر بات کی جائے تو سامع اور متکلم یعنی بات سننے اور گفتگو کرنے والے دونوں سے متعلق ہوں، غیر متعلقہ باتوں سے پرہیز ضروری ہے۔

مذکورہ باتوں کے علاوہ سب سے اہم بات یہ ہے کہ ہماری زبان ذکر اللہ اور ذکر رسول ﷺ سے غافل نہیں رہنی چاہیے۔

کیونکہ وہ محفل سب سے افضل ہے جہاں اللہ اور اس کے رسول ﷺ کا ذکر کیا جائے۔

حضرت مجدد الف ثانی نے فرمایا: ”میں زبان سے ایک نامناسب کلمہ نکالنے سے رک جاؤں یہ میرے لیے ما میرے نزدیک ایک سال کے نطفی روزوں اور منوں سونا خیرات کر دینے سے افضل ہے۔“

کلام یا خاموشی کے وقت ہر شخص کو اپنا جائزہ لینا چاہیے۔ اگر کلام کی بنیاد حق پر ہے، کلام بہتر ہے، ورنہ خاموشی کلام سے بہتر ہے۔

حضرت علیؓ کا قول ہے کہ ”اگر آپ کی آنکھیں خوبصورت ہیں تو آپ دنیا سے محبت کریں گے لیکن اگر ”زبان“ خوبصورت ہے تو دنیا آپ سے محبت کرے گی۔“

اللہ تعالیٰ زبان اور دل کی تخی کو پسند نہیں کرتا، یہی وجہ ہے کہ اس ذات باری نے یہ دونوں چیزیں جڑی کے بغیر بنائی ہیں۔

☆☆☆☆☆

گفتگو کو جھوٹ سے پاک ہونا چاہیے۔ اس کے ساتھ مدلل بھی ہو تو زیادہ مناسب ہے۔ بات مختصر اور بلا مقصد ہونی چاہیے، زیادہ لمبی تمہید بات کی اہمیت کو ختم کر دیتی ہے۔

گفتگو میں غیبت کا شامل نہ ہونا ضروری ہے، کیونکہ غیبت بدترین گناہوں میں ایک ہے۔

مفروضوں پر بات کرنا بلا تصدیق کسی موضوع یا شخص کے متعلق بات چیت سے اجتناب کرنا چاہیے۔

گفتگو کے دوران مخاطب کی جانب ذہن ہی نہیں، آنکھیں بھی متوجہ ہونی چاہئیں تاکہ مخاطب کو یہ احساس ہو کہ اس کی طرف پوری طرح متوجہ ہیں۔

گفتگو جھوٹ سے پاک اور حقیقت پر مبنی ہو۔ اس کے علاوہ لمبی تمہیدوں سے گریز بھی ضروری ہے کیونکہ لمبی تمہید بات کا تاثر زائل کر دیتی ہے۔

دوران گفتگو کسی کا مذاق اڑانا یا کسی کو برے القابات سے نوازنا نامناسب عمل ہے، کسی کی بھی تعریف کرنی ہو تو ایسے انداز میں کریں کہ وہ خوشامد معلوم نہ ہو، یا اگر کوئی شکایت ہو تو وہ بھی بہتر انداز میں کی جانی چاہیے، تمام گفتگو شکایات کی نذر نہ کی جانی چاہیے۔

اپنی گفتگو یا اپنی بات دوسروں تک پہنچا دینے کے بعد دوسرے کی بات بھی نہایت تحمل مزاجی سے سنی چاہیے۔ دوسرے کی بات کاٹ کر بات کرنے سے گریز کیا جانا چاہیے۔

اپنی رائے دینا اچھی بات ہے لیکن دوسروں پر اپنی رائے مسلط نہیں

بڑی طاقت رکھتے ہیں۔ یہ کسی کا دل توڑ بھی سکتے ہیں اور جوڑ بھی سکتے ہیں۔ یہ کسی اجنبی کو دوست بھی بنا سکتے ہیں اور اچھے دوست کو اجنبی بھی بنا دیتے ہیں۔ الفاظ ہی قرب الہی بھی دلا سکتے ہیں اور اللہ کے غضب کو دعوت بھی دیتے ہیں۔ حضرت داتا گنج بخشؒ ”کشف المحجوب“ میں گفتگو اور خاموشی کے آداب کچھ یوں بتائے ہیں۔

قول معروف (سے مراد) نیک بات کہنا ہے۔ قوت گو یا نبی جتنی بڑی نعمت ہے اتنی بڑی خرابی کا سرچشمہ بھی ہے۔ اس لیے آنحضرت ﷺ نے فرمایا ”میں اپنی امت کے متعلق جس چیز سے ڈرتا ہوں وہ اس کی زبان ہے۔“

خدائے بزرگ و برتر کا ارشاد ہے، کیا وہ یہ سمجھتے ہیں کہ ہم ان کے اسرار اور ان کی سرگوشیوں کو نہیں سنتے (حالانکہ ایسا نہیں ہے) ہم سنتے ہیں اور ہمارے فرشتے انہیں لکھتے ہیں۔

حدیث نبوی ﷺ ہے ”زبان ہی بندے کو جنت کا حق دار بناتی ہے یا پھر دوزخ میں گھکانہ دلاتی ہے۔“

زبان کے استعمال میں محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ چنانچہ بات چیت یا گفتگو کے دوران کچھ احتیاط کی ضرورت ہے، چند اہم باتیں جنہیں دوران گفتگو ہمارے ذہنوں میں ہونا چاہیے۔

گفتگو میں ملائمت اور نرمی ہونی چاہیے۔ الفاظ کا انتخاب مناسب اور موزوں ہونا چاہیے۔

سننے والے یا مخاطب کی ضرورت سے زیادہ بلند آواز میں گفتگو رعونت کا اظہار ہے، اس لیے ایسا مناسب نہیں ہے۔

دورانِ حمل زیادہ کھانا مسائل کا سبب بن سکتا ہے

بیشتر خواتین حمل کے دوران 40 پونڈ سے زیادہ وزن بڑھالیتی ہیں اس لیے ان کے لیے یہ اہم پیغام ہے کہ وہ ضرورت سے زیادہ کھا کر اپنے وزن میں اضافے سے گریز کریں

بعض خواتین میں حمل کے ساتھ مختصر عرصے کے لیے ذیابیطس جیسی علامتیں دیکھی جاتی ہیں۔ ایسی خواتین کے ہاں زیادہ وزنی بچوں کی پیدائش کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

بچیدگیاں پیش آسکتی ہیں۔ اس جائزے کے لئے ڈاکٹر ٹریا ہیلیئر اور ان کی ساتھیوں نے 41 ہزار 540 خواتین کے میڈیکل ریکارڈز کا جائزہ لیا تھا جنہوں نے واشنگٹن اور یگن اور ہوائی میں 1995ء سے 2003ء کے دوران بچوں کو جنم دیا تھا ان تمام خواتین نے حمل کے دوران ہونے والی ذیابیطس کے ٹیسٹ بھی لئے گئے تھے جن میں سے 5.4 فیصد خواتین کو یہ عارضی بیماری لاحق ہوئی تھی اور ان کی غذا، ورزش اور بوقت ضرورت انسولین کی مدد سے بلڈ شوگر کنٹرول کیا گیا تھا۔ مجموعی طور پر جن 20 فیصد خواتین نے 40 پونڈ سے زیادہ وزن بڑھایا تھا، (امریکہ میں یہ حمل کے دوران وزن بڑھانے کی سب سے زیادہ بالائی حد ہے) ان کے ہاں بھاری بھرم بچے پیدا ہوئے تھے۔ ان جائزے میں جن خواتین کو شریک کیا گیا تھا، ان میں 12 فیصد سے بھی کم نارمل وزن رکھنے والی خواتین نے بھاری بچوں کو جنم دیا تھا۔ سب سے زیادہ طبی بچیدگیاں ان خواتین کو پیش آئیں جن کا وزن 40 پونڈ سے زیادہ بڑھ گیا تھا اور اس کے ساتھ انہیں دوران حمل ذیابیطس کی شکایت بھی ہوگئی تھی۔ اس قسم کی تقریباً 30 فیصد خواتین نے بہت زیادہ وزنی بچوں کو جنم دیا تھا جبکہ صرف مخصوص ذیابیطس میں مبتلا 13.5 فیصد خواتین نے نارمل وزن ہونے کے باوجود وزنی بچوں کو جنم دیا تھا۔ ریسرچرز نے کہا ہے کہ اس جائزے سے یہ بات واضح ہوئی ہے کہ خواتین کو دوران حمل بہت زیادہ وزن بڑھانے سے گریز کرنا چاہیے اور جن خواتین کا دوران حمل ذیابیطس کا علاج جاری ہو، انہیں بھی اپنا وزن 40 پونڈ سے کم رکھنے کی کوشش کرنی چاہئے۔ یہ امر قابل ذکر ہے کہ گزشتہ دو عشروں سے حمل کے دوران خواتین کے وزن میں تیزی سے اضافہ دیکھا جا رہا ہے اور بعض ریسرچرز نے یہ شبہ ظاہر کیا ہے کہ اس کی وجہ سے بھی بچوں میں موٹاپے کا عارضہ عالمی وبا کی صورت اختیار کر رہا ہے۔



ان کی اس جائزہ رپورٹ میں یہ بھی کہا گیا ہے کہ حمل کے دوران اضافی وزن بڑھانے والی خواتین کے ہاں زیادہ وزنی بچوں کی پیدائش کا خطرہ تو برہتتا ہی ہے اسی کے ساتھ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ اس قسم کے نومولود بچے زندگی کے بعد کے مراحل میں بھی زیادہ وزنی رہتے ہیں۔ امریکن کالج آف آہیسیٹریکس اینڈ کانا کالوجسٹس کے مطابق وہ نوزائیدہ بچے جن کا وزن پیدائش پر 9 پونڈ (4 کلوگرام) سے زیادہ ہوتا ہے انہیں بھاری بھرم قرار دیا جاتا ہے۔ ایسے بڑے بچوں کی پیدائش سے زچگی کے دوران ماں اور بچے کی زندگی کوئی

ہمارے ہاں کی بیشتر ماں بننے والی خواتین کو دیتی ہیں کہ وہ دوران حمل کھانے پر خصوصی توجہ دیں اور زیادہ سے زیادہ کھائیں کیونکہ انہیں اپنی غذائی ضرورتوں کے علاوہ اس بچے کی غذائی ضرورت بھی پوری کرنی چاہئے جو اس کے پیٹ میں پرورش پارہا ہے۔ تاہم طبی ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ وہ خواتین جو دوران حمل 40 پونڈ یا 18 کلوگرام سے زیادہ وزن بڑھالیتی ہیں ان میں کم وزن رکھنے والی حاملہ خواتین کے مقابلے میں بھاری بھرم بچوں کی پیدائش کا خطرہ تقریباً دوگنا ہو جاتا ہے۔ امریکی ریسرچرز نے 40 ہزار سے زائد خواتین اور ان کے نوزائیدہ بچوں کا جائزہ لیا تھا جس میں یہ دیکھا گیا کہ حمل کے دوران جن خواتین کا وزن بہت زیادہ بڑھ گیا تھا ان میں سے ہر پانچ میں سے ایک خاتون کے ہاں ایسے بچے کی پیدائش کا امکان دوگنا ہو گیا تھا جس کا وزن 9 پونڈ یا 4 کلوگرام سے زیادہ ہو سکتا تھا۔ ریسرچ کے دوران یہ بھی دیکھا گیا کہ جن خواتین کا وزن دوران حمل 40 پونڈ (18 کلوگرام) سے زیادہ بڑھ گیا تھا ان کے ہاں اس صورت میں بھی وزنی بچے کی پیدائش ہوئی تھی کہ انہیں دوران حمل ہونے والی ذیابیطس کی بیماری (Gestational Diabetes) لاحق نہیں ہوئی تھی۔ بعض خواتین میں حمل کے ساتھ مختصر عرصے کے لئے ذیابیطس جیسی علامتیں دیکھی جاتی ہیں۔ ایسی خواتین کے ہاں بھی زیادہ وزنی بچوں کی پیدائش کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ پورٹ لینڈ، اور یگن میں کیسر پر مائٹ سینٹر فار ہیلتھ ریسرچ کی ڈاکٹر ٹریا ہیلیئر نے کہا ہے کہ چونکہ بیشتر خواتین حمل کے دوران 40 پونڈ سے زیادہ وزن بڑھا لیتی ہیں اس لئے ان کے لئے یہ ایک اہم طبی پیغام ہے کہ وہ ضرورت سے زیادہ کھا کر اپنے وزن میں اضافے سے گریز کریں۔ آہیسیٹریکس اینڈ کانا کالوجی جرنل میں شائع ہونے والی



الْحِجَامَةُ

Memon Institute of Hijama Therapy

A Project of World Memon Organisation

بہترین علاج جسے تم کرتے ہو حجامہ لگانا ہے (الحمد للہ)

پاکستان میں پہلی مرتبہ سنت رسول ﷺ کی روشنی میں

میمن انڈسٹریل اینڈ سیکولیکل انسٹیٹیوٹ میں حجامہ کلیننگ اور حجامہ ٹرییننگ کا آغاز

حجامہ کے فوائد

شوگر، بلڈ پریشر، ہائی کولیسٹرول، پتہ اور گروے کی پتھری، یرقان، دل کے امراض، پیشاب کے غدود، قوت باہ کی کمی، ہینشن، ڈیپریشن بے خوابی، امراض جگر و معدہ، السر ہونا یا بے اولادی، یادداشت کی کمی، کینسر، سکریٹ نوشی روکنے کے لیے امرگی، خواتین کے بچھیدہ اور پوشیدہ امراض، جوڑوں اور ہڈیوں کے درد (تمام اقسام) سرکامچا پن، فالج، بواسیر اور فشر، ٹینڈ کا زیادہ آنا، سستی گروے ٹیل اور (الہیس) شامل ہیں۔



MITI: Plot # ST- 118, Sector 36-I, (Civic Center-3) Korangi -5, Karachi
Tel: 021-35035542-3, Email: miht@wmomiti.com

ہاؤس وانف نہیں ہوم میکر بننے



شوہر کی آمدنی کے مطابق بجٹ بنا کر گھر کو چلانا
ایک اچھی خاتون خانہ کی سب سے اہم خصوصیت
ہے جو اسے ہاؤس وانف کے بجائے ہوم میکر
کا درجہ دلانے میں بڑی اہمیت رکھتی ہے

رکھنے والی لڑکیاں شادی ہوتے ہی فن، اپنے شوق، اپنے ذوق کو ایک اچھی بیوی اور بھوننے کی خواہش پر قربان کر دیتے ہیں، یقین کیجئے ایک اچھی خاتون خانہ ایک اچھی بیوی اور بھوننے کے لیے اپنی شخصیت، اپنی صلاحیتوں اپنے فن کو قربان کرنے کی قطعی ضرورت نہیں، سچ تو یہ ہے کہ جب تک کوئی مطمئن اور خوش نہیں رہتا، وہ دوسروں کی خوشیاں بانٹ بھی نہیں سکتا، نہ ہی مطمئن رکھ سکتا ہے، جیسے آپ سب کی ضرورتوں کا خیال رکھتی ہیں، ویسے ہی اپنی جسمانی و ذہنی ضرورتوں اور ذمہ داریوں کا بھی خیال رکھیں، گھر داری کی ذمہ داریاں سنبھالتے ہوئے اعلیٰ درجہ کی فنکارانہ تو نہیں بن سکیں گی پھر بھی ذہنی سکون کے لیے آپ کا فن آپ کا ذوق تو محفوظ رہے گا اور یکسانیت کی روٹین سے بھی نجات ملے گی۔ آپ گھر میں سب کے لیے کتنا کچھ کر رہی ہیں یا کر سکتی ہیں تو پھر آپ کی یہ خام خیالی ہے کہ آپ اپنے لیے کچھ نہیں کر سکتی یا پھر آپ محض ایک ہاؤس وانف ہیں، بس اب اس سوچ، اس خیال اور اس نظریہ کو بدلنا ہوگا، یہ نظریہ کوئی جدید نظریہ نہیں، خود اسلام کا عطا کردہ ہے، اسلام نے عورت کو گھر کی ملکہ کہا ہے، اسے کردار ساز کہا ہے، اس کی آغوش کو بچے کے لیے پہلا مدرسہ قرار دیا ہے، اپنے شوہر کی نصف بہتر کہا ہے تو گھر اور کنبے کے لیے اہم ستون.....! ان تمام صفات کی وجہ سے ہی عورت ہوم میکر ہے، ہاؤس وانف نہیں۔

خانہ کے لیے انگریزی میں جو لفظ "House Wife" رواج پا گیا ہے، وہ غلط ہے، اس کے لیے صحیح لفظ "House Maker" ہونا چاہئے کیونکہ گھر کی ملکہ ہونا، کردار ساز ہونا، گھر کی تعمیر کرنا یہ سب ہاؤس ہوم میکر ہی کے معنوں میں آتے ہیں، ہوم میکر ہی وہ لفظ ہے، جو خاتون خانہ کی شخصیت اور اس کی اہمیت کا اظہار کرتا ہے۔

اگر آپ خود کو House Wife نہیں بلکہ House Maker کہلانا چاہتی ہیں تو اس کے لیے ضروری ہے کہ آپ حقیقتاً ہوم میکر بنیں، ہوم میکر بننے کے لیے ضروری ہوگا کہ آپ محض ان ہی امور اور ذمہ داریوں میں نہ الجھی رہیں جو صدیوں سے ہمارے ماحول کی پہچان یا شناخت قرار پا چکی ہیں جیسے کھانا پکانا، کپڑے دھونا، گھر کی صفائی و ستھرائی کرنا، بچوں کی دیکھ بھال کرنا وغیرہ وغیرہ۔

شوہر کی آمدنی کے مطابق بجٹ بنا کر گھر کو چلانا ایک اچھی خاتون خانہ کی سب سے اہم خصوصیت ہے جو اسے ہاؤس وانف کے بجائے ہوم میکر کا درجہ دلانے میں بڑی اہمیت رکھتی ہے، لیکن ان تمام امور کی انجام دہی کا مطلب یہ بھی نہیں کہ آپ خود اپنے وجود کا احساس ہی ختم کر دیں، آپ کو پورا حق ہے کہ اپنی خوشیاں اپنے دل مقاصد کے حصول کا، اپنی مرضی، اپنی خواہش اور اپنے ذوق دل پسند کے مطابق آپ خود کو بھی زندہ رکھیں، اکثر فنکارانہ صلاحیتیں

اکثر خواتین سے سوال کیا جاتا ہے کہ آپ کیا کرتی ہیں..... تو جواب میں ایک ہچکچاتی ہوئی سی آواز سماعت سے نکرتی ہے، جی! میں گھر یلو خاتون ہوں، وہیں اگر کسی ملازمت کرنے والی خاتون سے یہ سوال کیا جائے تو وہ بڑے پر اعتماد انداز میں کہتی ہے! "میں سروس کرتی ہوں" اب سروس میں خواہ کوئی معمولی ملازمت ہی کیوں نہ کرتی ہو..... مگر اس کے جواب میں بہت اعتماد ہوتا ہے، وہ کہتی ہے "میں ملازمت کرتی ہوں، میں کیریئر ویمن ہوں"۔

اب جس طرح گھر یلو خاتون ہچکچاتی ہے سر جھکا کے نیچی نظروں سے جواب دیتی ہے، گویا وہ خود اپنی ذات کو بیکار سمجھتی ہو یا اس کا اپنا کوئی وجود ہی نہ ہو، جیسے خود اس کو اپنی نظروں میں کوئی اہمیت نہ ہو تو بھلا کوئی دوسرا اسے کیوں کوئی اہمیت دے گا، اگر آپ کوئی ملازمت نہیں کرتیں اور صرف "خاتون خانہ" ہی ہیں تو اس سے آپ کی شخصیت آپ کی ذات میں کوئی کمی تو نہیں آجاتی بلکہ سچ تو یہ ہے کہ خاتون خانہ ہونے کی حیثیت سے آپ گھر کی اہم شخصیت بن جاتی ہیں، گھر کی مرکزی شخصیت ہونے کا اعزاز آپ کو مل جاتا ہے، اس لیے اسلام نے خاتون خانہ کو "گھر کی ملکہ" یا "کردار ساز" کا مرتبہ عطا کیا ہے۔ آپ گھر کی اہم ترین شخصیت بن جاتی ہیں، اب آپ خود فیصلہ کریں کہ گھر کی ملکہ یا کردار ساز ہونا کوئی کم حیثیت کی بات ہے؟ کوئی شرمندگی اور ہچکچاہٹ کا شکار ہونے کی بات ہے؟ نہیں! ہرگز نہیں، دراصل گھر کی ملکہ یا کردار ساز خاتون

ہے البتہ سب کی دلی ہمدردیاں ان کی مظلوم نند کے ساتھ ضرور ہیں جو حقیقتاً محض ان کی وجہ سے بے حد اذیت ناک زندگی گزار رہی ہے۔ ایک اور محترمہ سے آپ کی ملاقات کراتے ہیں جو اپنی دریا دلی اور سخاوت کی وجہ سے اپنے حلقے میں بے حد مشہور ہیں۔ یہ فضل تعالیٰ دو مرتبہ حج کی سعادت حاصل کر چکی ہیں۔ نماز، روزے کی بے حد پابند ہیں۔ محلے، خاندان وغیرہ میں اختلافات ہو جانے کے باعث ثالث بالخیر کا کردار ادا کرتی ہیں اور ہمیشہ قرآن و سنت کی روشنی میں درست فیصلے کرتی ہیں جس کی بناء پر انہیں لوگ عزت و احترام کی نگاہوں سے دیکھتے ہیں لیکن..... لیکن گھر میں اپنے اہل خانہ کے لیے وہ کسی فرعون سے کم نہیں۔ ان کی بیبت و دہشت سارے گھر پر ہر وقت طاری رہتی ہے۔ کہتی تو ہیں کہ کھلاؤ سونے کا نوالہ دیکھو شیر کی نظر سے، لیکن وہ خود ہی اپنے کہے کی بھرپور نفی کرتی نظر آتی ہیں کہ اپنے اہل خانہ کو شیر کی نگاہ سے تو ضرور دیکھتی ہیں پر انہیں کبھی سونے کا نوالہ کھلانا تو کچا ڈھنگ سے کھلانا بھی دشوار سمجھتی ہیں کہ باہر جتنی سخی داتا مشہور ہیں گھر میں اتنی ہی مہانجوس ہیں۔ انسانی بنیادی ضروریات بھی ان کے نزدیک محض فضول خرچی ہے۔



اس دہرے معیار زندگی کو دیکھتے ہوئے دل خون کے آنسو روتا ہے کہ وہی خواتین جو باہر کی دنیا میں شیریں زبان مشہور ہوتی ہیں جن کے منہ سے اوروں کے لیے ہر وقت پھول جھرتے ہیں، جن کی باتوں سے خوشبو آتی ہے اور جو دوسروں کو صلہ رحمی کا درس دیتی رہتی ہیں خود انہوں نے ہی نہ صرف اپنی اسی زبان بلکہ اپنے انسانیت سوز طرز عمل سے اپنے پیاروں کو (اپنے خونی رشتوں کو) کس طرح زندہ درگور کر رکھا ہے۔

سر چھپانے کے لیے اس کے پاس چھت نہیں ہے، ان سوشل ورکر صاحبہ نے اسے یعنی نند کو اپنے گھر میں جگہ دی ہوئی ہے لیکن صرف ایک سسرالی وجود کو بھی وہ دل سے برداشت نہیں کرتیں۔ دن میں کئی بار وہ نند سے کسی نہ کسی بہانے سے لڑتی جھگڑتی ہیں۔ ان کی شخصیت کے اس روپ نے ان کی شخصیت کو مسخ کر کے رکھ دیا ہے۔ اگرچہ لوگ انہیں منہ پر تو کچھ نہیں کہتے لیکن دل سے ان کی قدر نہیں کرتے اور نہ ہی لوگوں کے دلوں میں ان کے لیے کوئی جگہ

زبان دراز و شکی مزاج ہے جس کے آتے ہی گھر میں جھگڑے فساد شروع ہو گئے لیکن ان سب کے باوجود شریف انفس خاتون کبھی کوئی حرف شکایت اس کے لیے زبان پر نہیں لائیں۔ اگر کبھی کسی تقریب میں ملاقات کے دوران کسی نے ان سے ان کی بہو کے متعلق پوچھ لیا تو پہلے فوراً ہی اسے ٹوک دیتی ہیں کہ بہو نہیں دہن کہو، دہن، ہاں اللہ کا شکر ہے بہت اچھی ہے اور سب کا بے حد خیال رکھتی ہے۔ (جب کہ معاملہ اس کے بالکل برعکس ہے)

اسی طرح ایک بے حد سوشل خاتون جو خواتین کی فلاح و بہبود کے لیے کام کرتی ہیں، ایک ہمدرد شفیق خاتون کی حیثیت سے مشہور ہیں۔ ان کے لئے کہا جاتا ہے کہ وہ دوسروں کی خدمت کے لیے فوراً حاضر ہو جائیں گی، اس کے علاوہ وہ گھومنے پھرنے اور سیر سپاٹے کی بھی بے حد دلدادہ ہیں اور خود ان کے بقول گھر میں رہنا (وہ بھی ہر وقت) ان جیسی عورت کے بس کی بات نہیں۔ غالباً یہ ہی وجہ ہے کہ وہ کبھی بھی گھر پر نہیں مانتیں۔ اللہ کے فضل و کرم سے صاحب ثروت ہیں۔ قدرت نے انہیں مال و زر سے بے حد نوازا ہے۔ ان کے شوہر برنس کے سلسلے میں اکثر ملک سے باہر رہتے ہیں۔ تین بیٹوں کی ماں ہیں۔ مختلف شہروں میں ان کے گھر ہیں، گویا گھروں کے معاملے میں وہ خود کفیل ہیں لیکن ذرا ان کی تنگ نظری و کم ظرفی ملاحظہ کیجئے کہ ایک عرصے سے سسرال سے توقع تعلق ہے ہی (کہ ان کے نزدیک یہ سارے فضول رشتے ہیں) پر اس کے باوجود انہوں نے اپنی سسرال پر کم از کم یہ عنایت ضرور فرمائی ہوئی ہے کہ ایک غیر شادی شدہ نند جو برسوں سے روزگار ہے صرف



ایک چہرے پہ کئی چہرے

باہر کی دنیا میں شیریں زبان گھر میں بد زبان، دوسروں سے ہمدردی اپنوں پر ظلم کیا دوغلی پالیسی ہے



بھلکتا محسوس ہوتا ہے حالانکہ وہ خود مختار خاتون ہیں۔ ایک کالج میں لیکچرار ہیں۔ ان کا آدھے سے زیادہ دن گھر سے باہر گزرتا ہے بلکہ اکثر و بیش تر وہ شام کے وقت بھی اپنے شوہر کے ساتھ گھومنے پھرنے نکل جاتی ہیں۔ رات گھر گئے لوٹی ہیں لیکن اس کے باوجود اب ان کا اپنے اسی بڑے سے گھر میں محض ایک انسان کے اضافے یعنی بہو سے ہر دم اپنا دم گھٹتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ یوں اب اس آزاد خیال خاتون کے ہاتھوں ان کی نیک سیرت بہو کی زندگی جیتے جی جنہم بنی ہوئی ہے جو ان کی خدمت گزار یوں میں کوئی کسر نہیں اٹھا رکھتی۔ اس کے برعکس ایک اور خاتون ہیں جن سے ہماری بہت پرانی واقفیت ہے جو واجبی سی تعلیم یافتہ ہیں اور گھریلو خاتون ہیں، جن کی ساری عمر گھر ہستی میں گزری ہے، معاشی و مالی اعتبار سے مکمل طور پر اپنے شوہر اور بیٹوں پر انحصار کرتی ہیں۔ شوہنی قسمت کہ اتنی اچھی اور نیک دل خاتون کی بہو بے حد

ہمیشہ بیٹی اس کے شوہر اور بچوں کی آمد پر کسی پھول کی طرح کھل اٹھتی ہیں اور اکثر محفلوں میں کہا کرتی ہیں کہ ان کے چلے جانے سے میرا گھر سونا ہو جاتا ہے۔ دوست، احباب انہیں بہولانے کا مشورہ دیتے تو وہ خندہ پیشانی سے اسے قبول کرتے ہوئے کہتیں، ضرور ضرور بہت جلد میرے گھر چاندی بہو آئے گی۔ اس کے ساتھ ہی وہ ایسی خواتین کی بھی سخت مخالفت کرتی نظر آتیں جو اپنے ناروا سلوک سے اپنی بہوؤں کا جینا حرام کر دیتی ہیں، لیکن اب کچھ عرصے سے جب وہ خود ایک عدد بہو کی ساس بنیں ہیں اس کے بعد سے نہ جانے کیوں یکسر ان کی ساری خوش مزاجی و روشن خیالی نہ جانے کہاں غائب ہو گئی ہے اور اب اسی چاندی بہو سے انہیں بے شمار شکایتیں ہیں۔ نہ اب وہ پہلے کی طرح شوخ و شنگ ہیں اور نہ زندہ دل نظر آتی ہیں بلکہ گزرتے وقت کے ساتھ ساتھ ان میں عجیب طرح کی بیزاریت، چہرے پر بے رونقی و روکھا پن

جانے ہمارے معاشرے میں کب اور کیسے دہرے معیار منافقت دریا کاری جیسے مہلک امراض در آئے کہ آج ہم میں سے زیادہ تر خواتین اسی کے زیر اثر نظر آتی ہیں۔ اس ضمن میں بے شمار چہرے ہمیں اپنے ارد گرد و نظر آتے ہیں۔ ہمارے حلقہ احباب میں ہماری ایک شناسا ہیں، وہ بے حد روشن خیال اور بڑی حد تک آزاد خیال ہیں اور ہمیشہ حق و سچ کا پرچار کرتی نظر آتی ہیں، کسی پر ظلم و تشدد ہوتا ہوا بالکل نہیں دیکھ سکتیں اور نہ ہی کسی کے ساتھ نا انصافی انہیں ایک آنکھ بھاتی ہے۔ اپنی ان ہی صفات کی وجہ سے وہ بے حد مقبول ہیں۔ سب انہیں پسندیدگی و ستائش بھری نگاہوں سے دیکھتے ہیں لیکن کچھ عرصے سے ان کی پسندیدگی کا گراف بڑی تیزی سے نیچے کی طرف آ رہا ہے۔ اس کی وجہ بڑی صاف اور واضح ہے۔ انہیں اللہ نے ایک بیٹا اور بیٹی سے نوازا ہے۔ بیٹی کی شادی چند سال قبل کر دی تھی اور وہ

اسوہ نبوی ﷺ کی روشنی میں اسلام میں سماجی بہبود کا تصور

نے نیکی اور شائستگی قرار دیا۔ صحابہ کی محفل میں بیٹھتے تو عام آدمی کوئی فرق محسوس نہیں کرتا تھا۔ نماز فجر کے بعد خصوصی مجلس ہوتی تھی۔ اس میں قبضے بھی ہوتے اور ہنسی بھی۔ بیماروں کی عیادت کا اہتمام کرتے۔

رشتے داروں سے حسن سلوک اور ہمسایوں کا خیال آپ کی تعلیمات کا اہم حصہ ہے۔ آپ نے فرمایا جس کو یہ پسند ہو کہ اس کے رزق میں وسعت اور اس کی عمر میں برکت ہو، اسے صلہ رحمی کرنی چاہئے۔

حضرت انسؓ کہتے ہیں کہ حضورؐ نے فرمایا: اس خدا کی قسم جس کے قبضے میں میری جان ہے، بندہ مومن نہیں ہوتا جب تک وہ اپنے مسلمان بھائی کے لیے وہی کچھ پسند نہ کرے جو اپنے لیے پسند کرتا ہے۔ حضرت ابو ہریرہ کہتے ہیں کہ حضورؐ نے تین مرتبہ فرمایا وہ شخص مومن نہیں، سوال کرنے پر آپ نے جواب دیا وہ جس کی شرارتوں سے اس کا ہمسایہ محفوظ نہیں، حضرت جابر بن سمرہ کہتے ہیں کہ حضورؐ نے فرمایا کسی والد نے اپنے بیٹے کو اچھے ادب سے بہتر عطیہ نہیں دیا۔ اسی طرح آں جناب کو غیبت، فحش گوئی، عیب جوئی، حسد، بغض اور لوگوں کے درمیان عداوت پیدا کرنے سے شدید نفرت تھی، عبداللہ بن ابی کے سلسلے میں مروت کا جو طریقہ آپ نے اختیار فرمایا تھا وہ ایک مستقل نمونہ ہے۔

سماجی زندگی میں دو چیزیں بہت اہمیت رکھتی ہیں۔ ایک ایفائے عہد و حسن سلوک، دوسرے عفو و درگزر۔ حضورؐ کی زندگی میں یہ دونوں خصوصیات بہت ابھری ہوئی ہیں۔

اخوت کی تائیس فرمائی تھی یہ اس کا اہم تقاضا تھا کہ لوگ باہم و گرمربوط رہیں۔ ایک دوسرے کے کام آئیں اور ایک دوسرے کے حقوق پہنچائیں۔

سید سلیمان ندوی حضورؐ کی مختلف حیثیتوں کا ذکر کرتے ہوئے لکھتے ہیں ”غرض جو کوئی بھی ہو اور کسی حال میں بھی تمہاری زندگی کے لیے نمونہ، تمہاری سیرت کی درستی و اصلاح کے لیے سامان، تمہارے ظلمت خانے کے لیے ہدایت کا چراغ اور راہ نمائی کا نور محمد کی جامعیت کبریٰ کے خزانے میں ہر وقت اور ہمہ دم مل سکتا ہے۔ اس لیے طبقہ انسانی کے ہر طالب اور نور ایمانی کے ہر متلاشی کے لیے صرف محمد رسول اللہ کی سیرت ہدایت کا نمونہ اور نجات کا ذریعہ ہے۔“

حضورؐ کی کامل زندگی کا ایک حصہ آپ کا سماجی ربط ہے۔ آپ ازواج مطہرات کے ساتھ کس طرح خوش و خرم زندگی گزارتے تھے؟ احباب کی محفل میں آپ کا رویہ کیا تھا؟ عام افراد اور باہر سے آنے والے وفد سے آپ کس طرح پیش آتے تھے؟ اس کا پورا ریکارڈ حدیث و سیرت کی کتابوں میں محفوظ ہے۔ اس سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ آپ کس قدر کامل انسان ہیں۔ آپ گھر سے نکلتے وقت سلام میں ہمیشہ پہل کرتے اور فرماتے کہ سلام میں پہل کرنے والا کبر سے محفوظ ہوتا ہے۔ بچوں کے ساتھ گفتگو فرماتے اور انہیں سلام کہتے۔ بچوں سے پیار بھی کرتے، بازار کو ناپسندیدہ جگہ سمجھتے، لیکن وہاں جاتے تو ہر ایک کو سلام کہتے تھے۔ انتہائی خوش مزاج تھے اور مہتمم رہتے، مسکراتے چہرے سے ملتے اور اسے آپ

لوگوں کی زندگی کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ ان کی زندگی بعض گوشے بہت مزین و مستحکم اور بعض انتہائی بے رنگ، مصروف زندگی گزارنے والے رہنما، بالعموم یک رخ ہوتے ہیں۔ عابد و زاہد لوگ گوشہ نشینی، ترک دنیا اور کنارہ کشی پر عمل کرتے ہیں۔ عوام سے تعلق وقتی اور ہنگامی ہوتا ہے۔ عوامی ربط اور مجلسی آداب سے ان کی زندگی یک سرخالی ہوتی ہے۔ اسی طرح سیاسی جدوجہد کرنے والے عوامی زندگی میں اس قدر منہمک ہوتے ہیں کہ ان کی خانگی زندگی غیر متوازن ہو جاتی ہے، کسی مشن کے لیے کام کرنے والے افراد میں خاص قسم کی سنجیدگی آ جاتی ہے۔ یوں بھی ہوتا ہے کہ بعض لوگ ابتدا میں خاص مزاج اپناتے ہیں اور بعد میں یہی عادت مردم بے زاری کی صورت اختیار کر لیتی ہے۔ غرض عام رہنماؤں کی زندگی میں ایک عدم توازن آ جاتا ہے جس سے پچنانا کے لیے ممکن نہیں ہوتا۔ اس اعتبار سے حضور اکرمؐ منفرد و نظر آتے ہیں کہ ان کی پوری زندگی اعتدال و توازن کا بینظیر نمونہ ہے۔ ایک طرف آپ اتنے بڑے فکری و معاشرتی انقلاب کے داعی و تاریخ کار بننے والے تھے، دوسری جانب گھر کی زندگی کو خوشگوار رکھنے والے، اس سے لطف اندوز ہونے والے اور شب بے داری کرنے والے تھے۔

نعیم صدیقی کے بقول ”آپ عوامی حلقوں سے پوری طرح مربوط تھے، جماعت اور معاشرے سے شخصی اور نجی تعلق رکھتے تھے۔ علیحدگی پسندی اور کبر کا شائبہ نہ تھا۔ درحقیقت آپ نے جس نظام



KAMDAR

property investment and development

Property Investment • Property Asset Management
Facilities Management • Project Management
Retail, Commercial and Industrial Property Development
Residential Conversions • Urban Renewals

Head Office - Pietermaritzburg Tel: +27 33 345 0835 Fax: +27 33 345 0843
Email: yusuf@kamdargroup.co.za lahri@kamdargroup.co.za 280 Burger Street, Pietermaritzburg, South Africa

Durban Office Tel: +27 31 337 3601 Fax: +27 31 337 2600
Email: tehsen@kamdargroup.co.za 577 Mahatma Ghandi Avenue (Point Road), South Beach, Durban, South Africa

www.kamdargroup.co.za



Seaboard

HOTEL AND VACATION APARTMENTS



**Affordable Holiday
Accommodation by the Sea**

2 & 4 SLEEPER

SELF CATERING ACCOMMODATION

TEL: +27 31 337 3601 FAX: +27 31 337 2600

EMAIL: reservations@seaboardhotel.co.za

WEB: www.seaboardhotels.co.za



577 Mahatma Ghandi Avenue
(Point Road), South Beach,
Durban



Great Summer accommodation for December year-end holiday period.
Terms and Conditions apply, prices quoted are for private
use, refundable until 31st August 2011.

A BEE Local 3 Stars Company - A Division of The Kamdar Group



SILVER STAR

Electronics L.L.C.

15 YEARS OF EXCELLENCE

- Disaster Recovery Solution
- Annual Service Contracts
- Time & Attendance Devices
- Computer Peripherals
- Data & Voice Cabling & PABX
- Router Configuration
- LAN & WAN
- PC Assembling
- VPN Solutions
- Printer Services



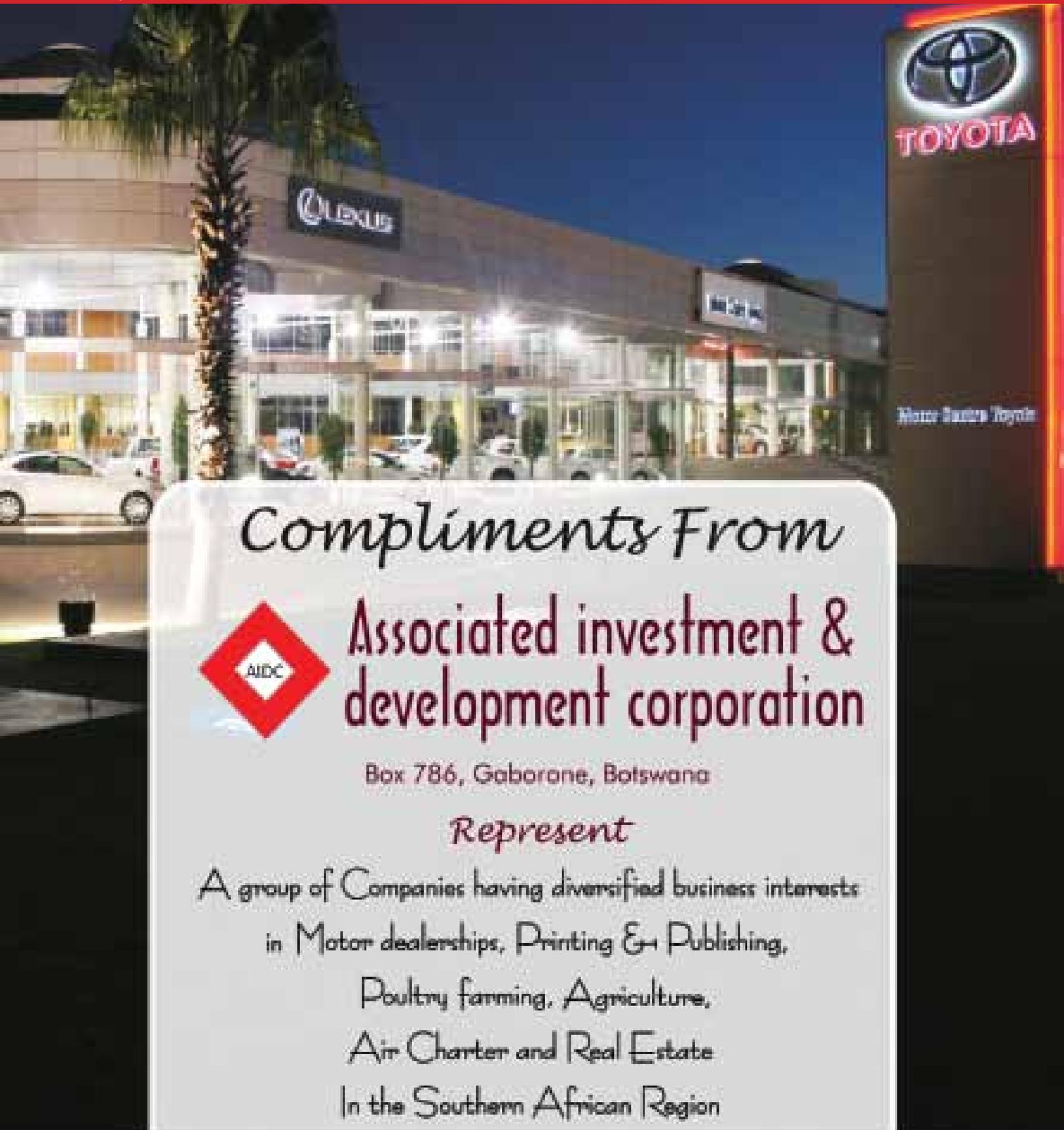
lenovo

TOSHIBA

Microsoft

00971 4 3995 361

www.saeedubai.com



Compliments From



Associated investment & development corporation

Box 786, Gaborone, Botswana

Represent

A group of Companies having diversified business interests
in Motor dealerships, Printing & Publishing,
Poultry farming, Agriculture,
Air Charter and Real Estate
In the Southern African Region



Directors: Abdul Sattar Dada, Yusuf Dada