

मेमन
आलम | میمن عالم

MEMON ALAM

www.worldmemon.org



JUNE 2012

Volume No. 54 Issue No. 644

Positive and
BIG
thinking
keep you healthy





KAMDAR

group

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 0635 Fax: +27 33 345 0643
Email: yusuf@kamdargroup.co.za; lahir@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 HOLIDAY APARTMENTS

Affordable Holiday Accomodation by the Sea

2 & 4 SLEEPER

SELF CATERING ACCOMODATION

TEL: +27 31 337 3601 FAX: +27 31 337 2600
EMAIL: reservations@seaboardhotel.co.za
WEB: www.seaboardhotel.co.za



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

Great Summer options for Dec/Jan year end holiday period.
Terms and Conditions apply prices quoted are for people
not refundable over 2 night stay.

A 100% owned 3 Star 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



065971 4 3595 361 www.ssedubai.com



Memon Alalam Committee:

Chairman & Chief Editor
Pir Mohammad A. Kaliya

Members:

A. Qadir Usman
Abdur Razzak Thaplawa
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

World Memon Organisation

President:

A. Sattar Dada (Botswana)

Senior Deputy President

Sir Iqbal Sacranie (U.K.)

Deputy President

Shoaib Amin Kothawala
(North America)

Secretary General

Pir Mohammad A. Kaliya (Pakistan)

Deputy Secretary General

Bashir Sattar (U.K.)

Treasurer

Muhammad Yousuf Adil (Pakistan)

Deputy Treasurer

Shahid M. Sangani (Far East)

Vice President (Pakistan Chapter)

Shoaib Ismail Mangroria

Asstt Sec.General

H.M. Shahzad

Vice President (India Chapter)

A.Majid Ranani

Asst. Sec. General

Iqbal Memon (Officer)

Vice President (Middle East Chapter)

Iqbal Dawood

Asstt. Sec. General

Ahmed Shaikhani

Vice President (Europe Chapter)

Dr. Esmail Harunani

Asst. Sec. General

Imran Amin Panaawala

Vice President (Africa Chapter)

Gulaam H. Abdoola

Asstt. Sec. General

Aslam Kalla

Vice President (Far East Chapter)

Ashraf Sattar Sayani

Asstt. Sec. General

A.C. Saleem

WMO Charitable Foundation

Chairman

Solly Noor (Africa Chapter)

Deputy Chairman

Haroon Karim (U.K)

General Secretary

Feizul Ayoob (Africa Chapter)

Deputy Gen. Secretary

Nowsad Gani (U.K.)

Treasurer

M. H. Umer (Far East Chapter)

Deputy Treasurer

Mahmood Shaikhani (Pakistan)

CONTENTS

ENGLISH SECTION

- | | | | |
|-----------|---|-----------|---|
| 4 | Join Hands | 30 | Attitude makeover |
| 6 | From the desk of the editor | 31 | A new age of words |
| 7 | Positive and Big thinking keep you healthy | 33 | World on your finger tips |
| 9 | 7th Meeting of the Board of Management (2010-11) of WMO Pakistan Chapter | 34 | Utter a Good Word |
| 14 | BOM Meeting held in Dubai on 12.6.2012 | 35 | How to make money making a success |
| 18 | Memon Industrial And Technical Institute - Third Anniversary Celebration | 36 | Be kind to others |
| 22 | Assalaamu 'Alaiykum\ | 38 | Beautiful and wise |
| 23 | Hazrat Awais Qarni (RA) | 39 | Turn defeat into victory |
| 24 | Yesterday, Today and Tomorrow | 40 | Cancer |
| 27 | Recalibrate your reality | 41 | About the Brain |
| 29 | How to improve your child's writing | 43 | Methi (Fenugreek) |
| | | 44 | Vital Functions of Salt in the body |
| | | 46 | Nutrition |
| | | 47 | Cherishing the good old days of Bantva |

GUJRATI SECTION

- 50** Memon Quamna Bhutkal ma dokio
- 52** WMO Indian Chapter First Annual meeting
- 53** Black Marri
- 54** Apna Gharo ma memoni boli
- 55** Parichay
- 59** Hasey Tenu Ghar Wasey
- 60** Watermelon

URDU SECTION

- سے روزگار... اسباب و سدباب **63**
- ٹوٹے **64**
- عالم کا دسترخوان **65**
- مہنگی کلیاں **66**
- سنگ مرمر سے تراشیدہ ہاتھ **67**
- بچوں کا عالم **69**
- اپنے جذبات قابو میں رکھیں **71**
- معذرت ہے! **72**
- نیک شریک حیات... انمول خزانہ **73**
- پیٹ بڑا ظالم ہے بابا **74**
- حسد... ایک جذبہ **75**
- اسلام میں عورتوں کی حیثیت... **77**
- بیٹی بیوی ماں بہن **78**
- خواتین کی صحت مستقل توجہ چاہتی ہے... **78**

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



Think big

Think Big is one of the noble and wise acts which one should learn and adopt as a way of life. Even if the environments are not as required and against the very odds of life, thinking big brings optimism into your life. It will make easy for you to avoid worry and negative thinking and will bring constructive changes into your life brighter and successful. With thinking big attitude, you will be able to see the brighter side of the world and the life more optimistically and when you expect the best to happen. It is truly a state of mind that is well worth-developing and strengthening.

At the same time, if you look and think at the bright side of life, it will be filled with light, which will not only affect you and the way you look at the world, but also your environment and the people around you.

With full trust in Almighty, you should always believe in yourself and in your potential. At time, you get discouraged by the long journey you have ahead of you. Believing in yourself will make you enjoy every minute of it. It's all about knowing that you are on the right track. It's about the journey in itself.

At no time, you should think that you are not capable of achieving positive results. You can't expect to be successful if you start out with the wrong attitude, it simply wouldn't make any sense. If you just want to become only a non-gratia personality, then that's a different story; which you won't like it either. Always set high goals, even if they may seem out of reach at a certain point of time.

True, attitude alone will not help you achieve those goals, unless you put your action into operation. Setting high goals is a great starting point and a solid foundation upon which you can build. Of course, you will not be able to reach your goals overnight. Expecting immediate results is a mistake you need to wash off. Divide everything into smaller and more manageable goals, take it one step at a time.

We need to look at things not as they are in the present but what could those things be in the future. We need to be able to create a positive picture in minds of other people when there is no good news to tell. For example, instead of saying 'We incurred a big expense, we should say we made a big investment.' Or instead of saying that we are afraid to report that we failed, we should say 'We need to make another attempt'.

Your expression of thought should also have to be altered positively. If a person comes to us and says that he faced a big problem. This will create an image of despair and gloom. Instead this can be phrased as 'We have a challenge to deal with'.

Some of the success secrets which will magnify your thinking patterns and achieve most of the things you have always wanted.

Never let the fear of failure becomes an obstruction in your way. You should try to cure yourself from the fear of failure. Always think and dream creatively and at no time forget your own status.

Believe you can succeed and you will. Success means many wonderful and positive things. It means personal prosperity, winning admiration, self respect, being looked up to by people in your business and social life and able to do more for those who depend on you. Some of the most practical success-building wisdom is found in the holy scripture stating that with faith you can move mountains.

A WISE MAN IS A MASTER OF HIS MIND. A FOOL IS ITS SLAVE.

Pir Mohammad A. Kaliya
Editor-in-Chief

Positive and **BIG** thinking keep you healthy

It is no coincidence that you feel more energetic and relaxed when you are thinking positively, or that you feel lazy and tired if you are thinking negatively.

Hormones secreted by the body, which are then carried into the blood stream, greatly affect how we feel. The sensations of impatience and pressure which accompany anger are caused by stress hormones like cortisol and norepinephrine. And it is the brain which controls the release of such hormones, influencing heart rate, blood pressure and breathing patterns.

Thinking big and positively is exercise for the mind. Even though it JUNE not come easily, it remains an essential part of living a healthy life. In anecdotal cases, some medical patients have beaten odds stacked highly against them by refusing to believe a negative prognosis, instead surrounding them with family, friends and comedy films.

Big thinkers systematically create powerful new ideas, but first they create a process to come up with those ideas. Blogging of new ideas is a wonderful place to organize your thoughts.

People who think big often perfect instead of invent. Think about every category. 'APPLE' has dominated, smart phones, tablets, software distribution, etc. etc. Apple was not first to any of those categories.

The opposite of thinking big is defensive thinking. It is unfortunately, how most of us go through our days. It starts with fear –

fear of failure, fear of rejection, fear of disapproval from superiors, clients or customers. For most, fear leads to the following :

- Overanalysis; What if it doesn' work? What if it does ? What if the worst happens ? What if I lose the business ?
- Procrastination. All of us have things we know we need to do that we have put off, often for weeks or months, and sometimes for years, Our fear causes this behavior.
- The sitting of creativity. If we are afraid of the possible outcomes, how can we allow ourselves the time and environment to be creative.

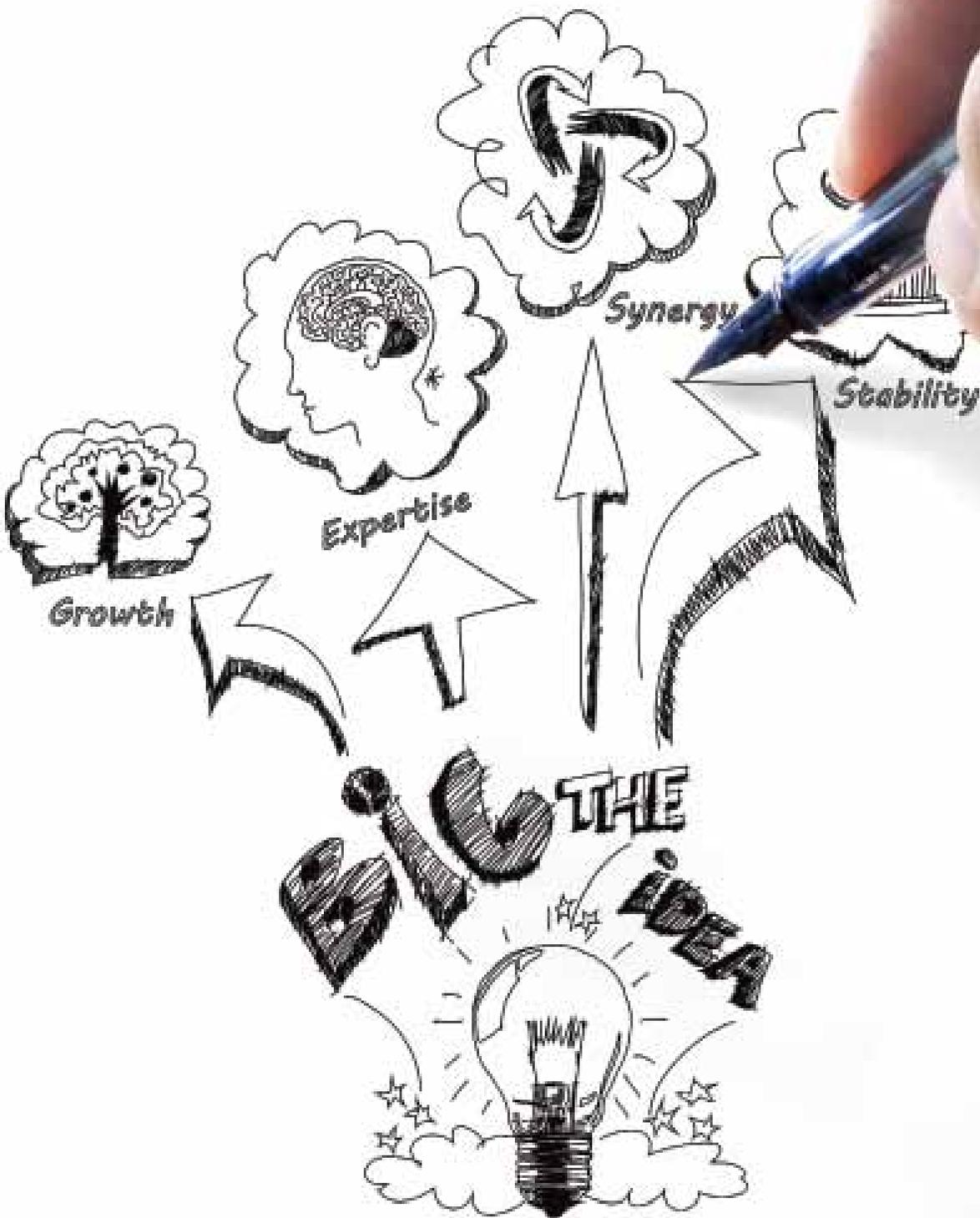
Success coaches tell us to 'Think Big', set big goals, if you want millions, think in millions, there's no need to settle for less. This is the advice from people who have successfully acquired lots of money by thinking big, it has worked for them.

Notable high profile thinkers dream of being millionaires from an early age yet also experienced all manner of ups and downs on the way to eventual success. They had fairly big dreams from the outset and succeeded in spite of every setback but what of us with more modest dreams ? Is it more crucial that we think big or that we think true to ourselves. Can or should you force

yourself to think big when what really interests you is the smaller stuff ?

What are your true dreams ? Big houses, cars and long exotic holidays, never worrying about money again? Deeply satisfying work? Inner peace? JUNE be you simply want to feel you have made a difference. Thinking big is fine but it doesn't mean that if you start thinking of being a property tycoon that you'll miraculously become one? No, to do that you'd have to think tycoon type thoughts persistently and accompany those with tycoon type actions for some time indeed and you won't be able to follow through with any of that unless it is what you truly want. The very worst thing you can do to yourself is to try and force yourself into being someone you're not. You need to be thinking true to you rather than just thinking big.

The wonderful thing about us humans is that we all want something different. Everyone of us is in the right place to achieve exactly what we dream of. Big thinking not required unless you have big dreams and in that case those big thoughts will come to you as naturally as breathing anyway. The chances are that your dreams JUNE be less ambitious and there is nothing wrong with that, but to alter your life for the better you're still going to have to modify the way you think because what you have thought thus far has only got you to where you are now.



To make changes and experience more abundance your thought processes must change also. This is achieved by learning to think fuller more life affirming thoughts, thoughts that feel better, yes, thinking bigger, in turn means becoming more conscious of the thoughts you already habitually think and then consciously choosing to think differently.

Big Thinkers keep on telling their clients that they should change their thinking. Here is how ?

Burn you baggage. To get started, sit down in a place where you cannot be interrupted, and identify the experiences that are getting in the way.

We need to think true to ourselves, dream our dreams, not those suggested to us by others. Make a point of staying focused more on your goals and dreams than on painful self examination of past hurts, lacks and injustices,

Society and the media love to sell us dreams involving the acquisition of more stuff.

It is very common for us to get stuck thinking less of ourselves due to our continual negative self judgements and perceived failings but these are the very thoughts that we most need to change. This habit can be transformed by our nurturing a non-judgemental observer side of self, an inner coach so to speak, that whilst meticulously honest is also relentlessly supportive. Achieving this takes practice to fully master even if it takes long. It is an endless work in progress yet also very interesting and enjoyable journey.

7th Meeting of the Board of Management (2010-11) of WMO Pakistan Chapter held on Friday, 8th June 2012



The 7th Meeting of the Board of Management of the World Memon Organisation (Pakistan Chapter) was held on Friday, 8th June 2012 at 7 pm at WMO House, Karachi.

The meeting was attended by the following members:

1. Haji Abdul Razzak Yaqoob (ARY), Founder President
2. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya, Secretary General
3. Mr. Shoaib Ismail Mangroria, Vice President
4. Mr. H.M. Shahzad, Assistant Secretary General
5. Mr. Mahmood Shaikhani, Deputy Treasurer
6. Mr. Muhammad Amin Chapal
7. Mr. Shoaib Ahmed Ghaziani
8. Mr. Muhammad Younus Jiwani
9. Mr. Farooq Gaziani
10. Mr. Abubakar Siddiq Lakhani
11. Mr. Zahid Piprani
12. Mr. Abdul Jabbar Kamdar
13. Mr. Abdul Karim Meghani
14. Mr. Bashir Latiwala
15. Madam Aisha Anwar
16. Mr. Gul Muhammad Jan Muhammad
17. Madam Amina Ganny
18. Mr. Shahzad Iqbal
19. Mr. Abdul Ghani Bhangda
20. Mr. Arif Punjabi

21. Mr. Muhammad Reyaz Ahmed

1. Mr. Muhammad Mohsin, Office Staff, recited a few verses from the Holy Quran.
2. The Minutes of the 6th Meeting of the Board of Management held on Friday, 20th April 2012 at WMO House, Karachi were discussed briefly and approved after being proposed by Mr. Farooq Gaziani and seconded by Mr. Zahid Piprani.
3. Thereafter, the 9th & 10th Annual General Meetings and the Meetings of the International Board of Management to be held from 22nd to 24th June, 2012 at London. UK were discussed. Mr. Shoaib Ismail Mangroria, Vice President, briefly outlined the Program & Agenda for the ensuing meetings. He said that 2 or 3 dinners and luncheons had also been arranged for the foreign delegates by the members in London. He said that program includes a trip to Leicester on Sunday, 24th June 2012.
4. Detailed discussions were held regarding Nominations for the post of Vice President, Assistant Secretary General and Regional Treasurer for the term 2012-13 from WMO Pakistan Chapter. On a query, Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said that only a member of the Board of Management can become an Office Bearer. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that the Board of Management of WMO Pakistan Chapter will nominate and propose names for the posts in discussion and the final deciding authority will be the International Board of Management. Mr. Pir Muham-



- mad A. Kaliya said that to become a member of the Board of Management, it was required that an Annual or Life Member should have been a member of WMO for a minimum period of 365 days. Mr. Farooq Gaziani enquired whether the same 365 days condition was required for a Board Member to become an Office Bearer or would a period of three years would be more ideal.
5. Discussions were held regarding the problems faced by children of non-Memon father and Memon mother. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said that if a Memon lady goes out and marries a Non-Memon, then it is due to social issues and monetary constrains, therefore they should be treated fairly. He said that we should consider such cases from all over the world and not just Pakistan, especially cases in Memon families of Africa, before any decision is made regarding how to treat first, second and third generations of non-Memon father. He said that girls married outside the Memon Community were facing the most problems. Mr. Shoaib Ghaziani said that the real issue starts with the second and third generation since they will not be considered Memons. Haji Abdul Razzak Yaqoob, Founder-President of WMO, said that the new generation does not even speak the Memoni language.
 6. Thereafter, Mr. Shoaib Ismail Mangroria exhibited a Slide Show about WMO Pakistan Chapter's Performance in 2011, which was to be shown at the international meetings.
 7. Thereafter, Agenda Item No. 3 about Elections was taken up. Mr. Mahmood Shaikhani, Regional Election Commissioner (REC) presented his report. The REC congratulated the newly elected Members of the Board of Management, who were elected unopposed. He said that 17 nominations had been received in all, out of which one was rejected, two candidates withdrew their nominations and two candidates retired, leaving ten male candidates and two lady candidates, who were all declared elected unopposed. He said that since all candidates were elected unopposed, the elections were not held.
 8. Mr. Shoaib Ghaziani appreciated the excellent work done by Mr. Mahmood Shaikhani as Regional Election Commissioner.
 9. Mr. Mahmood Shaikhani thanked Mr. Pir Muhammad A. Kaliya (Secretary General, WMO), Mr. Shoaib Ismail Mangroria (Vice President, WMO), Mr. H.M. Shahzad (Assistant Secretary General, WMO) and Mr. Farooq Gaziani (Chairman,

- Membership Committee) for their cooperation and support.
10. Mr. Shoaib Ismail Mangroria also thanked Mr. Mahmood Shaikhani and his team.
 11. A short break was taken for Maghrib prayers after which Agenda Item No. 5, Nomination of VP, ASG and Regional Treasurer, was taken up. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that the power of nomination of the above Office Bearers lies with the International Board of Management. However, Pakistan Chapter's Board of Management will nominate the candidates for the post of Vice President and Assistant Secretary General at the regional level, as proposed by Mr. Shoaib Ghaziani. Thereafter, Mr. Pir Muhammad A. Kaliya invited proposals for Vice President. Mr. Farooq Gaziani proposed the name of Mr. Shoaib Ismail Mangroria. Mr. Shoaib Ismail Mangroria invited the proposal of any other name but all members unanimously chose Mr. Shoaib Ismail Mangroria. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya appreciated the work done by Mr. Shoaib Ismail Mangroria and said that the WMO Pakistan Chapter was having the most activities compared to all the other chapters put together.
 12. Thereafter, Mr. Pir Muhammad A. Kaliya invited proposals for the post of Assistant Secretary General. Mr. Shoaib Ghaziani said that Mr. H.M. Shahzad is a very dedicated person but his opinion was the one person should not hold two posts, that of the Assistant Secretary General, WMO and Chairman of MITI. Mr. Abdul Jabbar Kamdar and Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said that Mr. H.M. Shahzad is quite capable of holding



both posts at the same time. Thereafter, Mr. H.M. Shahzad was nominated as Assistant Secretary General unanimously.

13. Madam Aisha Anwar said that the Ladies Wing was considered only as a Committee and the members of the Ladies Wing are not elected to any post of Office Bearers. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that this was the last meeting of the present Board of Management and so this matter should be referred to the new Regional Board of Management and also at the International Board of Management.
14. In Any Other Matter, Mr. Shoaib Ghaziani said that the Memon Industrial & Technical Institute (MITI) should be made a separate Trust or a Board, but under WMO. He said this will help the team of dedicated persons to take quicker decisions. Mr. Farooq Gaziani also supported this idea. Mr. Abdul Ghani Bhangda said that if MITI was a separate body, then more work would be done with freedom and there would not be the need to wait for decisions from the international body.
15. Mr. Shoaib Ismail Mangroria enquired how the financing would be done if this is implemented. Mr. Shoaib Ismail said that there was no provision in the Constitution of WMO which supports this suggestion. He said that it was only due to the tremendous efforts of Haji Abdul Razzak Yaqoob (ARY) and Mr. H.M. Shahzad that Memon Industrial & Technical Institute (MITI) has come such a long way. He said too many efforts have been put into MITI and the Institute is at the level of break-even on the Cash Losses (except Depreciation). He said after so much efforts, nobody would like to separate MITI from WMO.
16. Mr. Abdul Jabbar Kamdar said that if a Trust is formed, then there will be no scope for others and only a dictatorship would emerge. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya agreed and said that in such cases, there will be a relationship for the time being but in due course of time, the Trustees can change the Law/ Constitution and the Institute would get away from WMO's control. He suggested that MITI should continue as it is.
17. Haji Abdul Razzak Yaqoob asked for figures. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said that presently WMO Europe and Africa Chapters were supporting MITI by bearing a portion of the monthly recurring expenses. Besides, the immense support of Haji Sahab ARY, Mr. Majid Ali Muhammad, Mr. Muhammad Taufique Amdani and others can never be forgotten. He said MITI was a milestone and a great project of WMO. He said about 15,000 students will pass out of MITI and appreciated the great work done by Mr. H.M. Shahzad, who was appointed as Chairman of MITI by the international Board of Management.
18. Mr. Muhammad Amin Chapal gave some valuable suggestions regarding the fees structure at the Memon Industrial & Technical Institute (MITI). He said that since the cost of living was going up every year, it would be appropriate if MITI defines a clear-cut formula to increase the fees at MITI on annual basis, for example, at the rate of 10% per annum. He said there was a need to upgrade and also generate funds. He expressed his concerns about the difficulties if fees are constantly kept at Rs. 500/- and not increased annually.
19. Mr. H.M. Shahzad, Chairman, MITI said that the fees has been increased in some courses from Rs. 300 to Rs. 500 but we do not plan to go on a commercial basis. He said that when MITI was started, 700 students were admitted with great difficulty. But now, we have 162 staff members, a lot more courses and much greater number of students. He said that due to the success of MITI, many neighboring institutes have closed down. He said 70% of the students were needy people and financial



assistance was being provided to them.

20. Mr. Muhammad Amin Chapal stressed that certain courses were much more expensive to conduct than others. If the expenses for such courses came to Rs. 2,500 or Rs. 3,000 per student, the fees should be accordingly increased to meet the cost of that particular course. Special discounts should be offered to needy students.
21. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said that the number of students at MITI has gone to over 6000 and the number of staff members has also increased. The growth in the number of students has helped MITI to come close to break-even. Mr. Shoaib Ismail Mangroria requested Mr. Muhammad Amin Chapal to become Member of the new Committee of MITI.



22. Mr. H.M. Shahzad said that Haji Sahab (ARY) has provided Rs. 1.25 crores for the Ladies Section at MITI, through Khawaja Gharib Nawaz Trust.
23. Mr. Abdul Ghani Bhangda said that if MITI was a separate body, then more work would be done with freedom and there would not be the need to wait for decisions from the international body.
24. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that both Haji Abdul Razzak (Haji Sahab) and Mr. H.M. Shahzad have invited the members to join MITI Committee and increase the scope of work.
25. Haji Abdul Razzak Yaqoob gave the example of other organizations such as the World Memon Foundation who tried to form separate Trusts. He stressed that our work was to help the poor and educate them and prevent them from becoming beggars. He said it would be a great loss for the poor if such a thing is done.



26. Mr. H.M. Shahzad said that he had received a phone call from the Secretariat of the Prime Minister of Pakistan. He asked whether this was not a great achievement of MITI.
27. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said if Haji Abdul Razzak Yaqoob and Mr. H.M. Shahzad had not taken the initiative and decision to take up MITI, then it would have been difficult for anyone else to do the same thing. Haji Abdul Razzak Yaqoob said that he had received news that MITI had come up for discussion with the Prime Minister of Britain.
28. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that a team from an Institute specializing in the training of Assistant Commissioners would be visiting MITI in the next few days.
29. Thereafter, Mr. Pir Muhammad A. Kaliya took up the matter of nominating a member to the post of Regional Treasurer. He suggested the names of Mr. Gul Muhammad Jan Muhammad, Mr. Farooq Gaziani or Mr. Reyaz Ahmed to take up the post. All three members expressed their inability to serve on the post. Thereafter, the name of Mr. Shahzad Iqbal was proposed and decided.
30. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya moved on to the Cooption of one Member to the Board of Management. Thereafter, it was decided to co-opt Mr. Muhammad Yousuf Adil to the Board of Management.
31. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya said that it has already decided by the Regional and International Board of Management that Haji Abdul Razzak Yaqoob (ARY), Founder-President of WMO, be nominated as the Patron-in-Chief of WMO. He said the Board of Management of WMO Pakistan Chapter has to formally pass a Resolution in this regard, which was agreed upon by all members of the Board. The following Resolution was passed and approved unanimously:
 “The Board of Management of the World Memon Organisation (WMO), Pakistan Chapter, hereby resolves that Haji Abdul Razzak Yaqoob Gandhi (ARY), who is one of the Founders of WMO and who has served as President of WMO since its inception, be made the Patron-in-Chief of WMO, in recognition of his commendable services, encouragement and support to the cause and mission of the World Memon Organisation (WMO). “
32. It was also discussed that Haji Abdul Razzak Yaqoob be made President of WMO again.
33. Mr. Muhammad Amin Chapal enquired whether WMO can get some land for developing a Housing Scheme for the Memon Community. He said a gentleman was ready to finance up to Rs. 3 Crores. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that it was not just question of initial funding but it was a question of long-

term running and management of the project.

34. Mr. H.M. Shahzad said that the Memon Industrial & Technical Institute (MITI) is running out of space and we are looking into the possibilities of adding an additional storey with the support of some donor. Mr. Muhammad Amin Chapal said that we can look for other areas of Karachi for the purpose.
35. Mr. H.M. Shahzad said that 15,000 to 20,000 ladies come for admission at the start of new batches out of which about 4500 are admitted. About 30% of the students come from far-flung areas of Karachi. This indicates that not only students come from Korangi but from various areas of Karachi. He reiterated that the 4th floor at MITI be built.
36. Mr. Shoaib Ismail Mangroria said that a feasibility report be prepared. Mr. Pir Muhammad A. Kaliya suggested that a new building be erected in the open space inside the boundary wall of MITI. Mr. H.M. Shahzad said that we can discuss this matter with the government or use another source but Rs. 3 Crores would only prove to be token money. He also said that WMO is also ready to start such an Institute in any other suitable place.
37. Mr. Shoaib Ismail Mangroria requested Mr. Muhammad Amin Chapal to invite the donor to visit MITI. He also asked that Mr. Muhammad Ali Tabba, Mr. Shahid Soorty, Mr. Asif Majid, Mr. Amin Tai and Mr. Muhammad Amin Chapal visit MITI.
38. Under Any Other Matter, Mr. Farooq Gaziani, Chairman, Membership Committee, presented a brief report. He said that letters had been sent to Apex Bodies, Patrons, Annual Members and Life Members of WMO in mid-March 2012 requesting them to pay their outstanding dues. The last day for payment of fees was 3rd June 2012. He said that in a period of about three months, Rs. 32.60 lakhs were recovered. He gave credit to the Office Bearers of WMO Pakistan Chapter.
39. Thereafter, Mr. H.M. Shahzad expressed his thanks to Mr. Mahmood Shaikhani for sponsoring the recent program at MITI. He also thanked Mr. Mahmood Shaikhani, Mr. Abu Bakar Siddiq Lakhani, Mr. Arif Punjabi, Mr. Arif Habib for supporting the publication of WMO Performance Report 2011 by placing their advertisements.
40. In the end, Mr. H.M. Shahzad thanked all the Members of the Board of Management present for the smooth and cordial conduct of the meeting.
41. Mr. Shoaib Ismail Mangroria also thanked the Members and extended his special thanks to Haji Abdul Razzak Yaqoob ARY for taking time off his busy schedule to attend the meeting.
42. There being no other matter, the Meeting was concluded with a vote of thanks.



United Kingdom *the best country to invest*



INVESTMENT

Investments from **50,000.00 GBP**

Yaseen Property Services Ltd, the partnership that will guarantee you a profitable investment in a safe country with a solid economy. You will be assisted by a company with a full management team and fantastic customer service established in the UK for over 20 years with experience in:

- Buy to let investments
- Shariah Compliance investments
- Investments in hotel rooms, student accommodation and home care.

Our lawyers can advise you on immigration, taxes and general legal aspects.
If you are not an UK resident our staff will handle your arrival logistic and accommodation.

For more information please contact:

For references



SIDIK LATIF
00447775422685,
sid@yaseenproperty.co.uk

ASLAM DHUKA
00447836292046
aslam@yaseenproperty.co.uk

Mr. Dawood Osman Jakhura
Vice-President Federation Chamber of
Commerce Pakistan 03332141002

World Memon Organization (WMO-ME Chapter)

Proceedings of the meeting

MEETING CALLED BY: Board of Managements

TYPE OF MEETING: Dinner Gathering

LOCATION: Pakistan Association Dubai, U.A.E.

PREPARED BY: Haroon Yousuf Ladha

DATE: 12th June 2012

TIME: 09:00 pm

The following Trustees/Members of WMO were present in the meeting:

1. Mr. Iqbal Dawood
(Vice President/Trustee)
2. Mr. Ahmed Sheikhani
(Assist Sec Gen/Trustee)
3. Mr. Ismail Karim Gadit
(Trustee)
4. Mr. Shabbir Merchant
(Trustee)
5. Mr. Shafi Tofique
(Trustee)
6. Mr. Muhammad Rafique Noorani
(BOM/Life Member)
7. Mr. Umer A. Maklai
(BOM/Life Member)
8. Mr. Sadiq Haroon
(BOM/Life Member)
9. Mr. Muhammad Iqbal Aboobakar
(BOM/Life Member)
10. Ms. Memoona Darwesh
(BOM/Life Member)
11. Ms. Saeeda Yaqoob
(Life Member)
12. Ms. Rashida Anwar
(Life Member)
13. Mr. Anwer Chaudri
(Observer)
2. Mr. Iqbal Yunus Tabani
(Trustee)
3. Ms. Shabana Razzak
(Patron) (Regret by phone)
4. Mr. Arif Lakhani
(Patron)
5. Mr. Muhammad Hanif Foxy
(Patron) (Regret by email)
6. Mr. Farook Kassim
(BOM/Life Member) (Regret by email)
7. Mr. Abdul Aziz Omer
(Patron)
8. Mr. Farooq Ahmed
(Life Member) (Regret by email)

The Following Trustees/Members were absent with regrets:

1. Mr. Muhammad Haji Noon Bacai
(Trustee) (Regret by phone)

The Meeting started with Tilawat Qur'an by Mr. Muhammad Rafique Noorani and chaired by Mr. Iqbal Dawood vice president of WMO Middle East Chapter as per following agenda.





No	Agenda Topic	Discussion	Action Made
1	Introduction	Introduction of New Elected BOM 2012-2014 b. Trustee US\$ 25,000/-Patron US\$ 5,000/- Life Member US\$ 1,000/-	ASG introduced and congratulated following elected members of the board for the year 2012-14 1. Mr. Muhammad Rafique Noorani 2. Mr. Farook Kassim 3. Mr. Umer A. Maklai 4. Mr. Sadiq Haroon 5. Mr. Muhammad Iqbal Aboobakar 6. Ms. Memoona Darwesh
2.	Donation	a. Donation	a. Mr. Anwer Chaudri donated to WMO-ME three apartments which are situated in International City and its rent will be deposited in WMOME Zakat Account forever. b. The suggested in previous telephonic conference that each trustees US\$ 25,000/-, patrons US\$ 5,000/- and Life Member US\$ 1,000/- must be pay Zakaat on yearly bases.

3.	Upcoming AGAM 2011 and 2012 in London	Upcoming AGAM 2011 and 2012 From 21st to 24th June 2012 in London UK.	Following participants attended the AGAM 2012 in London from Middle East Chapter. 1. Mr. & Mrs. Ismail Karim Gadit 2. Mr. & Mrs. Ahmed Karim Gadit 3. Mr. & Mrs. Iqbal Dawood 4. Mr. Ahmed Shaikhani 5. Mr. & Mrs. Shabbir Merchant 6. Mr. & Mrs. Farook Kassim 7. Mr. & Mrs. Hanif Foxy 8. Mr. & Mrs. Farooq Ahmed 9. Mr. & Mrs. Ahmed Amin
4.	Constitution	Changes in the Constitution of the World Memon Organisation (WMO)	The query that one proxy can cast how many votes on behalf of voters, to be cleared and whether the proxy should be a member of WMO or not. Now WMOME members increased and showing interested for election, therefore seat will be increased of BOM in ladies wing. All attendee members appreciated Mr. Ismail Karim Gadit for his effort as REC in WMOME. Also suggested to send to each nominee profile with picture during next election.
5.	Zakat Collection	US\$ 500,000.00 Zakat Requirement	It was discussed that an amount of US\$ 176,000.00 has been raised by the Middle East Chapter out of the US\$500,000.00 targeted amount as of today and that the balance will be completed before fall of this year as per the commitment from the honorable members. Also decided during this meeting some BOM members to visit some honorable trustees/ members with VP&ASG of WMOME for Zakat collection.



The meeting was concluded with Dua by Mr. Muhammad Rafique Noorani and closed the meeting.



Muhammad Ahmed Shaikhani
Assistant Secretary General
WMO Middle East Chapter

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.

Adamiyye House, 6th Floor, 11, Chandrigar 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



Memon Industrial And Technical Institute

Third Anniversary Celebration



The Memon Industrial and Technical Institute which was inaugurated on 31st May 2009 completed its 3 years on 31st May 2012. A function was held to celebrate the occasion on 31st May 2012 at MITI premises. The honorable Senator Syed Mustafa Kamal was the chief guest on the occasion. The ceremony was presided by the Founder President of WMO, Haji Abdul Razzaq Yaqoob Gandhi(ARY) and the Chairman of Arif Habib Group, Mr. Arif Habib was the guest of honor. Many respectable members and office bearers of WMO attended the ceremony. Notable among them were Mr. Pir Mohammad Kalya, Secretary General WMO, Mr. Shoaib Ismail Mangroria, Vice President

WMO, Mr. Abdul Rashid Godil MNA, Mr. Amin Chapel, Mr. Jan Muhammad Gandhi(ARY), Mr. Iqbal Gandhi(ARY) and Mr. Mahmood Shaikhani, Chairman Shaikhani Foundation. Mr. H.M. Shahzad, Chairman and Mr. Shahab Hasan, COO MITI received the guests on their arrival at the venue. All the staff members of MITI were also present at the ceremony.

The ceremony started with the recitation of the Holy Quran by Qari Mohammad Farhan after which a Naat was recited by Ms. Aqsa Abdul Haque.

The formal proceedings of the evening started with the welcome address by the Chief Operating Officer of MITI, Mr. Shahab Hasan. He greeted all the guests





warmly and expressed gratitude and appreciation for the initiative, efforts and support of Senator Syed Mustafa Kamal in the establishment and progress of MITI. He recounted the vision of Haji Abdul Razzaq Yaqoob in establishing MITI and the accomplishments of WMO in this project. He was all praise for the dedications of all the staff of MITI for their untiring services under the leadership of its Chairman, Mr. H.M. Shahzad whose commitment and dedication are an example for all of the team members. He further said that continuous improvement was the only guarantee of growth and progress.



possible without the participation of each and every individual of MITI and he was proud to be a member of this team.

He said that more than twenty three thousand students have passed out from MITI and we have set a target of passing out fifteen to twenty thousand students every year.

The Vice President of WMO Pakistan Chapter, Mr. Shoaib Ismail Mangroria then addressed the gathering. He congratulated MITI for completing the three years and appreciated its exceptional performance. He said that the team of MITI has set an example of success and expressed good wishes for the future and mentioned that WMO visualized MITI to soon become an institution of higher learning. Next to address the gathering was the Secretary General of WMO Mr. Pir Mohammad Kalya. He said that Chairman MITI Mr. H.M. Shahzad has left no stone unturned for the progress of MITI. He congratulated and applauded the marvelous performance of MITI's staff for the tremendous job, they have carried out. He recounted the various initiatives of WMO in the field of education and informed that because of these philanthropic measures hundreds of students are now able to pursue their higher studies and become



A documentary film was screened next showing the history of MITI and details about its infra-structure and academic facilities. This audience and guests showed great interest and watched the documentary attentively.

Next, the Chief Guest, Guests of Honor and other respectable members of WMO were requested to be seated on the stage.

The honorable Chairman of MITI then addressed the gathering. He briefly shared his memories of the early days of MITI. Most of his speech was dedicated in applauding the professionalism, dedication and untiring efforts of his team of teachers and instructors and the management including the COO and Principals and said that progress of MITI would not be



engineers, doctors, chartered accountants, MBAs, etc.

Mr. Mahmood Shaikhani, Trustee WMO and Chairman Shaikhani Foundation addressing the gathering said that he was pleased to be here today in celebrating the 3 years of excellence of MITI. He said the staff of MITI has proved that there is nothing impossible in this world if you are committed to give your best.

The chief guest Senator Syed Mustafa Kamal and guest of honor Haji Abdul Razzaq Gandhi together performed the cake cutting ceremony among great applause and fanfare. Mr. H.M. Shahzad presented the cake to chief guest and guests of honour.

The next item on the program was the inauguration of the MITI website by the chief guest



Senator Syed Mustafa Kamal. The URL of the website of MITI is www.wmomiti.com. The



Founder President of WMO and guest of honor Haji Abdul Razzaq Yaqoob Gandhi then addressed the ceremony. He had a high regard for Senator Mustafa Kamal and Chairman MITI H.M. Shahzad. He said that Mr. Shahzad has proved that he was the best choice for chairman ship of MITI. He also said that the performance of MITI's staff is really appreciable.

The guest of honor Mr. Arif Habib in his address said that he was greatly impressed by the collective and amazing performance of the entire team of MITI. He praised the leadership of Chairman MITI and COO MITI. He said MITI is an inspiration for him and he would also start an institution like MITI in future.



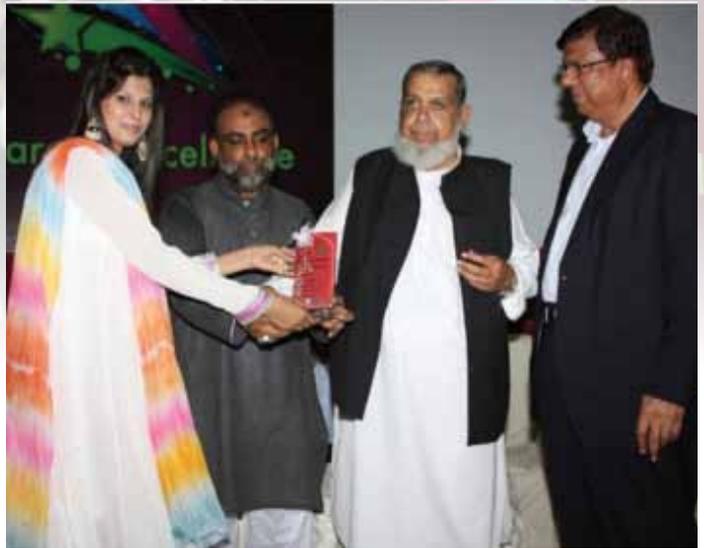
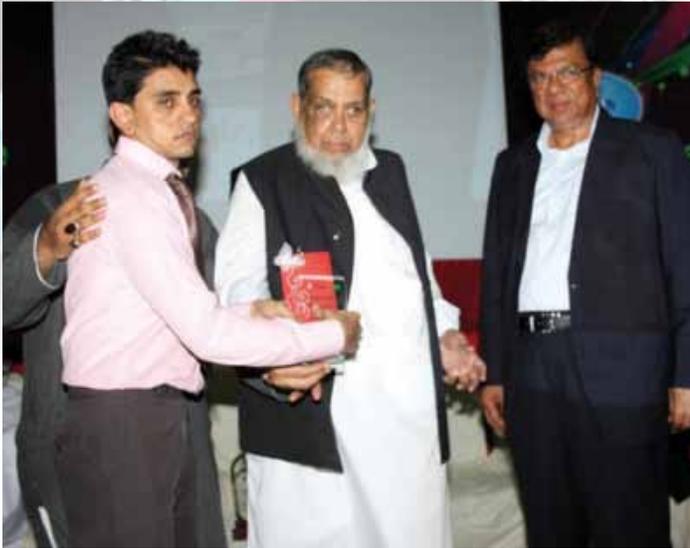
Last but not the least the chief guest of ceremony Senator Syed Mustafa Kamal was then invited to deliver his keynote address. He disclosed that providing the building to WMO was one of the most important and useful decisions of his tenure. He recounted the earlier days of the project and how it came into being. He said he was quite aware of the progress of MITI due to his several visits from time to time. He said that the

team of MITI has really performed astonishingly under the supervision of Mr. H.M. Shahzad. He advised the staff members that they should not take this as a job but as a social service and believe that Allah has been grateful in choosing them for this work. He said this country has given us a lot and we are only returning in a small way. He hoped that MITI would continue its work with the same dedication in the future and empower youngsters towards a bright future and enable them to do something not only for their families but also for Pakistan.

A commemorative shield was presented to the chief guest Senator Syed Mustafa Kamal by the guest of honor Haji Abdul Razzaq Yaqoob Gandhi and Mr. Arif Habib. He was also presented a gold medal in recognition of his great services for humanity. The Founder President of WMO Haji Abdul Razzaq Gandhi was presented commemorative shield by Senator S. Mustafa Kamal and Mr. Arif Habib. Senator Syed Mustafa Kamal and Haji Abdul Razzaq Yaqoob Gandhi presented the commemorative shield to the guest of honor Mr. Arif Habib.



Employee of the Year Awards were presented to staff members by the dignitaries in recognition of their outstanding performance during the year.



As the evening drew to a close, Mr. Abdul Rashid Godil, MNA thanked the guests for taking time out of their schedule to attend this function invited them for dinner.



‘Assalaamu ‘Alaiykum’ the Muslim greeting

When we are greeted with a greeting, greet ye with a better than it or return it.

Lo ! Allah taketh count of all things. (*Quran 4:86*)

Allah, the Sovereign, the Most Holy, the Peace, prescribed that the greeting among the people of Islam should be ‘assalaamu ‘alaykum’ which is better than all the greetings of other nations. Some greetings of other nations include impossible ideas or lies, saying ‘May you live for a thousand years or things that are not accurate, such as ‘An’im sabaahan (Good morning) or actions that are not right so to say prostrating in greeting. Thus the greeting of Islam is better than all of these, because it has the meaning of safety which is life without which nothing can be achieved. So this takes precedence over all other aims or objectives. A person has two main-aims in life; to keep himself safe from evil and to get something good. Keeping safe from evil takes precedence over getting something good.

A man asked the Prophet (peace and blessings of Allah be upon him) ‘What is the best thing in Islam?’ He said ‘Feeding others and giving the greeting of salam to those whom you know and those whom you do not know.’

This hadeeth makes the connection between feeding others and spreading salaam because this combines good actions in both word and deed, which is prefaced good treatment. Indeed this is the best thing that you can do in Islam after the obligatory duties.

What is meant by salaam is the greeting between people, which sows seeds of love and friendship in their hearts, as does giving food. There may be some weakness in the heart of one of them, which is dispelled

when he is greeted or there may be some hostility, which is turned to friendship by the greeting.

The Prophet (peace be upon him) has urged the believers to soften their hearts. The best Islamic attitude is to love one another and this is achieved by words and deed. The Prophet (peace and blessing of Allah be upon him) urged the Muslims to foster love between one another by exchanging gifts and food and by spreading salaam, and he forbade the opposite, namely forsaking one another, turning away from one another, spying on one another, seeking out information about one another, stirring up trouble and being two faced.

Love is one of the duties of Islam and one of the pillars of the Islamic system. One should give salaams to those whom one knows and those whom one does not know, out of sincerity towards Allah, one should try to impress other spreading the symbols of this Ummah through the word of salaam.

The Prophet (peace and blessings of Allah be upon him) explained that this system spreads love and brotherhood. He further said that ‘You will not enter Paradise until you believe, and you will not believe until you love one another. Shall I not tell you about something which, if you do, you will love one another? Spread salaam amongst yourselves.

This hadith is urging us to spread salaam, as mentioned above, among those whom we know and those whom we do not know. Salaam is the first level of righteous-

ness and first quality of brotherhood, and it is the key to creating love. By spreading salaam the Muslims love between one another grows stronger and they demonstrate their distinctive symbols and spread a feeling of security amongst themselves. This is the meaning of Islam.

A man passed by the Messenger of Allah (peace and blessings of Allah be upon him) whilst he was sitting with some others, and said ‘salaam ‘alaykum. The Prophet (peace and blessings of Allah upon him) said, he will have ten hasanaat (rewards). Another man passed by and said ‘salaam alaykum wa rahmat Allah (peace be upon you and the mercy of Allah), The Prophet (may peace and blessings of Allah be upon him) said he will have twenty hasanaat. Another man passed by and said ‘Salaam alaykum wa rahmat Allah-i-wa barakatuhu (peace be upon you and the mercy of Allah and his blessings). The Prophet (peace and blessings of Allah be upon him) said ‘he will have thirty hasanaat’.

The Prophet (may peace and blessings of Allah be upon him) commanded us to return salaams and make it a right and a duty. Hazrat Abu Hurayrah (may Allah be pleased with him) said that the Prophet (peace and blessings of Allah be upon him) ‘The Muslim has five rights over his fellow Muslim

- i) He should return his salams.
- ii) Visit him when he is sick.
- iii) Attend his funeral.
- iv) Accept his invitation.
- v) And pray for mercy for him (say Ya rehmakullah) when he sneezes.

Hazrat Awais Qarni (Rehmatullah-e-Alaih) A Zealous companion

Hazrat Awais Qarni (RA) was born in the village of Qarni in Yemen where rivers flowed thru the city of Zubaida, the affluent metropolis where traders from all around gathered for business and travel.

Awais's (RA) father Abdullah was a very religious and God-fearing person and wanted to bring up his son in the strict principles of Islam. He passed away leaving Owais (RA) an orphan at a very young age. The family was so poor that there was no money to send him to Maktab or hire a teacher.

The miracle here is that Hazrat Rasulullah (PBUH) became the spiritual guardian of this child and though they never met, Hazrat Rasullullah (PBUH) guided him at all times. Such was their bondage. This is the reason why Rasullullah (PBUH) would often look toward Yemen and say 'I am getting the beautiful fragrance of Allah's blessings in the breeze.

Much before the postal service and telephones were invented, a young man was looking after his brother's camels in the woods of Karn (Saudi Arabia). As he stood alone, Hazrat Awais (RA) received a message about the Holy Prophet Muhammad (PBUH) who was at that time fighting in the battle of Uhad,. Awais (RA) learned that the Holy Prophet (PBUH) had lost a tooth in the battle. How he heard this news, he did not know. However, as soon as he

knew about the tooth, he pulled one of his own out. Thinking that he might not have pulled out the right tooth and because he loved the Holy Prophet (PBUH) more than he loved himself, he pulled out everyone of his teeth to make sure that he had lost the same tooth as the Holy Prophet (PBUH).

Awais (RA) had only been to see the Holy Prophet (PBUH) once and on that occasion the Holy Prophet (PBUH) had been out. Awais (RA) not only looked after his brother's camels, but had to care for his aged and ailing mother and so had not been able to visit the Holy Prophet (PBUH) again.

However, Awais (RA) had left a message with the Holy Prophet (PBUH)'s wife that he had been to see him. When the Holy Prophet (PBUH) returned, he asked if someone had been to see him. He was given Awais's (RA) message. Did anyone see his face? He said. Ayesha (RA) his wife, Abu Bakr's daughter said, 'I saw his back'. The Holy Prophet (PBUH) replied, 'You will go to Heaven for that'.

On his death bed, the Holy Prophet (PBUH) asked for his shirt to be taken to Awais (RA). Hazrat Umar (RA) and Hazrat Ali (RA) asked the people if there was anyone from Karn. One man came forward and told them how to find the place. They set out for Karn. When they arrived, they asked the people where Awais (RA) was. The villagers answered their ques-

tions, but were very surprised to see the two prominent Companions (RA) asking for an unknown camel shepherd.

When Hazrat Umar (RA) and Hazrat Ali (RA) reached the woods they saw Awais (RA) saying his prayers. As he finished his prayers, he said 'It is the first time anyone has ever seen me praying. The two men passed on to him Holy Prophet (PBUH) message asking Awais (RA) to pray for the forgiveness of the followers of Muhammad (PBUH). This he did. After a while he said 'Allah has forgiven and rewarded as many of Muhammad's (PBUH) followers as the hair of the sheep of the Rabia tribe.

They asked Awais (RA), 'If you loved Muhammad (PBUH) so much, why didn't you visit him more often during his life time?. He did not answer, but asked if they took part in the battle of Uhad and if so which tooth had Muhammad (PBUH) lost there. Hazrat Umar (RA) was greatly impressed by this simple person and asked Awais (RA) to pray for him. Awais (RA) replied, 'I pray for the forgiveness of everyone at the end of every prayer. If you keep your faith in Allah and Muhammad, (PBUH) you will receive my prayers in your graves.

The two great men went away very happy to have met a man so greatly in love with the Holy Prophet (PBUH) and word of Allah (SWT).

Yesterday, today & tomorrow

It is always said 'old is gold'. When I was very young, my elders used to say this time and again. Today, my son, who is around 40, says 'old is gold'.

I wonder why everyone's olden days are better than their present. Old music was outstanding. Old clothings were of better quality than the present. Old furniture pieces were more appealing. Old craftsmanship was worthier, food was of high standards. Old vessels and wares were of high quality.

Old teachers were excellent. Old schools were better centres of learning. Old houses were user friendly, airy and well ventilated. The standard of old films was pretty good. Old games with minimum but crude gadgets were more enchanting. Old friendships were more reliable. Like that, old is and was really gold. But why?

Times are changing fast. Values are eroding. Goodness is replaced and it is now measured by smartness to get on with life. We have become excessively vigilant, touchy and more suspicious for no real reason. Today, we frisk everyone, inwardly at least. We take things with a pinch of salt. Thought today's material comforts, that could not even be dreamt of a decade ago, are aplenty, still we feel that something is missing about life. What is it? Peace Happiness?

Peace prevailed earlier, despite wars. There was trust. There was hope. People relaxed better. There was not clamour for things that one did not possess. The absence of those, that were not deemed



essential to own, never made any difference to a happy life.

There was contentment. Competition was less cut-throat. There was concern, affection and true bonding. There was togetherness. More important, people were patient. No doubt, there were poverty and scarcity, paucity and difficulty, But there was beauty in life and comity among

all. Disputes were quickly and amicably sorted out. Courts had fairly less business.

When China invaded India in the early 1960s, there was acute rationing of essentials. Sugar disappeared. But people were happy and jaggery. Wheat replaced rice in many southern families as a one-time staple food. Fasting and starving

were daily affairs. People helped each other. There was a total blackout and people went without power for days on end. There was camaraderie.

Places of worship were serene and tranquil. There was no terror harboured, either in the mind or for real. All communities co-existed amicably and people waited for better times. They tolerated deficiencies in others and accommodated idiocies, shortcomings and pitfalls of others. They took oddities in their stride without murmur. Rank consumerism was non-existing.

Families were big and joint family was the norm. There were guests to partake of food and there was readiness to share whatever one had. Rains were original and smiles were natural. Air was fresh, there were few privileges to enjoy. Yet life was complete, meaningful and wholesome. People lent money to the needy without documents and paper, Debts were written off without protests and contests. Times were timeless. Values were invaluable and principles were priceless.

The main doors of the house were never locked except during night. Windows were open 24 hours of the day. There were no door grills for the main door. We knew everyone living in the vicinity though by nicknames, only the postman knew the real names. Today, not knowing the neighbour is an etiquette and norm. Privacy is mistaken for liberty and freedom. One is compelled to look at the tenants' chart in the apartment complex to know about the neighbours caged in the

matchbox apartments.

If it was lunch time, the guest would join us. Strangely, there was always enough food at home at least for one guest. Guests never brought their soaps, towels, hair oil or shaving sets. Visitors came with the minimum and left with the maximum that we could afford and spare for them. Today, it is 'me and mine' culture. A guest is the most unwelcome soul, more so when the favourite TV serial is on.

We all walked to the school, miles away, barefoot in the scorching sun. We never felt the pain. There were tragedies in families. People took them in their stride. No one rushed to the media. The media were more responsible and mature. Silly stories were never entertained. There was no sensationalism. Natural calamities did occur and sufferings were more severe. Yet people breathed easy. Even one-plus-one families are suffocating today. There were not many telephones. Mobiles were non-existent. Yet people conversed joyously.

There were no high-cc two-wheelers. Yet friends met each other every day. There were no superfast buses or trains. (forget the planes). A 40-km travel took three hours. Yet none complained. Doctors were few and far between. Diseases were many. No big hospitals, leave alone super-speciality facilities, for miles and miles. No one grumbled.

There was give and take, and there were really tears during hard times. Roads were free of flashy four-wheelers. Dresses were tailor-made and not readymade. Hoteliers served fresh food which was never refrigerated. Fruit juices were fresh, never tinned.

Home food was oven-hot, never re-heated.

Today, it is used and throw, be it a battery, a gadget, a gear, father or mother. Those days, it was use, remember and respect. Old homes of the past are old-age homes now. Donations to charities and orphanages are bountiful now. Temples are mushrooming in every colony. Yet humanity is drying up, and about divinity, the less said the better.

Charity began at home then, Even beggars were dignified. They were humble and near greedy. People were self made. They are self-centred now. Family elders were philosophers, guides and counsellors. Today, there are counsellors for every non-issue, at a price. Psychiatrists were unheard of then. Today they proliferate, one for every two disturbed persons.

Health was not a worrisome issue. It is a psychic issue now. We market ill-health in so many names today. Medicines are a buy-one-take two (diseases?) formula now. Divorces were few and far between. Every wedding anniversary is a milestone now.

There was commitment in what one did those days.

There is commerce in every thing we do today. There are Valentine's Day, sisters day, fathers day, mothers day, friends day, doctors day, nurses day, husbands day, wives day, water day, sparrows day, diabetes day, AIDS day, TB day and every other day. There were only Mondays, Tuesdays and so on earlier. Forget the past, someone say? Is it because the present is unbearable that the mind should not be tortured with the glory of the past? It is said not for nothing that old is gold.

What to do when a mosquito bites

In summer time, mosquito bites are a common problem. Usually on such an occasion, the reaction is a local skin inflammation which is red, raised and very itchy. Scratching the affected area, may cause infection.

Under the circumstances, you have to take the following steps to ease the itch and pain caused by mosquito bites :

- Keep your finger nails cut short to prevent scratching as sharp finger nails can break the skin around a bite and let bacteria in.
- Apply cold wet compresses to the area to ease discomfort.
- Wear long pants and long sleeves (if the temperature is bearable).
- Make sure window screens are used if you keep windows open in your home.
- Use insect repellent to help prevent bites from occurring again and again.
- If there is severe itching, apply anti-itch creams like calamine as needed to help prevent scratching.
- Use anti-inflammatory creams to help ease the inflammation and itching.

Champion neon®

The sign that shines forever

**NEON
SIGNS**

**LED
SIGNS**

**ROOFTOP
SIGNS**

**ENGRAVING
SIGNS**

**TRI-VISION
SIGNS**

**METALLIC
SIGNS**

**VEHICLE
GRAPHICS**

**FLEXFACE
SIGNS**

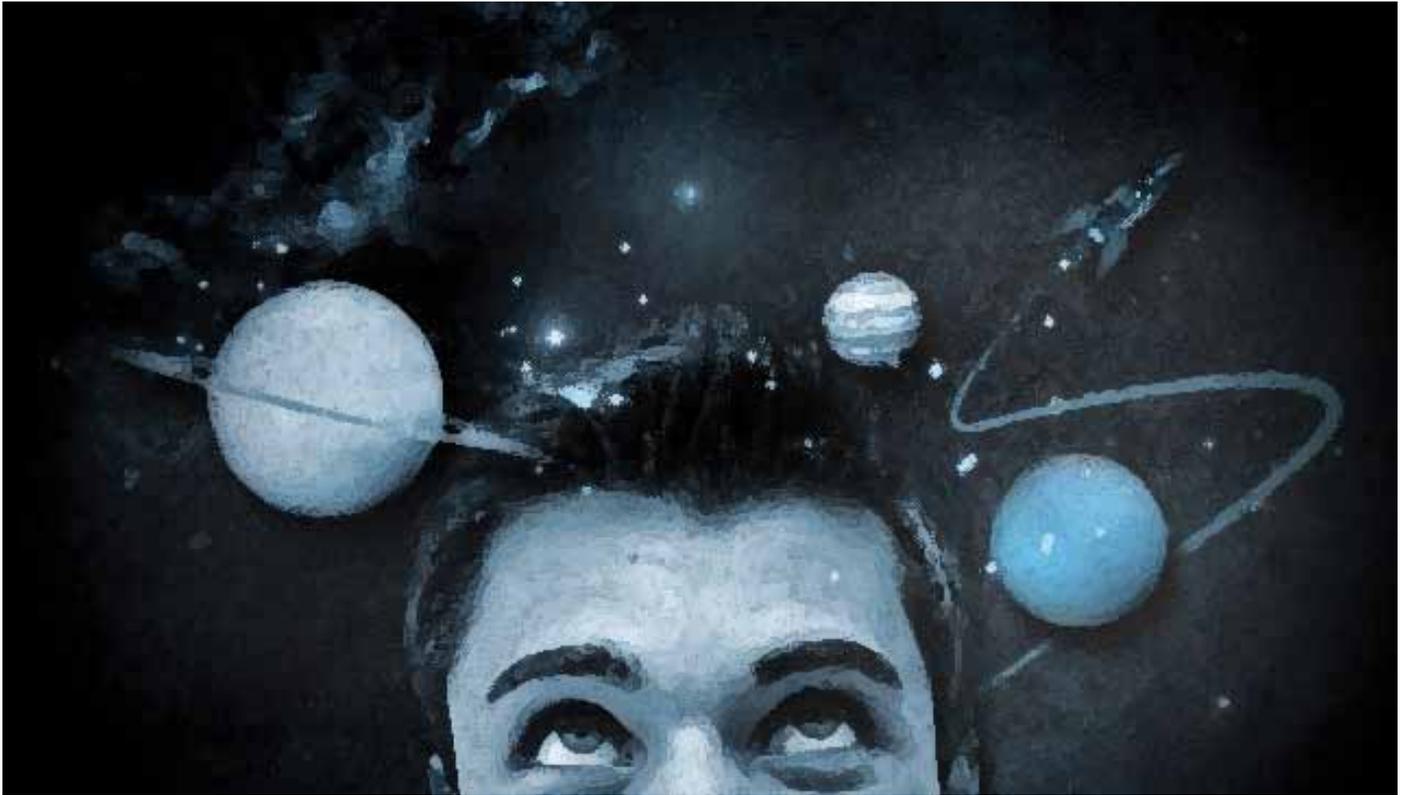
**DIGITAL
PRINTS**

**Total Signage Solutions
Under One Roof !**

Head office: P.O. Box 60288, Dubai, UAE | T: +971 4 2858595 | E: info@champion-neon.com

www.champion-neon.com

Recalibrate your reality



Wish you were better, smarter, stronger, faster? Sure, hard work helps, but the truth is, your self perception may be getting in the way. We all form our own realities, and those realities aren't perfect. Your self perception can be very limiting, and shaking up your notion of the world can do wonders for your productivity, creativity and happiness.

Remember the last time you lost confidence after your boss was disappointed in your work or may be you were stood up by a friend. You second-guessed yourself after that and ultimately your work or personal life suffered. The idea behind recalibrating your reality is pretty simple. When you get locked into a view of the world you get stuck in routines and you lose sight of different view-points. Recalibrating that view can help you solve problems, win arguments, and even be happier. But how do we actually do it.

We will take a look at a few of the different methods you can use to recalibrate your perception of the world and yourself, but first, we have to understand how we perceive the world to begin with. In a literal sense, you can't perceive much more of

the world than you already do. You only perceive what you really need in order to survive.

We open our eyes and we think we are seeing the whole world out there. But what has become clear and really just in the last few centuries, is that when you look at the electro-magnetic spectrum we are seeing less than 1/10th Billionth of information that's riding on there. So we call that visible light. But everything else passing through our bodies is completely invisible to us.

Even though we accept the reality that's presented to us, we are really only seeing a little window of what's happening. There is so many examples of this, but one that is interesting to third-graders, but also neuroscience is optical illusions, that these really simple things that you think are going on in front of you are not actually representing physical reality but instead your brain is constructing something.

Our construction of reality shapes and alters our view of the physical world. It also limits our cognitive ability because we weigh our views more importantly than others.

A lot of this happens unconsciously. We

don't know how much we are interpreting. The world presents itself like it's reality and we don't know how much we have already filtered that. We perceive the world as real, but we are doing a lot of spinning as the information comes in. We take it as a real impediment when we are in an argument because each person sees the world as real and thinks the other must be crazy or deliberately trying to destroy things when in fact they are trying to bring their own expectations and facts on the table.

Recognizing this limited view is the first step and is described as *unwelt*; the assumption that our reality is the only reality out there. Therefore first thing that we have to do is recognize our *unwelt*.

The key is when you appreciate the surrounding and environment, it gives you intellectual humility. You realize that even though you assume this is reality, there is so much you are not seeing and so much that's a part of other people's reality. The usefulness is recognizing this humility when making a hypothesis.

Recognizing our own surroundings and environments can help us recalibrate our version of reality and start looking at the

world in a new and different way. Most of us can't do this by flipping a switch and require some exercises to get our brains into the habit of looking through other perspectives before making choices.

One of the biggest reasons to recalibrate your reality is to attempt to expand your world outlook outside of yourself to help you become a better communicator and expand your problem solving ability. This is easier said than done. Let's look at ways where you can actually implement this strategy.

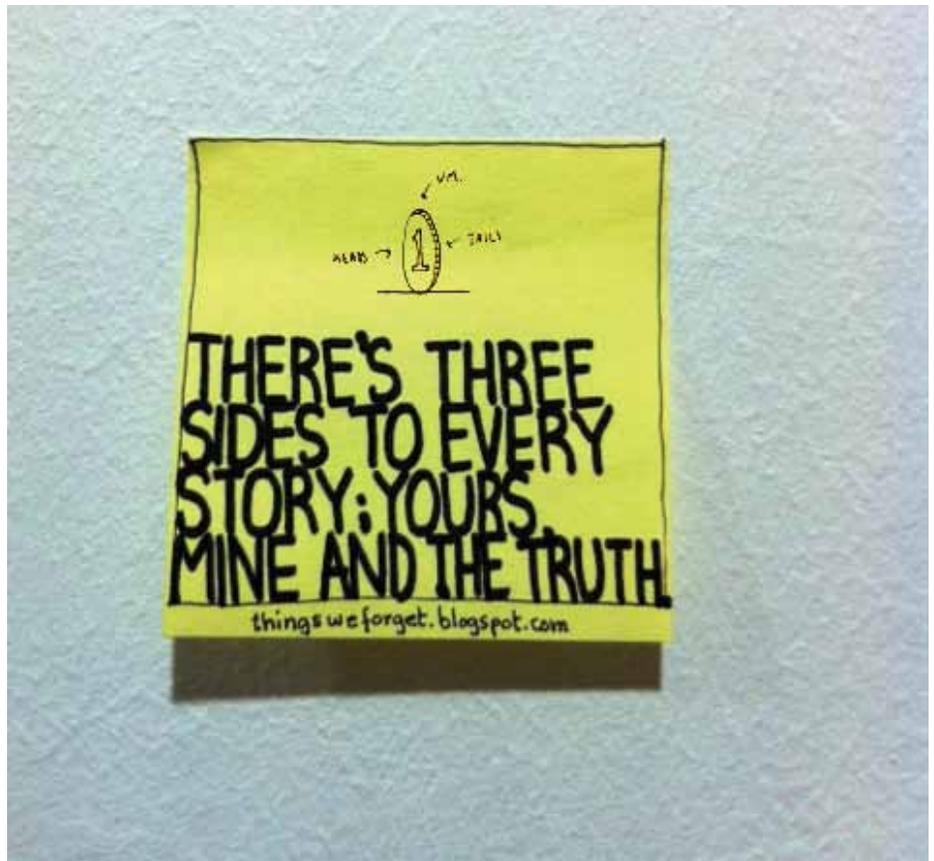
One regret most of us have is our stupid responses during debates or heated arguments. To help cure that, give yourself time to think. Before giving response on such an occasion, wait for sometime

It's fine to disagree, it's fine to push back, it's great to have strong opinions and beliefs, but give some time to set in before you are sure you want to argue against them.

Many arguments donot offer the luxury of the delay, but others like email, social networks or even conferences, give you plenty of time to formulate your response and recalibrate your reality before you say something stupid. Simply letting ideas settle in, will inevitably force you to reconsider your own viewpoints, weigh them against your own that will give you an opportunity to come up with a better response.

It is not all about making yourself better at arguing a point. It can also be used as a form of stress relief for daily annoyances. It is about the dangers of self-centered worldview and the importance of disrupting our 'default setting' and views of the world by considering other options.

The suggestion is pretty simple. When



you get annoyed at a situation, think about why would I do what others are doing. Alternatively, if someone cuts you off in traffic, imagine why he has done this. Putting yourself in that mindset, can change your view of a situation. Doing this on a regular basis, disrupts your default setting and makes you more conscious of the world around you.

Writing things down as a mean to understand different perspectives is a good idea.

One way to do that is to take a look at your day, whether that's work, your creative life, or happiness. Jotting down make you feel comfortable, but writing down your day from a different point of view will give you a unique perspective of your situation and can help you pinpoint where a problem is.

This in't just about altering your view of the rest of the world though, it's

It's also useful to recalibrate your perception of yourself.

Customers, *in business or in life*

We all know that the demand and supply aspect is what creates equilibrium pricing and thus the whole world of economics comes to reality which then puts the needs and wants into place as per demands. Life too is a give and take relationship.

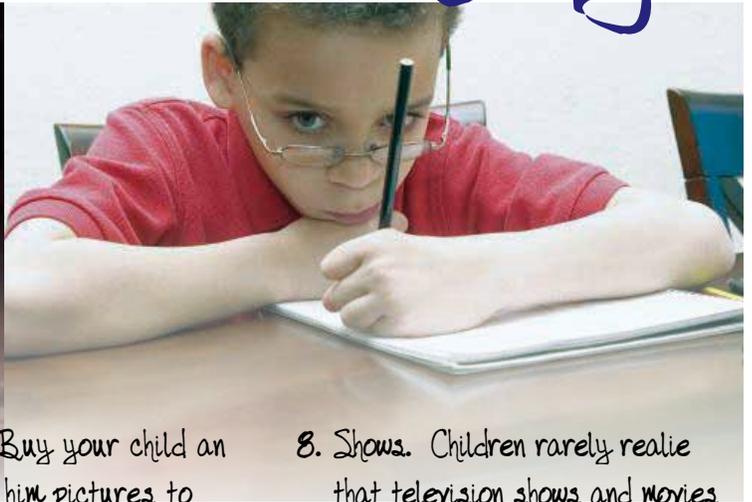
Each one of us has been a customer in

our lives, whatever the age we know the process of buying and selling in exchange for money, be it from buying a candy, a house or a vehicle. We have all undergone and felt the process of being a customer at some point of time. We have had good experiences and bad ones as well from being deceived by the fancy wrapper or being

satisfied with the contents despite the wrapper being unattractive. Such experiences have made us consider revisiting the vendor or opting for a different one or even stop purchasing that item.

On the other hand, putting ourselves in the place of the vendor, our utmost goal is customer satisfaction.

How to improve your child's writing



1. Dictation : Before your child learns to write, jot down some of the stories, dreams or adventures he tells you. Then pin your account where he can see it and explain what it is. He will be delighted by this visible sign of his own speech.
2. Writing on the wall. Children love to draw and write on walls. Use this impulse to encourage creativity. Put up a blackboard or tape brown wrapping paper to the wall. Let them scribble on it.
3. Notes. Get your child in the habit of writing notes. I am going to Furqan's house. We are going to play baseball. Keep paper and pencils handy.
4. Captions. Buy your child an album, give him pictures to paste into it and let him write captions.
5. Letters. A child won't receive mail unless he sends it. Encourage him to write letters to his relatives and friends. Or suggest a pen pal.
6. Journals. Encourage your child to keep a journal by giving him a diary. Or help him make his own calendar, leaving plenty of blank space to write down each day's events.
7. Stories. Give your child a blank book and let him write short stories, vignettes or keep a family history.
8. Shows. Children rarely realize that television shows and movies start out as pieces of writing. If they don't know what a script looks like, borrow one from the library. Encourage them to write their own.
9. The 'feely' game. Build a feely box (a large box with a hole just big enough for a hand to get through) and put different objects in it. Then have the child feel the objects and write descriptions of them.
10. Directions. The next time you need to write directions, have one of your older children do it instead. Make sure he is precise: 'Turn onto Green Street'. Yes, but which way? Ask the child to think through the whole trip and put it into words.

Attitude makeover

In spite of your best efforts, sometimes we forget things, do sloppy homework, or do not finish our household chorus properly which result in our cutting a sorry figure in front of others. Such a situation particularly of forgetting things can be improved if one takes things present-mindedly.

To be a liked personality, trustworthy and responsible, changing your attitude towards life and those around you is very important. Some of the major steps need to be taken if we would like to avoid such a situation.

Be disciplined and have a clear goal in mind regarding what you wish to achieve and then remain focused on that goal. This help us to work to the best of our abilities. The goal can be big or some thing of very minor nature , but the end result has to be that we fulfil our responsibility with flying colours.

If any your elder leaves you incharge of younger ones in the family, you have to discipline yourself not to let your attention wander off or leave them unattended.

Always try to keep boredom away as it can sometimes become boring to do the same thing over and over again every day and it is one of the main reasons why responsibilities become burdensome. If you are the sort of person who enjoys fresh challenges but cannot do the same things, you have to change this habit.

Try to discipline your mind to stop getting bored, in attentive or distracted. Once you decided that it is your responsibility and goal, write down all the things that distract you and eliminate them from your plans.

Prove yourself trustworthy. Volunteer to do small things around the house and get them done properly. No matter how small are these things. It will show that you are becoming conscious of your role in the family and will go a long way in instilling a sense of responsibility in us.

Learn from your mistakes. We all make mistakes in life. This is normal, but how we handle those mistakes defines our character.

A responsible person is one who owns upto his role and duties in any situation and learns from his mistakes. An irresponsible person always tries to shift the blame on someone or something else, and makes the same mistakes over and over again. In their mind, it is always some one else's fault and never theirs. You might get away with this attitude while you were young and have loving and indulgent parents to rescue you, but if these habits take strong roots they will



affect every area of your present and future life, be it academic, moral, social and professional. So change your attitude and learn to be answerable for your deeds.

Ever wonder what would happen if the sun decides that it is too boring to rise very morning or set in the evenings? It would be the end of life on earth. Or what if your mother or cook think it is too boring to cook breakfast, lunch or dinner daily and if your father decides it is too monotonous to go to work each day? There would be chaos.

So stop complaining that your present responsibilities are boring or that there is nothing challenging in them. A responsible person proves his worth in any type of work that is entrusted to him even if it is polishing shoes or ironing clothes or turning off the tap after use.

Responsibility comes in many shapes and guises. Even children have to be responsible in many ways in their daily life. As a responsible citizen, you can prove yourself to be environment conscious and not waste electricity or water and take care not to litter. Responsibility can also mean that you show respect for other people's feelings and have a strong sense of what is right and wrong

Responsibility is not something that can be forced upon you. You have to acquire it with hard work, concentration and the will to be known as trustworthy and dependable. You might make mistakes on the way but always remember being responsible and trustworthy and reliable are essential for your future well being they will help you gain respect and success in life.



ARY

GOLD BARS

The Gold Standard



The purest form of Gold 999.9

Available in 1gm to 1kg

Ten Tola and kilo 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 2263535
Fax: +971 4 2267938

<http://www.arygold.com>

email: info@arygold.com

World on your finger tips

I do remember during the pre-partition days and even sometime after the partition, when for making a long distance telephone call, we had to route the call through the Telephone office. First booking the call and then running from pillar to post, reminding the department more than once, and wait for quite some time before the call gets through.

The modern era has been now extremely advanced and well-developed. The basic reason for this development is actually the launch of the internet and its applications which have provided the individuals with the easiest routine in their daily lives.

The modern internet world has made even the most tiring and physically demanding works on the finger tips. For example the shopping which is indeed a very complicated affair, can be easily done on the internet in the modern times, via e-commerce. This technology has emerged as one of the breakthrough uses of the internet.

The internet has changed the face of the lives of people, turning them completely into the modern and latest lifestyle with its developments. Today, instead of the newspapers, the people use the internet to access the e-news which provides not only the news papers completely, but also various different news channels from all over the world. Even the live video news from the news channels can be accessed through the

net, overpowering the other media, even including the television.

The modern developments through the internet have also widened the opportunities for business and professional developments. The need to advertise the products of any business companies are no more a major problem, as the companies can develop their own website and information regarding the products to convince the customers with their works.

There are also several opportunities of making money through the internet, with the most common profession being the web site development with the increasing demand of web-development personnels used to develop the websites to promote their business and companies.

Now times have changed and we are living in an age when you can reach any place in the world with just a click of a button through internet and email. This system of communication is so convenient in the midst of pressures on time and energy. It is essential that effectiveness of this tool is exploited to the fullest and knowing details about email usage patterns is a great way to start.

Email has changed the way we do business. Sure people complain about the amount of emails they receive. But when all is said and done, using Email has impacted business in a positive way and has

edge over other methods of communication.

Email still remains one of the most widely used modes of communication over the internet. Given the growth of social media, it is true that some sort of personal emails have been replaced with messages, but when it comes to more structured and formal communication, and as means of online identification, email is still the only choice.

The quantity of emails sent and received every day all over the world runs into billions. Then how about learning personal email habits. For example, number of emails received, replied, trends over a period of time to identify when the incoming and outgoing volumes is at peak, timeless of replies sent, length of emails and length of conversations that go on as exchange of emails. All this can lead to better time-management and effective usage of this facility.

Gmail by Google provides an easy way to take a peek inside these habits and trends by a simple tool named Gmail Meter which can be activated by using Google Docs available at Google 'docs.google.com'. Enabling Gmail Meter is easy, all it requires is opening up a new spread sheet, selecting Tools > Script Gallery > Gmail Meter and clicking the Install button.

Internet is indeed the major advancement in the modern era, enabling the common people to sit at home and rule the world.

Blood Clots/Stroke They Now Have a Fourth Indicator, the Tongue

STROKE: Remember the 1st Three Letters.... S. T. R.

Stroke identification

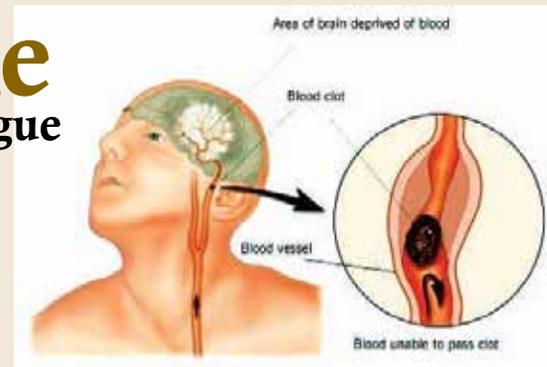
During a BBQ, a woman stumbled and took a little fall - she assured everyone that she was fine (they offered to call paramedics). She said she had just tripped over a brick because of her new shoes. They got her cleaned up and got her a new plate of food. While she appeared a bit shaken up, she went about enjoying herself the rest of the evening. Her husband called later telling everyone that his wife had been taken to the hospital - (at 6:00 pm she passed away.) She had suffered a stroke at the BBQ. Had they known how to identify the signs of a stroke, perhaps she would be with us today. Some don't die. They end up in a helpless, hopeless condition instead. A neurologist says that if he can get to a stroke victim within 3 hours he can totally reverse the effects of a stroke...totally. He

said the trick was getting a stroke recognized, diagnosed, and then getting the patient medically cared for within 3 hours, which is tough...

Recognizing a stroke

Thank God for the sense to remember the '3' steps, STR. Read and Learn! Sometimes symptoms of a stroke are difficult to identify. Unfortunately, the lack of awareness spells disaster. The stroke victim may suffer severe brain damage when people nearby fail to recognize the symptoms of a stroke.

Now doctors say a bystander can recognize a stroke by asking three simple questions:
S *Ask the individual to SMILE.
T *Ask the person to TALK and SPEAK
A SIMPLE SENTENCE (Coherently) (i.e.



It is sunny out today.)
R *Ask him or her to RAISE BOTH ARMS.

If he or she has trouble with ANY ONE of these tasks, call emergency number immediately and describe the symptoms to the dispatcher.

New Sign of a Stroke ----- Stick out Your Tongue

NOTE: Another 'sign' of a stroke is this: Ask the person to 'stick' out his tongue... If the tongue is 'crooked', if it goes to one side or the other, that is also an indication of a stroke.

Utter a good word

All praises are for Allah, the Creator and Sustainer of the Universe, the All-knowing, All-wise. Peace and blessings be on the last Prophet and messenger (pbuh), who was sent as a mercy to the mankind and the Jinn. The best of the speech is the word of Allah and the best guidance of the Prophet (SAW).

Sharing some thoughts on the subject that has a tremendous effect on our day to day lives. We are engaged in talking and communication, but do we realize the impact our words have on us, our families and our communities.

The purpose of this article is a reminder for us to reflect and think about how we use our faculty of speech. It is indeed a unique blessing Allah has bestowed on us.

In a hadith narrated by Imam Bukhari and Muslim, Hazrat Abu Hurayrah (RA) relates that Allah's messenger (peace be upon him) said 'Whosoever believes in Allah and the last day should speak a good word or remain silent. This hadith discusses how our faith manifest itself and affects the way we relate to others.

This hadith establishes an important concept: Faith manifests itself in the outer actions and deeds. It is not sufficient for someone to declare belief in Allah and the last day, the actions have to attest to that belief.

Some people say: 'Our hearts are clean'. Well if the hearts are clean than how come the actions and words cause problems and tensions in our relationship? A clean heart produces clean action.

Believing in Allah and the Last Day. This is a conditional sentence. Failing to fulfill the conditions is a sign that faith is incomplete and hence improvement is needed.

Belief in Allah entails the knowledge, understanding and conviction that whatever we do we seek Allah's pleasure. We expect rewards from Him. Belief in the last day entails the conviction that the words we utter are being recorded by the two Angels and we are accountable for what we utter or speak.

Speaking or uttering a good word or remaining silent :

This is an encouragement to speak or utter what is good and beneficial; at the same time it is a warning, cautioning us to be careful in what we say, lest we say, something that is harmful or false.

It is part of a Muslim's faith to speak the truth and to say things that bring about benefit to others. Allah says : ;Oh you who believe ! Fear Allah and speak a word that is right. He will set right for you your deeds and forgive you your sins. And whoever obeys Allah and His Messenger has certainly attained a great achievement '

Allah informs us in the Quran some of what constitutes good in our speech and benefits other people. He says : No good is there in much of their private conversation, except for those who enjoin charity or that which is right, or bring reconciliation between people. And whoever does that seeking Allah's pleasure, then we shall grant him a great reward.

When we have nothing beneficial to say, silence is golden. Once Mu'adh bin Jabal ask the Prophet (peace be upon him) to inform him of some good work that would admit him into Paradise and distance him from the Hellfire. The Prophet (peace be upon him) mentioned to him the virtues of many good deeds, then said :

'Shall I inform you of the foundation of all of that ?

Mu'adh said 'Certainly.'

The Prophet (peace be upon him) took hold of his tongue and said 'Restrain yourself from this. '

Mu'adh then asked 'O Prophet of Allah ! Are we held to task for the things that we say ? The Prophet (peace be upon him) replied. 'may your mother be bereaved of you, O Mu'adh - Does anything topple people headlong into the Hellfire save the harvests of their tongues ?

We should avoid speaking or uttering ill of others. We should rather remain silent unless we are seeking justice for some

wrong that has been perpetrated against us. Allah says 'Allah does not like that evil should be mentioned in public except by one who has been done injustice. And Allah is all-hearing, all-knowing. '

Our tongues are like double-edged swords. They can work for us or against us, both in this world and the Hereafter. We are accountable for what we say.

Allah tells us : One does not utter a statement except that there is an observer by him ready to record it. This is referring to the two angels sitting on our shoulders.

The Prophet (peace be upon him) said : Indeed a servant will speak a word pleasing to Allah that he thinks to be insignificant, but because of it Allah raises him by many degrees. And indeed a servant will utter or speak a word displeasing to Allah that he thinks to be insignificant, but because of it, He will consign him to the Hellfire.

As a reminder for us all, we must be conscious of what we want to say and be aware of the effects of our words on us and the people around us. Is our tongue going to bring about love, affection and harmony within our families and friends ? Or hurt ?

The Prophet (peace be upon him) said 'A man might speak a word without thinking about its implications, but because of it, he will plunge in to the Hellfire further than the distance between the east and west.

Commenting on this hadith, Al-Nawawi says that this hadith encourages us to guard our tongues. A person who wants to speak or utter should think upon what he is about to say before he delivers it. If there is some benefit to it, he may speak it; otherwise he should refrain from doing so.'

Therefore we must be vigilant not to speak falsehood. We must also think about what we are saying and the possible consequences of our word before we go ahead and speak.

The Holy Prophet (peace be upon him) said that if you guarantee to safeguard and vouch your tongue, I guarantee you abode in the paradise.

How to make **money** **making** a **success**

Regardless of how much money a person has, he or she only sleeps on one bed and takes 3 full meals. But money does allow you to have an ideal lifestyle.

Your life depends to a great extent on your life habits. Your daily life habits determine the quality of your life in terms of health and general well being. Good life habit endure your body's ability to combat sickness and stay younger than your real age and feel good and happy.

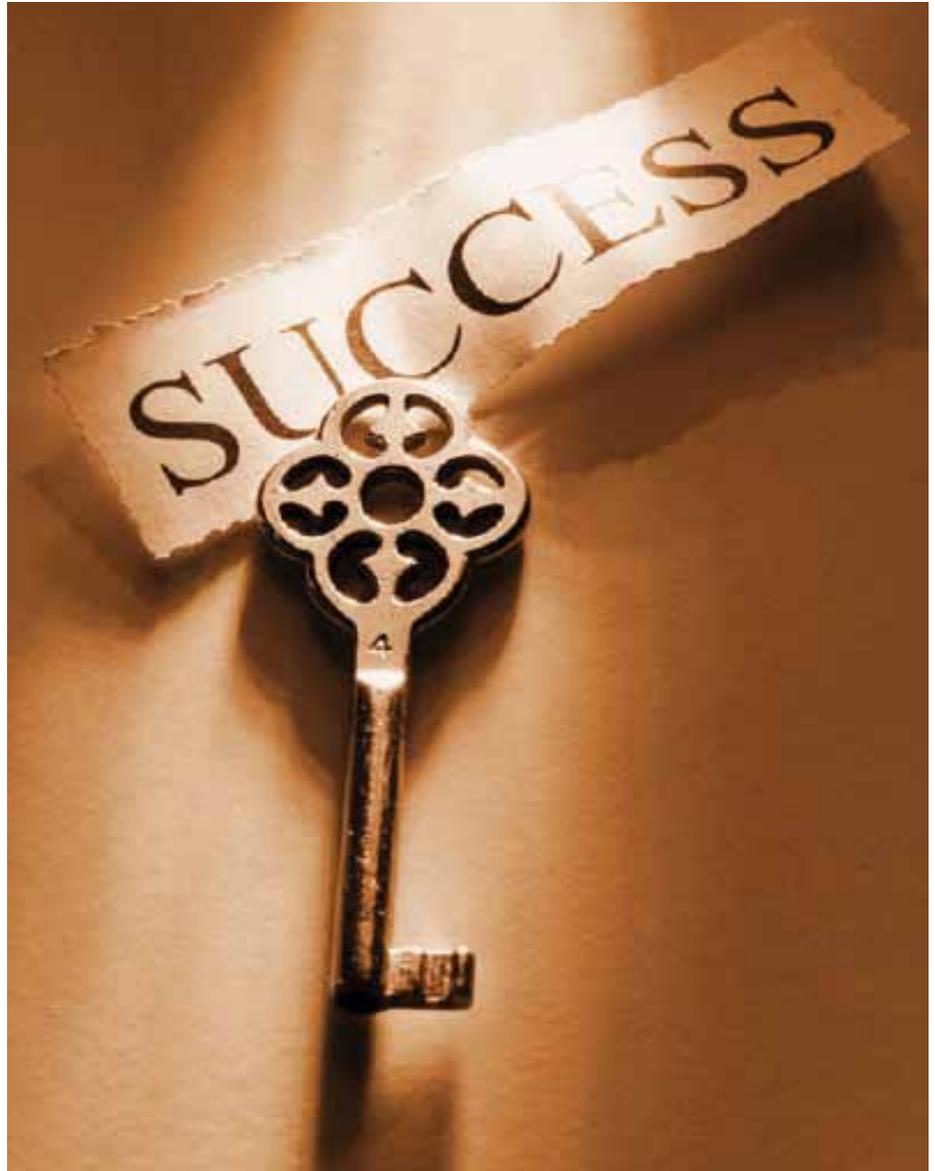
The prerequisite for attaining money making success is therefore healthy life habits. With money you can have an ideal lifestyle – being able to have control over your time and schedule, having no one ordering you around, not having to look at the price tags every time you go out shopping, and just enjoying the freedom that you truly deserve.

The reason why so many people fail in their money making efforts and eventually achieve financial freedom is because they themselves have limited belief. That's the problem with most people. They have set up a boundary in their minds. This barrier stops any possibility of surpassing the current limits of their belief.

Take for example, many people believe that they are only good enough to do the boring jobs they are currently doing. They do not like to think outside the box. They let money making business opportunities that come their way, passed by. Fears and doubts have been causing them to miss these golden chances of a lifetime.

If you believe that you have the capacity and power to attain money making success, you are halfway there. To achieve money making success, you need to plan everything. Make a list of things that would allow you to save money.

Cut back on using your credit card, pay your bills on time, make wise investment decisions, and try your best to start in some sort of business, no matter how small. More importantly, take action now, do not procrastinate. It's not enough to just believe. You have to make a move. Do not be afraid of making mistakes. In fact, successful people make lots of mistakes. The more mistakes you make, the closer you will get to success.



Sacrifice. Instead of watching TV or going shopping, invest more time on those activities that would propel you in reaching your financial goals.

Many people would repeatedly complain that they're sick and tired of their lives, but do they really deserve a better life? The harder you work, the more chances that success will hit you.

Have a burning desire to succeed and never, ever give up. Quitting is not an option. You must keep on pounding and pounding until you have achieved your

mission. You won't fail unless you quit. Money may not be everything, but living your life the way you want it to be, is. If you think you can, you can, If you want succeed, then nothing can stop you.

We have moulded the world to our will, dogmatism results. Life is short. 'You can't take it with you.'

Wealth, fame and power are precarious, they are not distributive properties. They tend to be exclusive; not everyone can have them. Success can never be satisfied, for we compare ourselves to others.

Be kind to others



Too often the trend in our society is for people to be separated from each other, to be cut off from the great mass of humanity and in doing so to be dehumanized a little bit more with each step.

Cars have taken us off the streets, where we used to greet each other and stop to chat. Cubicles have taken away a bit of the humanity in working, as have factories and even computers to some extent. Television has planted us firmly in our living rooms, instead of out with other people. Even movie theatres, where many people get together, cut us off from true conversation because we are staring at a big screen.

While we are not railing against any of these 3 inventions (except perhaps the cubicle), what we must guard against is the tendency of that individuality to have us focused on ourselves to the exclusion of our fellow human beings. The tendency toward selfishness rather than giving, helping ourselves rather than helping our brothers and sisters in humanity.

It is not that we are all like that, but it can happen, if we are not careful.

So strike back against the selfishness and greed of our modern world, and help out a fellow human being today. Not next month, but today.

Helping a fellow human being, while it can be inconvenient, has a few humble advantages :

- It makes you feel better about yourself.
- It connects you with another person, at least for a moment, if not for life;
- It improves the life of another, at least a little.
- It makes the world a better place, one little step at a time.
- And if that kindness is passed on, it can multiply and multiply.

So take just a few minutes today, and do a kindness for another person. It can be something small, or the start of something big. Ask them to pay it forward. Put a smile on someone's face.

Do not know where to start? Here is an extremely incomplete list, just go get you thinking. I am sure you can come up with thousands more if you think about it.

1. Smile and be friendly. Sometimes a simple little thing like this can put a smile and warm feeling in someone else's heart, and make their day a little better. They might then do the same for others.
2. Call a charity to volunteer. You do not have to go to a kitchen today. Just look up the number, make the call and make an appointment volunteer sometime in the next month. It can be whatever charity you like. Volunteering is one of the most amazing things you can do.
3. Donate something you do not use. Or a whole box of something. Drop them off at a charity – others can put your litter to good use.
4. Make a donation. There are lots of ways to donate to charities online, or in your local community. Instead of buying yourself a new gadget or outfit, spend



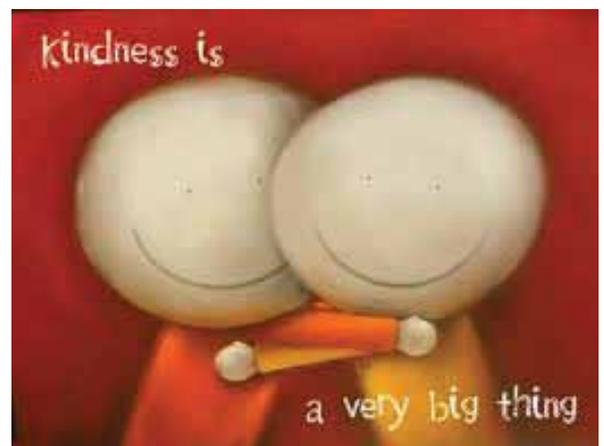
selves.

18. Donate food. Clean out your cupboard of canned goods or buy a couple bags of groceries and donate them to a homeless shelter.
19. Just be there. When someone you know is in need, sometimes it's just good to be there. Sit with them,. Talk. Help out if you can.
20. Be patient. Sometimes people can have difficulty understanding things or learning to do something right. Learn to be patient with them.
21. Tutor child. This might be difficult to today, but often parents can't afford to hire a tutor for their child in need of help. Call a school and volunteer your tutoring services.
22. Create a care package. Soup, reading material, tea, chocolate, anything you think the person might need or enjoy. Good for someone who is sick or otherwise in need of a pick-me-up.
23. Lend your voice. Often the powerless, the homeless, the neglected in our world need someone to speak up for them. You don't have to take on that cause by yourself, but join others in signing a petition, speaking up a council meeting, writing letters, and otherwise making need heard.
24. Offer to babysit. Sometimes parents need a break. If a friend or other loved one in your life doesn't get that chance very often, call them and offer to babysit sometime. Set up an appointment. It can make a big difference.
25. Love. Simply finding way to express your love to others, whether family member, friend, co-worker, or a complete stranger, just express your love. Hug, a kind word, spending time, showing little kindnesses, being friendly, it all matters more than you know.

How far that little candles throws his beams!
So shines a good deed in a weary world
William Shakespeare.

- that money in a more positive way.
5. Redirect gifts. Instead of having people give you birthday or Christmas gifts, ask them to donate gifts or money to a certain charity.
 6. Stop, to help. The next time you see someone pulled over with a flat tire, or somehow in need of help, stop and ask how you can help. Sometimes all they need is a push, or the use of your cell phone.
 7. Teach. Take the time to teach someone a skill you know. This could be teaching your grandma to use email, teaching your child to ride a bike, teaching your co-worker a valuable computer skill, teaching your spouse how to clean the toilet. OK, that last one doesn't count.
 8. Comfort someone in grief. Often a hug, a helpful hand, a kind word, a listening ear, will go a long way when someone has lost a loved one or suffer some similar loss or tragedy.
 9. Help them take action. If someone in grief seems to be lost and doesn't know what to do, help them do something. It could be making a funeral arrangements, it could be making a doctor's appointment, it could be making phone calls. Donot do it all yourself – let them take action too, because it helps in the healing process.
 10. Buy food for a homelss person. Cash Is often a bad idea if it's going to be used for drugs, but buying a sandwich and chips or something like that is good

- gesture Be respectful and friendly.
11. Lend your car. Often someone who is sad, depressed, angry or frustrated just needs some one who will listen. Venting and talking through an issue is a huge help.
 12. Help someone on the edge. If someone is suicidal, urge them to go get help. If they do not call a suicide hotline or doctor yourself to get advice.
 13. Help someone get active. A person in your life who want to get healthy might need a helping hand to join gym together. Once they get started, it can have profound effects.
 14. Do a chore. Something small or big, like cleaning up or washing car or doing the dishes or cutting a lawn.
 15. Give a massage. Only when appropriate of course. But a massage can go a long way to making someone feel better.
 16. Send a nice email. Just a quick note telling someone how much you appreciate them or how proud you are of them, or just saying thank you for something they did.
 17. Show appreciation publicly. Praising someone on a blog, in front of coworkers, in front of family or in some other public way, is a great way to make them feel better about them-



Beautiful & wise

This is the most beautiful advice I have ever received in an email ... Please don't close or delete this one before reading!



An Angel says, 'Never borrow from the future. If you worry about what may happen tomorrow and it doesn't happen, you have worried in vain. Even if it does happen, you have to worry twice.'

1. Pray
2. Go to bed on time.
3. Get up on time so you can start the day unrushed.
4. Say No to projects that won't fit into your time schedule, or that will compromise your mental health.



5. Delegate tasks to capable others.
6. Simplify and un-clutter your life.
7. Less is more. (Although one is often not enough, two are often too many.)
8. Allow extra time to do things and to get to places.



9. Pace yourself. Spread out big changes and difficult projects over time; don't lump the hard things all together.
10. Take one day at a time.
11. Separate worries from concerns. If a situation is a concern, find out what God would have you do and let go of the anxiety. If you can't do anything about a



situation, forget it.

12. Live within your budget; don't use credit cards for ordinary purchases.
- 13.. Have backups; an extra car key in your wallet, an extra house key buried in the garden, extra stamps, etc.
14. K.M.S. (Keep Mouth Shut). This single piece of advice can prevent an enormous amount of trouble.
15. Do something for the Kid in You everyday.



16. Carry a spiritually enlightening book with you to read while waiting in line.
17. Get enough rest.
18. Eat right.
19. Get organized so everything has its place.



- 20.. Listen to a tape while driving that can help improve your quality of life..
21. Write down thoughts and inspirations.
22. Every day, find time to be alone.
23. Having problems? Talk to God on the spot. Try to nip small problems in the bud. Don't wait until it's time to go to bed to try and pray.
24. Make friends with Godly people.



- 25.. Keep a folder of favorite scriptures on hand.
26. Remember that the shortest bridge between despair and hope is often a good 'Thank you Jesus.'
27. Laugh.
28. Laugh some more!
29. Take your work seriously, but not yourself at all.
30. Develop a forgiving attitude (most people are doing the best they can).



- 31.. Be kind to unkind people (they probably need it the most).
32. Sit on your ego.
33. Talk less; listen more.
34. Slow down.
35. Remind yourself that you are not the general manager of the universe.
36. Every night before bed, think of one thing you're grateful for that you've never been grateful for before. GOD HAS A WAY OF TURNING THINGS AROUND FOR YOU. 'If God is for us, who can be against us?'

Turn defeat into victory

Fear is a habit; so is self-pity, defeat, anxiety, despair, hopelessness and resignation. You can eliminate all of these negative habits with two simple resolves: I can and I will.

Each person in the elite corps of successful men has encountered opposition, discouragement, setbacks, personal misfortune. See the background of the president of your company or the mayor of your city. Select any person you consider a real success. When you see the problem, you will discover the individual has overcome big, real obstacles.

If you learn from defeat, you haven't really lost.'

It is impossible to win high level success without meeting opposition, hardship and setback. But it is possible to use setbacks to propel you forward. Salvage something from every setback. We can turn setbacks into victories. Find the lesson, apply it, and then look back on defeat and smile. Next time things seem to go wrong on the job or at home calm down and find out what caused the trouble. This is the way to avoid making the same error twice.

We human beings are quick to accept full credit for our victories. When we win, we want the world to know about it. But human beings are equally quick to blame someone else for each setback.

Being self-critical is constructive. It helps you to build the personal strength and efficiency needed for success. Blaming others is destructive. You gain absolutely nothing from proving that someone else is wrong. Don't run away from inadequacies. Be like the real professionals, they seek out their faults and weaknesses and then correct them. That's what makes them professionals. Stop blaming luck. Blaming luck never got anyone where he wanted to go.



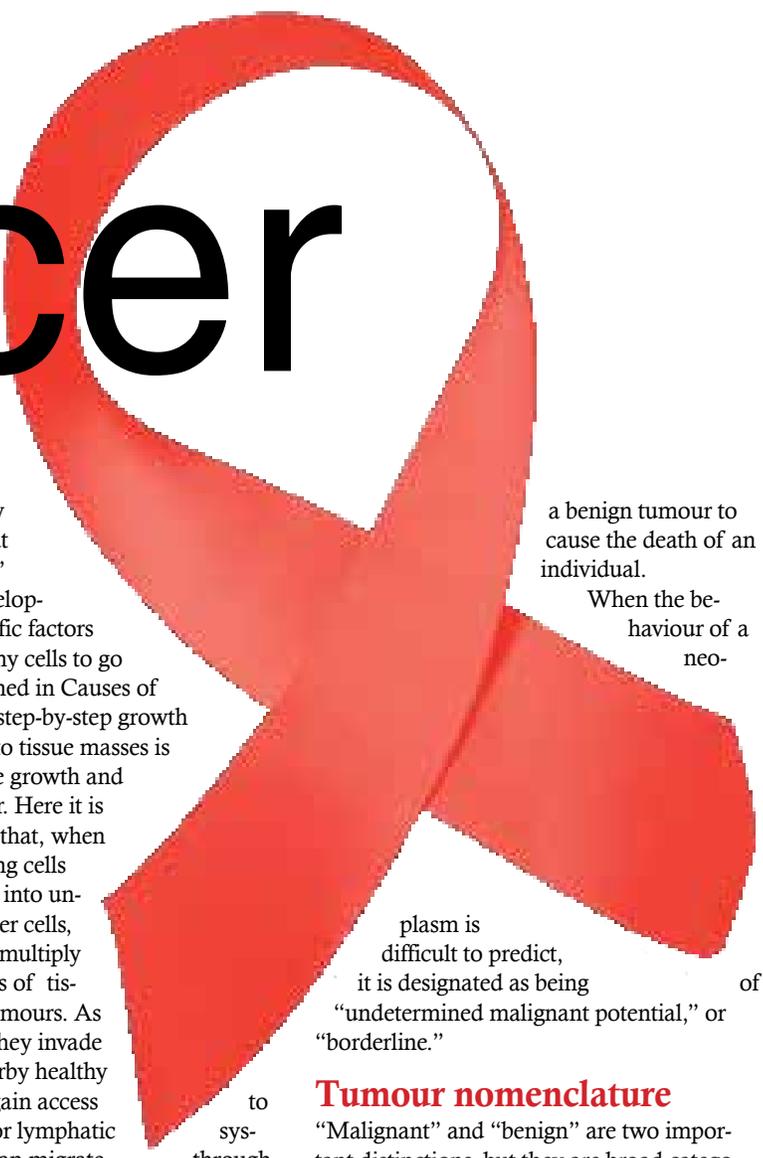
Persisting in one way is not a guarantee of victory, but persistence blended with experimentation does guarantee success. Many ambitious people go through life with admirable persistence and show of ambition, but they fail to succeed because they don't experiment with new approaches. Stay with your goal, but don't beat your head against a wall. If you are not getting results, try a new approach.

We find that people's beliefs about their efficacy affect the sorts of choices they make in very significant ways. In particular, it affects their levels of motivation and perseverance in the face of obstacles.

It is not the critic who counts, not the man who points out how the strong man

stumbles, or where the doer of deeds could have done them better. The credit belongs to the man who is actually in the arena, whose face is marred by dust and sweat and blood, who strives valiantly, who errs, who comes short again and again, because there is no effort without error and shortcoming, but who does actually strive to do the deeds, who knows great enthusiasms, the devotions, who spends himself in a worthy cause, who at the best knows in the end the triumph of high achievement and who at the worst, if he fails, while daring greatly, so that his place shall never be with those cold and timid souls who neither know victory nor defeat.

Cancer



Group of more than 100 distinct diseases characterized by the uncontrolled growth of abnormal cells (refer to cells) in the body. Cancer affects one in every three persons born in developed countries and is a major cause of sickness and death throughout the world. Though it has been known since antiquity, significant improvements in cancer treatment have been made since the middle of the 20th century, mainly through a combination of timely and accurate diagnosis, selective surgery, radiation therapy, and chemotherapeutic drugs. Such advances actually have brought about a decrease in cancer deaths (at least in developed countries), and grounds for further optimism are seen in laboratory investigations into elucidating the causes and mechanisms of the disease. Owing to continuing advances in cell biology, genetics, and biotechnology, researchers now have a fundamental understanding of what goes wrong in a cancer cell and in an individual who develops cancer—and these conceptual gains are steadily being converted into further progress in prevention, diagnosis, and treatment of this disease.

This article covers the complex subject of cancer in several sections. The first section, Types of cancer, reviews the major cancer types according to their pattern of growth, site of origin, and other characteristics. Links are provided from diagrams and tables in this section to more detailed entries on specific cancers. Subsequent sections describe the growth and spread of cancerous tumours, their effects on the individual, and methods of diagnosing and treating them. The section Causes of cancer provides a detailed examination of the molecular basis of the disease, the principal cancer-causing agents, and hereditary factors involved in cancer development. Finally, Milestones in cancer science provides a brief overview of cancer science throughout history.

Type of Cancer

Malignant Tumours

Benign Tumours

Tumours, or neoplasms (from Greek neo, “new”; plasma, “formation”), are abnormal growths of cells arising from malfunctions

in the regulatory mechanisms that oversee the cells’ growth and development. The specific factors that cause healthy cells to go away are explained in Causes of cancer, and the step-by-step growth of these cells into tissue masses is described in The growth and spread of cancer. Here it is sufficient to say that, when normally growing cells are transformed into undisciplined cancer cells, they divide and multiply and form masses of tissue known as tumours. As tumours grow, they invade and destroy nearby healthy tissues. If they gain access the circulatory or lymphatic tems, tumours can migrate out body, seeding in distant areas (a process known as metastasis). Tumours that grow and spread aggressively in this manner are designated malignant, or cancerous. Left unchecked, they can spread throughout the body and disrupt organs that are necessary to keep an individual healthy and alive.

Some tumours, however, remain localized to the area in which they arise and pose little risk to health. These tumours are called benign. Although benign tumours are indeed abnormal, they are far less dangerous than malignant tumours because they have not entirely escaped the growth controls that keep normal cells in check. They are not aggressive and do not invade surrounding tissues or spread to distant sites. In some cases they even function like the normal cells from which they arise.

Nevertheless, though they are incapable of dissemination, benign tumours do expand and can cause signs or symptoms of disease in an individual by replacing or impinging on an organ. In some cases benign tumours that compress vital structures can kill—for instance, tumours that compress the brain stem, where the centres that control breathing are located. However, it is unusual for

a benign tumour to cause the death of an individual.

When the behaviour of a neo-

plasm is difficult to predict, it is designated as being of “undetermined malignant potential,” or “borderline.”

Tumour nomenclature

“Malignant” and “benign” are two important distinctions, but they are broad categories that comprise many different forms of cancer. A more detailed and useful way to classify and name tumours is by their site of origin (that is, the cell or tissue from which a tumour arises) and by their microscopic appearance. This classification scheme, though not followed with rigid logic or consistency, allows tumours to be categorized by a characteristic prognosis and therapy. Tumour nomenclature thus provides a means of identifying tumours and determining the best course of treatment.

Nomenclature of benign tumours

In the majority of cases, benign tumours are named by attaching the suffix -oma to the name of the tissue or cell from which the cancer arose. For example, a tumour that is composed of cells related to bone cells, and that has the structural and biochemical properties of bone substance (osteoid), is classified as an osteoma. This rule is followed with a few exceptions for tumours that arise from mesenchymal cells (the precursors of bone and muscle).

Benign tumours arising from epithelial

cells (cells that form sheets that line the skin and internal organs) are classified in a number of ways and thus have a variety of names. Sometimes classification is based on the cell of origin, whereas in other cases it is based on the tumour's microscopic architectural pattern or gross appearance. The term adenoma, for instance, designates a benign epithelial tumour that either arises in endocrine glands or forms a glandular structure. Tumours of the ovarian epithelium that contain large cysts are called cystadenomas.

When a tumour gives rise to a mass that projects into a lumen (a cavity or channel within a tubular organ), it is called a polyp. Most polyps are epithelial in origin. Strictly speaking, the term polyp should be restricted to designating benign growths; a malignant polyp should be referred to as a polypoid cancer in order to avoid confusion.

Benign tumours built up of fingerlike projections from the skin or mucous membranes are called papillomas.

Nomenclature of malignant tumours

For the naming of malignant tumours, the rules for using prefixes and suffixes are similar to those used to designate benign neoplasms. The suffix *-sarcoma* indicates neoplasms that arise in mesenchymal tissues—for instance, in supportive or connective tissue such as muscle or bone. The suffix *-carcinoma*, on the other hand, indicates an epithelial origin. As with benign tumours, a prefix indicates the predominant cell type in the tumour. Thus, a liposarcoma arises from a precursor to a fat cell called a lipoblastic cell; a myosarcoma is derived from precursor muscle cells (myogenic cells); and squamous-cell carcinoma arises from the outer layers of mucous membranes or the skin (composed primarily of squamous, or scalelike, cells).

Just as adenoma designates a benign tumour of epithelial origin that takes on a glandlike structure, so adenocarcinoma designates a malignant epithelial tumour with a similar growth pattern. Usually the term is followed by the organ of origin—e.g., adenocarcinoma of the lung.

Malignant tumours of the blood-forming tissue are designated by the suffix *-emia* (Greek: “blood”). Thus, leukemia refers to a cancerous proliferation of white blood cells (leukocytes). Cancerous tumours that arise in lymphoid organs, such as the spleen, thymus, or lymph glands, are termed malignant lymphomas. The term lymphoma is often used without the qualifier malignant to denote cancerous lymphoid tumours; however, this usage is confusing, since the suffix *-oma*, as mentioned above, more properly designates a benign neoplasm.

The suffix *-oma* is also used to designate other malignancies, such as seminoma, which is a malignant tumour that arises from the germ cells of the testis. In a similar manner, malignant tumours of melanocytes (the skin cells that produce the pigment melanin) should be called melanocarcinomas, but for historical reasons the term melanoma persists.

In some instances neoplasms are named for the physician who first described them. For example, the malignant lymphoma called Hodgkin disease was described in 1832 by the English physician Thomas Hodgkin. Burkitt lymphoma is named after the British surgeon Denis Parsons Burkitt; Ewing sarcoma of bone was described by James Ewing; and nephroblastoma, a malignant tumour of the kidney in children, is commonly called Wilms tumour, for the German surgeon Max Wilms.

CELLS

In biology, the basic unit of which all living things are composed. As the smallest units retaining the fundamental properties of life, cells are the “atoms” of the living world. A single cell is often a complete organism in itself, such as a bacterium or yeast. Other cells, by differentiating in order to acquire specialized functions and cooperating with other specialized cells, become the building blocks of large multicellular organisms as complex as the human being. Although they are much larger than atoms, these building blocks are still very small. The smallest known cells are a group of tiny bacteria called mycoplasmas; some of these single-celled organisms are spheres about 0.3 micrometre in diameter, with a total mass of 10-14 gram—equal to that of 8,000,000,000 hydrogen atoms. Human cells typically have a mass 400,000 times larger, but even they are only about 20 micrometres across. It would require a sheet of about 10,000 human cells to cover the head of a pin, and each human being is composed of more than 75,000,000,000,000 cells.

This article discusses the cell both as an individual unit and as a contributing part of a larger organism. As an individual unit the cell is capable of digesting its own nutrients, providing its own energy, and replicating itself in order to produce succeeding generations. It can be viewed as an enclosed vessel composed of even smaller units that serve as its skin, skeleton, brain, and digestive tract. Within this vessel innumerable chemical reactions take place simultaneously, all of them controlled so that they contribute to the life and procreation of the cell. In a multicellular organism cells specialize to perform different functions. In order to do this each cell keeps in constant communication with

its neighbours. As it receives nutrients from and expels wastes into its surroundings, it adheres to and cooperates with other cells. Cooperative assemblies of similar cells form tissues, and a cooperation between tissues in turn forms organs, the functional units of an organism.

Special emphasis is given in this article to animal cells, with some discussion of the energy-synthesizing processes and extracellular components peculiar to plants. For detailed discussion of the biochemistry of plant cells, see photosynthesis. For full-length treatment of the genetic events in the cell nucleus, see heredity.

Cancer News from Johns Hopkins:

1. No plastic containers in micro.
2. No water bottles in freezer.
3. No plastic wrap in microwave.

Johns Hopkins has recently sent this out in its newsletters. This information is being circulated at Walter Reed Army Medical-Center as well. Dioxin chemicals causes cancer, especially breast cancer.

Dioxins are highly poisonous to the cells of our bodies. Don't freeze your plastic bottles with water in them as this releases dioxins from the plastic.

Recently, Dr. Edward Fujimoto, Wellness Program Manager at Castle Hospital, was on a TV program to explain this health hazard. He talked about dioxins and how bad they are for us.

He said that we should not be heating our food in the microwave using plastic containers. This especially applies to foods that contain fat. He said that the combination of fat, high heat, and plastics releases dioxin into the food and ultimately into the cells of the body.

Instead, he recommends using glass, such as Corning Ware, Pyrex or ceramic containers for heating food. You get the same results, only without the dioxin. So such things as TV dinners, instant ramen and soups, etc., should be removed from the container and heated in something else. Paper isn't bad but you don't know what is in the paper. It's just safer to use tempered glass, Corning Ware, etc.

He reminded us that a while ago some of the fast food restaurants moved away from the foam containers to paper. The dioxin problem is one of the reasons. Also, he pointed out that plastic wrap, such as Saran, is just as dangerous when placed over foods to be cooked in the microwave. As the food is nuked, the high heat causes poisonous toxins to actually melt out of the plastic wrap and drip into the food.

Cover food with a paper towel instead.

About the Brain

 Shaoib Ghaziani

Making sense of the brain's mind-boggling complexity isn't easy. What we do know is that it's the organ that makes us human, giving people the capacity for art, language, moral judgments, and rational thought. It's also responsible for each individual's personality, memories, movements, and how we sense the world.

All this comes from a jellylike mass of fat and protein weighing about 3 pounds (1.4 kilograms). It is, nevertheless, one of the body's biggest organs, consisting of some 100 billion nerve cells that not only put together thoughts and highly coordinated physical actions but regulate our unconscious body processes, such as digestion and breathing.

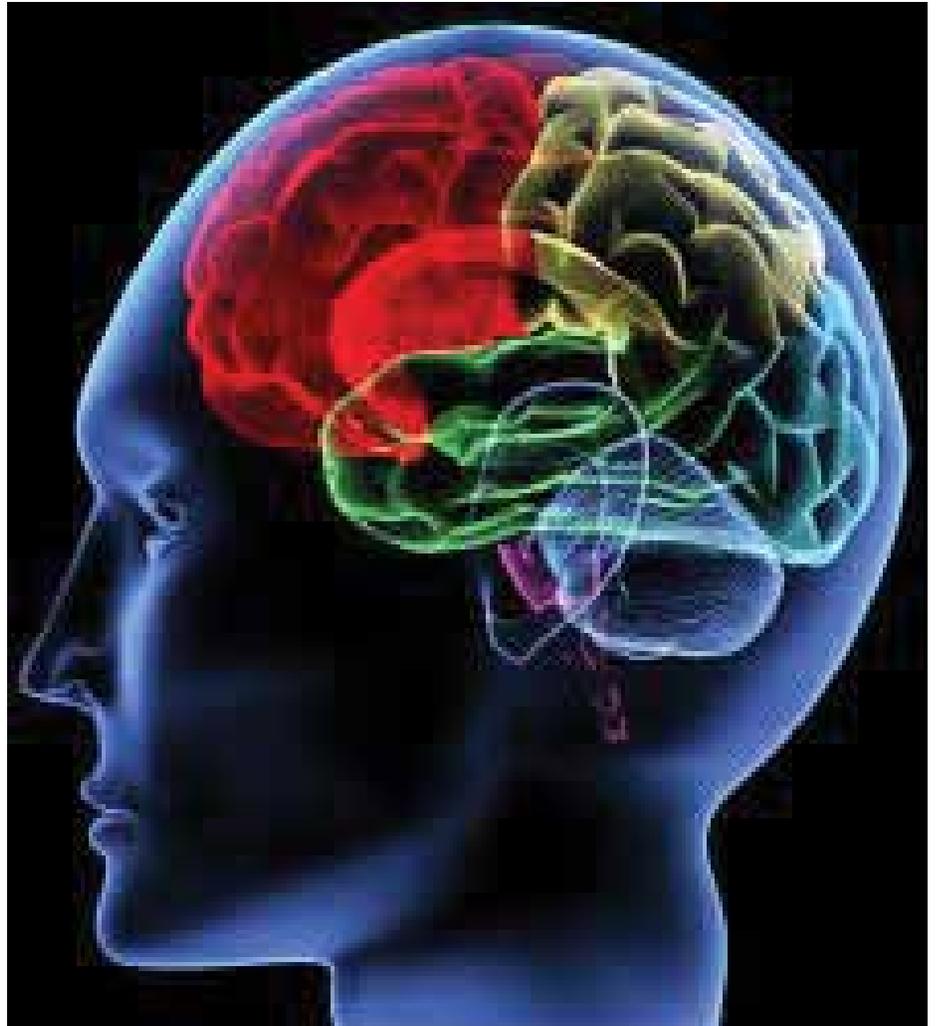
The brain's nerve cells are known as neurons, which make up the organ's so-called "gray matter." The neurons transmit and gather electrochemical signals that are communicated via a network of millions of nerve fibers called dendrites and axons. These are the brain's "white matter."

The cerebrum is the largest part of the brain, accounting for 85 percent of the organ's weight. The distinctive, deeply wrinkled outer surface is the cerebral cortex, which consists of gray matter. Beneath this lies the white matter. It's the cerebrum that makes the human brain—and therefore humans—so formidable. Whereas animals such as elephants, dolphins, and whales have larger brains, humans have the most developed cerebrum. It's packed to capacity inside our skulls, enveloping the rest of the brain, with the deep folds cleverly maximizing the cortex area.

The cerebrum has two halves, or hemispheres. It is further divided into four regions, or lobes, in each hemisphere. The frontal lobes, located behind the forehead, are involved with speech, thought, learning, emotion, and movement. Behind them are the parietal lobes, which process sensory information such as touch, temperature, and pain. At the rear of the brain are the occipital lobes, dealing with vision. Lastly, there are the temporal lobes, near the temples, which are involved with hearing and memory.

Movement and Balance

The second largest part of the brain is the



cerebellum, which sits beneath the back of the cerebrum. It is responsible for coordinating muscle movement and controlling our balance. Consisting of both grey and white matter, the cerebellum transmits information to the spinal cord and other parts of the brain.

The diencephalon is located in the core of the brain. A complex of structures roughly the size of an apricot, the two major sections are the thalamus and hypothalamus. The thalamus acts as a relay station for incoming nerve impulses from around the body that are then forwarded to the appropriate brain region for processing. The hypothalamus controls hormone secretions from the nearby pituitary gland. These hormones govern growth and instinctual

behavior such as eating, drinking, sex, anger, and reproduction. The hypothalamus, for instance, controls when a new mother starts to lactate.

The brain stem, at the organ's base, controls reflexes and crucial, basic life functions such as heart rate, breathing, and blood pressure. It also regulates when you feel sleepy or awake.

The brain is extremely sensitive and delicate, and so requires maximum protection. This is provided by the surrounding skull and three tough membranes called meninges. The spaces between these membranes are filled with fluid that cushions the brain and keeps it from being damaged by contact with the inside of the skull.

Methi (Fenugreek)

The English translation of Hadith about Mehdi

Hazrat Qasim Bin Abdul Rahman (R.A) narrated saying of the Holy Prophet Muhammad (SAW) about Methi :

‘Obtain cure from Methi. If my Ummat comprehends and understands the advantages of Methi, they will not hesitate in buying Methi even at the price of Gold’.

Methi (Fenugreek) is one of the oldest cultivated plants. Reference to fenugreek were found in records from Egyptian tombs and it was shown as oxen feed in the second century B.C. It is a common ingredients in curry powders.

One tablespoon (1 lg) of methi provides:

* Calories	36	
* Iron	3.7 mg	
* Vit A	6.6 IU	
* Magnesium	21 mg	
* Vit C	0.3 mg	*
Phosphorous	32.6 mg	
* Niacin	0.2 mg	
*Potassium	84.7 mg	
* Folate	6.3 mcg	*
Sodium	7.4 mg	
* Calcium	19.4 mg	
* Zinc	0.3 mg	

Medical Benefits

Methi lowers cholesterol and blood sugar levels. Fenugreek seeds contain chemicals that slow down the time that food takes to go through the intestinal tract. As a result, sugars are absorbed from foods more slowly and blood sugar levels. It further affect blood sugar levels by decreasing the activity of an enzyme that is involved in releasing stored sugar from the liver into the blood. In some studies of humans with both diabetes and high cholesterol levels, fenugreek lowered cholesterol level as well as blood sugar levels.

Fenugreek is an effective laxative:

Fenugreek seeds contain a high percentage of mucilage. Although it does not dissolve in water, mucilage forms a thick, gooey mass when exposed to fluids and the seeds swell up and become slick. The resulting soft mass is not absorbed by the body, but instead passes through the intestines and also triggers intestinal muscle contractions. Both actions promote the emptying of intestinal contents. Therefore, fenugreek is a mild but effective laxative.

Prevention from Colon Cancer: A few studies have shown that Fenugreek exhibits chemo-preventive properties against certain cancers. It appeared to lessen the chance



of developing colon cancer by blocking the action of certain enzymes. The finds of the study published in August 2004, suggests that fenugreek constituent ‘diosgenin’ seems to have potential as novel colon cancer preventive agent.

Chemopreventive activities against Breast Cancer: The first study that suggests significant chemopreventive effects of fenugreek seeds against breast cancer is published in Journal of Cell Biol. Int 2005 August. According to the study fenugreek seeds’ extract significantly inhibited the mammary hyperplasia and decreased its incidents in rats. Epidemiological studies also implicate apoptosuis as a mechanism that might mediate the fenugreek’s anti-breast cancer protective effects.

Vital functions of salt in the body

1. Salt is most effective in stabilizing irregular heartbeats and contrary to the misconception that it causes high blood pressure, it is actually essential for the regular blood pressure, in conjunction with water. Naturally the proportions are critical.
2. Salt is vital to the extraction of excess acidity from the cells in the body, particularly the brain cells.
3. Salt is vital for balancing the sugar levels in the blood: a needed element in diabetics.
4. Salt is vital for the generation of hydro-electric energy in cells in the body. It is used for local power generation at the sites of energy need by the cells.
5. Salt is vital to the nerve cells' communication and information processing all the time that the brain cells work, from the moment of conception to death.
6. Salt is vital for absorption of food particles through the intestinal tract.
7. Salt is vital for the clearance of the lungs of mucus plugs and sticky phlegm, particularly in asthma and cystic fibrosis.
8. Salt is vital for clearing up catarrh and congestion of the sinuses.
9. Salt is a strong natural antihistamine.
10. Salt is essential for the prevention of muscle cramps.
11. Salt is vital to prevent excess saliva production to the point that it flows out of the mouth during sleep. Constantly mopping up of excess saliva indicates salt shortage.
12. Salt is absolutely vital to making the structure of bones firm. Osteoporosis, in a major way, is a result of salt and water in the body.
13. Salt is vital for sleep regulation. It is a natural hypnotic.
14. Salt is a vitally needed element in the treatment of diabetics.
15. Salt is vital for the prevention of gout and gouty arthritis.
16. Salt on the tongue will stop persistent dry coughs.
17. Salt is vital for maintaining sexuality and libido.
18. Salt is vital for preventing varicose veins and spider veins on the legs and thighs.
19. Salt is vital to the communication and information processing nerve cells, for the entire time that the brain cells work, from the moment of conception of death.
20. Salt is vital for reducing a double chin. When the body is short of salt, it means the body really is short of water. The salivary glands sense the salt shortage and are obliged to produce more saliva to lubricate the act of chewing and swallowing and also to supply the stomach with water that it needs for breaking down foods. Circulation to the salivary glands increases and the blood vessels become 'leaky' in order to supply the glands with water to manufacture saliva. The 'leakiness' spills beyond the area of the glands themselves, causing increased bulk under the skin of the chin, the cheeks and into the neck.
21. Sea Salt contains about 80 mineral elements that the body needs. Some of these elements are needed in trace amounts. Unrefined sea salt is a better choice than other types of salt on the market. Ordinary table salt that is bought in the super markets has been stripped of its companion elements and contains additive elements such as aluminium silicate to keep it powdery and porous. Aluminium is a very toxic element in our nervous system. It is implicated as one of the primary causes of Alzheimer's disease.
22. Twenty-seven percent of the body's salt is in the bones. Osteoporosis results when the body needs more salt and takes it from the body. Bones are twenty-two percent water. Is it not obvious what happens to the bones when we are deficient in salt or water or both.

HAPPY MARRIED LIFE

Once Mathai asked Kuttappan, "What is the secret behind your happy married life?" Kuttappan said, "You should share responsibilities with due love and respect to each other. Then absolutely there will be no problems."
"Can you explain?" asked Mathai
Kuttapan said, "In my house, I take decisions on bigger issues where as my wife decides on smaller issues. We do not interfere in each other's decisions."

Still not convinced, Mathai asked Kuttappan "Give me some examples"
Kuttappan said, "Smaller issues like which car we should buy, how much amount to save, when to visit home town, which sofa, air conditioner, refrigerator to buy, monthly expenses, whether to keep a maid or not etc. are decided by my wife. I just agree to it"
Mahai asked "Then what is your role?"
Kuttappan said, "My decisions are only

for very big issues.....
Like whether America should attack Iraq, whether Britain should lift sanction over Zimbabwe, how to widen African economy, whether Sachin Tendulkar should retire etc.
Do you know one thing, my wife NEVER objects to any of these".
That is the secret of my happy married life!!!
BEST ADVICE EVER!!!!!!!!!!!!



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 NUMBER
276926

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!!**

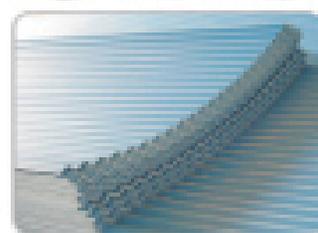
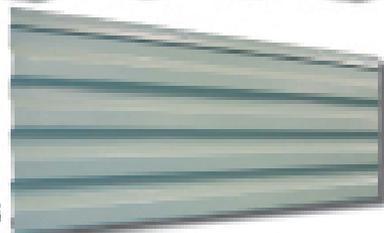
We are based in Pretoria, South Africa. We serve the local and re-export markets in and around the globe. Our aim is to better serve our clients and source ready stocks of items that are urgently needed in Africa and around the globe. Customer service is a priority with us, you will be pleasantly surprised 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: NGO'S, 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

Nutrition

Eating is one of the natural joys in life. Preparing and anticipating a meal and enjoying its colors, aromas and tastes are delightful ways of giving yourself pleasure as well as taking good care of yourself. Since meals are often a time to relax and socialize, they can help reduce stress. Most cultures celebrate holidays and the passages of life with feasting; they bring people together and give life a meaning. However, eating right is a learned skill and not something that just comes naturally.

Unfortunately, the foods that people eat for pleasure are not always nutritionally sound. America's love affair with snack foods has led some to joke that the four food groups are candy, cookies, coke and chips. The average American diet, with its emphasis on convenience foods often does contain too much fat, sugar and sodium. Obesity is only one of the risks run by physically inactive people who eat a high-fat, high calorie diet. The habits also increase the danger of degenerative joint diseases and high blood pressure, and research indicates that diets high in fat may contribute to cardiovascular disease and some cancers.

A healthy body responds better to the inevitable stresses of life, and good nutrition is a building block of good health. Eating well can help prevent or control high blood pressure, heart disease, indigestion, constipation, hypoglycemia, diabetes and obesity. Good eating habits may also reduce irritability.

Avoid too much sugar – We have seen that American desserts tend to be much sweeter than Asian, Mexican or European desserts. Including table sugar, sugar in soft drinks,

canned foods, baked goods and other sweets, the average American eats 130 pounds of sugar and sweeteners annually, and many of these items provide few nutrients.

As children, we were given sweets to comfort us. So now, when we are stressed, we still reach for cookies, candy or sweets. Studies indicate that women are more likely to seek solace in sweets than men. Other evidence suggests that sweets trigger the release of endorphins, natural opiates that create euphoric feelings. Though sugar may provide a temporary high, it also stimulates the pancreas to secrete insulin to process the sugar. In some people, the pancreas over-reacts and secretes excess insulin. The result is hypoglycemia, a condition characterized by dizziness, irritability, nausea and hunger pangs that may in turn prompt another sweet treat.

Cravings for sweets are better satisfied with a piece of fruit. Fruit provides the complex sugars, fiber and vitamin that sugar will not.

Tips for cutting sugars;

- Use less sugar, raw sugar, honey and syrup.
- Eat fewer foods that contain sugar such as candy, cookies and soft drinks.
- Select fresh fruit or fruits canned in juice or light syrup.
- Read labels and avoid foods that list sucrose, glucose, maltose, dextrose, lactose, or fructose as one of their first four ingredients.

Limit Sodium Intake - Sodium is an essential mineral, but adults in USA consume

about ten to twenty times more sodium than the body needs. Sodium is used to regulate body fluids, maintain pH balance and control nerve and muscle activities. Although our major sodium sources are table salt (composed of 40 percent sodium and 60 percent chloride) and processed foods, sodium is also a natural component of milk, cheese, meats and bread. A single slice of bread actually provides the minimum daily requirement for salt. Recommended sodium intake is three thousand milligrams daily. A low-sodium diet of two thousand milligrams is often prescribed for people with high blood pressure.

A high intake of sodium correlates with high blood pressure and increased risk of stroke. It will be wise to reduce your salt intake. Salt also increases edema, an excess accumulation of fluid that adds to the stress and discomfort of premenstrual syndrome.

For optimum health, you need over forty nutrients, such as macronutrients (proteins, carbohydrates and fats) and micronutrients (vitamins and minerals). You need the former in larger quantities and latter in smaller amounts.

Eat more complex carbohydrates: Eating foods with adequate starch and fiber will add to your sense of well-being. You'll notice that complex carbohydrates and fiber make meals filling and satisfying.

Eating lots of fresh fruits and vegetables is also good for your peace of mind, since these 'power foods' contain the fibre, vitamins, minerals and nutrients that can protect you against chronic illnesses, including diabetes, cancer and heart disease.

Congratulations

The World Memon Organization heartily congratulate Munazza d/o Dr. Amin Panawala for securing Third Position in her B.Com Final Examination 2011-12 from Karachi University.

We wish Munazzah every success in her academic career.

Cherishing the good old memories of *Bantva*

Until partition, Bantva was exceptional. Since it has no electricity, It turns dark immediately after Maghrib, no street lighting and telephone or public transport system of any kind. It was a small but principal town in a predominantly Hindu area. But some 80% of its population was Muslim. For a small town of twenty thousand, it became well known not only in the whole of Kathiawar but throughout the trading circles of the sub-continent.

In those days, Bantva had its own way of life in which religion and social customs played an important role. The vast majority of Muslim in Bantva belonged to the mainstream Sunni Hanafi Sect of which the Memon community forms a major part. A few Muslim families were Syeds, who are believed to be the direct descendants of the Holy Prophet Muhammad, peace and mercy be upon him, Syeds had a special place in the minds and hearts of many, and the women of Bantva, and some men, patronized them by seeking their assistance by way of talishmans and special prayers.

Women appeared to take religion more seriously than men. They would go to various tombs of men who had the reputation of being holy. Such men, known as Pirs, were believed to plead for them, if you beseeched them to do so. Of course, many Muslims do not believe in dead men being able to do anything. But then there is also the belief, held by some, that men who had acquired special supernatural powers while they lived, never really die in the ordinary sense and they continue to be close to God and, therefore, could be helpful. Many women took vows to visit a particular tomb if their wishes were granted. These wishes generally pertained to recovery from dis-

ease, birth of a child in a barren home and involved in serious family disputes.

Women mostly were well covered in a cloak known as 'burqa'. It had a screen in front of the face which helped to see through and to breathe. Usually when women returning to their homes in the evening were escorted by brother, father or a maid servant who would have a torch light or an oil lamp to see the way in dark lanes. It was customary for a married girl to return to her parents' home each morning for some weeks immediately after the marriage and go to her husband's home after dinner. Distances being short, it was common for the new brides, mostly in their teens to just walk. In most cases this meant a journey of ten or fifteen minutes at a leisurely pace. The burqa was an attractive piece of garment, made of colourful material and often had expensive embroidery of gold or silver thread.

In the absence of electricity, batteries were used to operate radios. A couple of shops did a roaring business in motor car batteries for use of radios in cars.

Muharram is an important month in the Islamic calendar. The Shia sect in particular observes it with great fervour and solemnity. It was in this month that several members of the Prophet (pbuh) family were martyred at Karbala in Iraq because they refused to acknowledge the sovereignty of a tyrant whom they considered to be an enemy of Islam.

Though there were a handful of Shias in Bantva but Muharram was celebrated with enthusiasm by the Syeds and the families of the ruling princes. The celebrations took various shapes and forms. For ten days the Syeds and members of the princely households and their servants wore no shoes. Some wore black bands on their arms.

Their women folk wore black clothes. They all slept on the floor rather than in beds.

There used to be two major features of Muharram in Bantva. One was a 'chowkara' which took place at night just outside the residential premises of the ruling prince. This consisted of some 40 to 50 men forming a large circle and then raising their arms and bringing them down on their chest in harmony with a special rhythm of the drums and at the same time moving a little at a time while maintaining the shape of the circle, in which anyone could join.

Making of 'Tazias' was the other feature. Tazia is symbolic of the tombs of the martyrs of Karbala. It could be an expensive and time consuming thing to make. It needs a variety of articles, such as paper of various colors and quality, wood, string gum and several decorative items. To meet the cost, a self-appointed committee would seek contributions several weeks earlier. It would be necessary to complete the job by the 9th of the month as on that night all the tazias would be taken out in a procession through the town to the outskirts and left there on the morning of the 10th. It was a colourful and memorable event in the life of the people.

Ramazan was another important month in Bantva. This is the month of fasting from dawn to sunset. Some individuals took upon themselves the responsibility of waking you up in the middle of the night by chanting in a loud voice a special couplet or phrase so that you could cook your meal to be taken before the break of dawn.

Religious fairs, known as 'urs' were also important events. Though no important one took place in Bantva, several were held within easy driving distance. For some

these were the occasions to see and hear professional dancing girls and singers and indulge in a bit of gambling.

One of the important features of life then was the official town crier appointed by the Jamat, a social organization which controlled undesirable practice affecting engagements, marriages, divorces, circumcisions, births and deaths. The town crier was a widely known personality named Habib Ebrahim Ghedia. He had a loud voice and a strong memory. Depending on what he had to convey, he would either use a drum and cry by announcing or would visit individual homes or a block of houses and convey the message. In case of invitation to weddings or feasts, he would read out the names of the invitees in front of a house or inside a cluster of flats known as a 'dehli'.

The town crier was an important man indeed. He not only knew the names of people but in many cases also who was related to whom. On occasions, some rich families would decide to invite the whole town to a meal, known as 'dhaam'. At times the invitation was extended to neighbouring village too. In keeping with the custom and culture of the region, the meal was restricted to adult males and children.

One of the characteristics of life in this town was that a number of trading firms accepted money from those who wished to invest with them. In some cases it was needed by the owner and in others it was a way of offering an opportunity to others to participate in business.

Though the ceremonies held in those days seem somewhat conservative and funny, they were the origin of the Memon Community, memory of which will always remain fresh in the minds of those who are in their late sixties or early seventies.

24th January 1940 was a memorable day in the history of Bantva. It was on that day, the Bantva's Muslim citizens garlanded the place with buntings and flags to welcome Quaid-e-Azam Muhammad Ali Jinnah who was making his first ever trip to this village. Some 25 gates were set up all over the place and on his arrival, he was greeted with a 21-gun salute. The grand old man of Bantva hailing from the Dada family, Seth Hussain Kassam Dada very graciously offered his bungalow at his farm for the comfort and convenience of the undisputed leader of the Indian Muslims.

The Memon community organized a sumptuous lunch where the high and

mighty of the Bantva Memon plus representatives of various princely states were invited. A public meeting was arranged in the evening at the Maderssa-e-Islmia where the Quaid addressed the gathering in Urdu.

The next day witnessed an interesting situation that was very much appreciated by the Quaid. The Memon community was in full swing with each person coming up on the dais and announcing his own contribution to the Fund. Quaid-e-Azam was overwhelmed at this show of altruism and frequently commended the Bantva Memons for their generosity.

It is unfortunate that some people try to ridicule Memons by saying that Memons choose a direction which give them money advantage. This may be true but it is half truth. The whole truth is that Memon 'earns to give'. You may have heard the old saying that when a Memon has only a small quantity of oil which can light the only lamp in his house and finds that there is darkness in the neighbouring mosque, he will prefer to light the lamp of the mosque with his oil keeping his own house in dark. This is the spirit of Memon. And you belong to that community. The community of Enterprising Philanthropists.

APPEAL FOR DONATION

THE MEMBERS OF WORLD MEMON ORGANISATION (WMO) AND ITS WELL-WISHERS ARE HUMBLY REQUESTED TO KINDLY CONTRIBUTE GENEROUSLY ZAKAT/DONATIONS TO WMO TO ACCELERATE ITS SOCIAL WELFARE ACTIVITIES.

Account Title : WORLD MEMON ORGANISATION
Account No : 20301-714-105391
Bank Name : Habib Metropolitan Bank Ltd
Branch : Soldier Bazar Branch, Karachi, Pakistan.
Swift Code MPBLPKKA 079

May ALMIGHTY ALLAH TO GUIDE US AND GRANT STRENGTH AN COURAGE TO EXTEND WHOLEHEARTED SUPPORT TO THE NEEDY AND DESERVING MEMON FAMILIES.

**WORLD MEMON ORGANISATION
PAKISTAN CHAPTER**



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 U.K & 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.wmioniti.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 36-1, (Chic Center-3) Korangi -5, Karachi, Tel: 021-35035542-45, Email: mgmt@wmioniti.com

**મેમણ આલમ
(WMO)**



**ગુજરાતી વિભાગ
સંપાદક: ઉમર અ. રહેમાન ખાનાણી**

ઝાંટવા

જમાતે કરેલા નવા ધારા

ઝાંટવાની મેમણ કોમમાં શાદી અને ગમીલા પ્રસંગે કલંગા શિવાજીની અસરોથી કોમના હજારો નહિ બચેલાઓ રૂપિયા બરબાદ થતાં અટકાવવા નવજવાન ભાઈઓએ આગેવાનો ઉપર જમાતનું બંધારણ સુધારવા દબાણ કરવાથી આસરે બે વરસ ઉપર પંદર જેટલાઓની કમિટી નિમાઈ. શાંતિની સાથે નીચેના સુધારા કરવામાં આવ્યા હતા અને તે ઉપર ખુલાસા ફગલથી અમલ પણ થાય છે. આ માટે અલ્લાહના આભાર સાથે શેઠીયા તેમજ જવાનીયાઓને ધન્યવાદ થઈ છે તે પછી તા. ૧૮-૯-૨૦૧૨ના દિને નીચે પ્રમાણે વધારેના ધારા પસાર કરવામાં આવ્યા છે.

૧. સોનું ૬૦ તોલા સુધી કરવું.
 ૨. દેજ રૂપિયા બસો સુધી આપવું.
 ૩. લુગડાં, પડો, રૂપિયા ચારસો સુધી આપવા.
 ૪. માંડવો નાંખવો નહિ.
 ૫. ઢોલ કે વાજ વગાડવા નહિ.
 ૬. ઔરતોમાં ગીત ગવડાવવા નહિ.
 ૭. જમવાનું નોતરું આપવા બાદ બોલાવવા જવું નહિ.
 ૮. મુળો કે સોપારી કંઈ આપવું નહિ.
- બધા ભાઈઓ ઉપરના ધારાને માન આપી ચાલી રહ્યા છે. એ ખુશી થવા જેવું છે.

જુનાગઢ

મેમણ સેવા સમિતિ

ઉપરોક્ત સંસ્થાની બે જુદી

જુદી મિટીંગો તા. ૪-૧૦-૨૦૧૨ અને તા. ૧૧-૧૦-૨૦૧૨ના રોજ મળી હતી. પહેલી મિટીંગમાં રોહ અબ્દુલ ગની ઉમર સાખાણીની દરખાસ્તથી અને

હાશમ મૂસાણીએ નીચેનો ઠરાવ મુદ્દયો હતો જે સર્વાનુમતે પસાર થયો હતો.

જુનાગઢ મેમણ જમાતોમાંથી



અબ્દુલ ઉસુમ અબ્દેલાલીના દેગમ્બી એક ગરીબ, મિસ્ટીલ મેમણ બંધુ નામે ઈસ્માઈલ અલી જેતું દિલ ઘણા બાંબા સમઘથી અસ્થિર છે. એની સંભાળ સમિતિએ રાખવાનો ઠરાવ સર્વાનુમતે પસાર થયો હતો.

તા. ૧૧-૧૦-૨૦૧૨ની મિટીંગમાં જુનાગઢ ધોરાજી મેમણ જમાતની હાલમાં રચવાયેલ અંજુમનના મેમ્બરોને નોતરવામાં આવ્યા હતા. સભામાં જુદા જુદા વક્તાઓએ 'એક સંપી' ઉપર ચિદતાબચાં ભાષણો આપ્યા હતાં. સમિતિના સેક્રટરીએ ગયા માસનો આવક-તવડનો રિપોર્ટ વાંચી સંભળાવ્યો હતો, જેમાં આવક રૂા. ૮૨ની ચઈ હતી. જ્યારે ખર્ચ રૂા. ૧૩-૧-૬નું થયેલું હતું. બાદમાં સેક્રેટરીએ વધારેલા અંજુમનના મેમ્બરોને અંજુમન જેવી ઉપયોગી સંસ્થા સ્થાપવાને માટે મુબારકબાદ આપી હતી. ચાહ પાન લીધા પછી અંજુમનવાળા ભાઈઓએ ચિતાચગીરી લીધી હતી. મિ. મહમદ

ચાલીસ વર્ષથી ઉપરની ઉમરનો ડોઈપણ સદગુહરચ 'સહાયક' મેમ્બર થઈ ચાડશે. જેને ધારા મુજબ માસિક રૂા. ૧-૦-૦ તથા દાખલ ફી રૂા. ૦-૮-૦ આપવા પડશે. આવા સહાયક મેમ્બરો મૈયતમાં ગેરહાજરી શિવાચની બીજી ગેરહાજરીની કંડની ચરતોમાંથી મુક્ત રહેશે.

સેવા સમિતિમાં આજ સુધી ૪૨ મેમ્બરો તથા ૫ સહાયક મેમ્બરો થયા છે.

(મેમણ સુધારક
૨૫-૧૦-૧૯૨૯)

ધોરાજી ચતીમખાનાની સભા:

ધોરાજી ચતીમખાનાએ ઈસ્લામીચકની વાર્ષિક જનરલ સભા તા. ૧૮-૧૨-૩૭ને દિવસે બાજી અબ્દુલ્લાહ કરાની સાહબના પ્રમુખપણા હેઠળ મળી હતી.

પ્રથમ સેક્રેટરી સાહબે ગયા વર્ષનું સરવૈયું મંજૂરી માટે રજૂ કર્યું હતું. તે સભાએ મંજૂર કર્યું હતું. બીજા કામ તરીકે સેક્રેટરીને નવા વર્ષમાં ૧૨

માસના ખર્ચ માટે ૭૨૦૦ રૂા.ની મંજૂરી આપવામાં આવી હતી.

ઓલ્ટેદારોની ચૂંટણી થતાં સેક્ટરી તરીકે હાજી અબ્દુલ્લાહ સેવાનીયા અને ટ્રેઝરર તરીકે હાજી અબ્દુલ્લાહ ભેસાનીયા અને ટ્રેઝરર તરીકે શેઠ હાજી જમાલુદ્દીન નૂરમુહમ્મદ ચૂંટાયા હતા. તે ઉપરાંત નાણા કમિટી, રિપોર્ટ લેચાર કરનારી કમિટી અને મકાનો રજીસ્ટર કરાવનારી કમિટીની નિમણુંક કરવામાં આવી હતી. નવા સાલ માટે મૂકીના (રૂા. ૨૦,૦૦૦) ગણ આસામીઓ હાજી વલીમુહમ્મદ સાયા, હાજી કરીમ નૂરમુહમ્મદ અને જુસબ નૂરમુહમ્મદે આપેલા છે તે સભાએ મંજૂર રાખ્યા હતા.

સંસ્થાના સેક્ટરી હાજી અબ્દુલ્લાહ ભેસાનીયા હજ માટે જતા હોવાથી તેમની જગ્યાએ હાજી અલીમુહમ્મદ તુમ્બીની નિમણુંક કરવામાં આવી હતી.

(૨૪ ડિસેમ્બર ૧૯૩૭ મુસ્લિમ ગુજરાત)
કલકત્તામાં જીન્નાહનો શાનદાર મેમણ સત્કાર માનપત્રની સભામાં જીન્નાહનું ભાષણ

કલકત્તાના મેમણો તરફથી આલબર્ટ હોલના એક ગંજાવર જલ્લામાં જીન્નાહને માનપત્ર આપવામાં આવ્યું હતું. તેમાં ખોજા, વલોરા, મેમણ તેમજ બીજા સમૂહોના મુસલમાનો મોટી સંખ્યામાં શામેલ થયા હતા. ઉપરાંત બંગાલ સરકારના વગીરે આઝમ મિ. ફઝલુલ હકક સહિત કેટલાક વગીરો પણ બિરાજયા હતા. પ્રમુખસ્થાન શેઠ આદમજી હાજી દાઉદે લીધું હતું.

માનપત્રમાં મિ. જીન્નાહ ઉપર અખંડ વિશ્વાસ જાહેર કર્યા પછી કહેવામાં આવ્યું હતું કે લઘુમતીઓની ગુંચ ઉકેલવાનો એકજ અચૂક માર્ગ તેજ છે જે મિ. જીન્નાહે સૂચવ્યો છે. મુસલમાનોને મુસ્લિમ લીગના વાવટા હેઠળ સફળંધ થઈ જવાની અપીલ કરવામાં આવી હતી અને જાહેર કરવામાં આવ્યું હતું કે લીગને ન ગણકારવામાં આવશે તો દેશને ભારોભાર નુકસાન થશે.

મિ. જીન્નાહે જવાબમાં ઉપકાર માનતા કહ્યું હતું કે હું જે કરી રહ્યો છું તેની એવી કદ્ર થતી દેખી મને આનંદ થાય છે. મેમણ કોમ એક ખાસ વેપારી કોમ છે. વેપારી કોમ તરીકે તેણે શેઠ આદમજી જેવા શાહ વેપારી દેશને આપ્યા છે. એ જોઈને મારા મન ઉપર ઉંડી છાપ પડી છે કે આપણા વેપારીઓ પણ જાગી ગયા છે અને રાજદ્રારી સવાલો સમજવા લાગ્યા છે. એને હું ઘણી અગત્યતા આપું છું કે તેમણે લઘુમતીઓનો મોખરાનો સવાલ સમજી લીધો છે અને તેઓ મોખરાની અગત્યતા આપી રહ્યા છે. મુસ્લિમ લીગ પણ એજ સવાલના ઉકેલ

માટે લડી અને મથી રહી છે. તેમણે અંતમાં અપીલ કરી હતી કે ભાઈઓ પોતાની કદ્રદાની પોતાના દિલી સહકાર અને ટેકા દ્વારા દેખાડે. મુસ્લિમ લીગની લડત દેશને પણ લાભકર્તા છે કારણ કે તેની માંગણીઓ ઈન્સાફ, દયાનત અને સમાનતા ઉપર રચાયેલી છે અને લાંબા સમય પહેલાં સ્વિકારાયા વિના રહેનાર નથી.

(૭ જાન્યુઆરી ૧૯૩૮ મુસ્લિમ ગુજરાત)

જો બોલી પાંજી કે,
પાં પોતેજ ના બોલું
બનીને મેમણ પાં,
પોતેજ જો શરમાયું
ગીનીને બોલી ઉછીની,
પાં પોતેજ વાપરું
ડીનાશી કુરો વારસો ?
પાં એતરો તો વિચારું ! !

લઢ્ઢેક

પૂછાતો સવાલ કે,
હી કુરો સવાલ આય ?

જવાબ આય સવાલ જો કે
ઘણે સવાલજો દુનિયામે જવાબ નાય

અરે 'ભા' હી તો કરમ અલ્લાહજો આય
અને મહેરબાની કમલી વાલેજી આય

રખ્ખે તો ઉમીદ હર મુસ્લમાં દિલમે પોતેજે
મીળેતી હી ખુશી જીન્હે બી તકદીરમે આય

મદીને વીની સકુના પણ સલામ તો મોકલું
હી અલવિદા પણ નેકીમે શામીલ આય

થીએતી દુઆ હાજીયે જી તુરત કબૂલ
દુઆ હી મેહફીલ લાય હાજીયે જે કરનજી આય

'ભા' બોલનાસી લઢ્ઢેક અસાં પણ જરૂર
જો પૂકાર મકકે અને મદીનેથી આવી આય

- 'ભા' મહંમદ હુસેન કોટડાવાલા ઘોલ

વર્લ્ડ મેમન ઓર્ગેનાઈઝેશનની (ઈન્ડિયન ચેપ્ટર) પ્રથમ વાર્ષિક સભા

મુંબઈ: વર્લ્ડ મેમન ઓર્ગેનાઈઝેશનની પ્રથમ વાર્ષિક સામાન્ય સભા તા. ૧૫-૪-૨૦૧૨ના રોજ સાંજે ૬-૦૦ વાગે કોલસા મોહલ્લા હાલાઈ મેમન જમાતખાના, મુંબઈ ખાતે યોજાઈ હતી, જેમાં મોટી સંખ્યામાં લોકો હાજર રહ્યા હતા. પ્રમુખ ભાઈ અબ્દુલ મજીદ રાનાનીએ સ્વાગત પ્રવચનમાં જણાવ્યું હતું કે વર્લ્ડ મેમન ઓર્ગેનાઈઝેશન છેલ્લા એક દાયકાથી સામાજિક સેવાના કાર્યો કરી રહી છે. ભારતમાં પણ અનેક સેવાક્રિય પ્રવૃત્તિઓને અમલમાં મૂકી છે. છેલ્લાં બે વર્ષથી અમારી ટીમ ભારતમાં મેમન પરિવારોને દરેક ક્ષેત્રમાં આર્થિક સહાય પૂરી પાડવા કાર્યરત છે.

સેક્રેટરી મુહમ્મદ ઈકબાલ મેમને WMOના ઈન્ડિયા ચેપ્ટરનો અહેવાલ રજૂ કર્યો હતો. વિદેશ સ્થિત WMOની કેન્દ્રિય સમિતિના પ્રતિનિધિમંડળે ૩થી ૬ એપ્રિલ વચ્ચે મુંબઈની મુલાકાત લીધી હતી. પ્રતિનિધિમંડળના પ્રમુખ ભાઈ અબ્દુલ સતાર દાદા, ભાઈ ઈકબાલ સાકરાની (ચુકે), ભાઈ ફેઝલ એયુબ, ટ્રસ્ટીઓ ભાઈ સઈદ મિયાં અને ડો. હારૂન ગઢા તથા ભાઈ ગફાર ઉસ્માન તેમજ WMOના ચીફ ઓપરેટિંગ ઓફિસર શાહિદ સાંગાણીનો સમાવેશ થતો હતો.

બહેન રઝિયા ચશમાવાલાના નિવાસસ્થાને શ્રીજી એપ્રિલે વિદેશી પ્રતિનિધિઓની સાથે ઈન્ડિયા ચેપ્ટરના સભ્યોની બેઠક યોજાઈ હતી જેમાં WMOનાના ઈન્ડિયા ચેપ્ટરને મંજૂરી અપાઈ હતી.

ભાઈ ઈકબાલ મેમન (ઓફિસર) તારીખવાર

અને વિગતવાર અહેવાલ સભ્યો સમક્ષ રજૂ કરવાની સાથે ઓડિટ થયેલો રિપોર્ટ રજૂ કરતાં જણાવ્યું હતું કે ૩૧ માર્ચ ૨૦૧૨ સુધીમાં WMO તરફથી હાઉસીંગ માટે રૂા. ૨૬,૨૦,૦૦૦/- મહિલા અને પુરૂષ ઉત્કર્ષ માટે રૂા. ૧૯,૦૬,૦૦૦/- શિક્ષણ માટે રૂા. ૧,૬૦,૦૦૦/- તથા તબીબી સહાયરૂપે રૂા. ૧૦,૦૦૦/- ફાળવ્યા હતા જે કુલ રકમ રૂા. ૪૬,૯૬,૦૦૦/- થાય છે.

મહિલા પાંખનો અહેવાલ બહેન શબાના દરવેશ તથા બહેન રઝિયા ચશમાવાલાએ રજૂ કર્યો હતો. અંતમાં કોલસા મોહલ્લા જમાતના પ્રમુખ ભાઈ અનવર અબ્બા જુમ્મા, ભાઈ શફી નીયામા, ભાઈ અઝીઝ મચ્છીવાલાનો આભાર માનીને રાત્રે દસ વાગ્યે સભા સમાપ્ત થઈ હતી.

કામની વાતો

- * કાચની પારદર્શક ફૂલદાનીમાં ફૂલ માટે ભરેલું પાણી ગંદુ દેખાતું હોય તો એમાં એક ચમચી ખાંડ નાખી દો.
- * તળેલા સક્કરપારા, ગાંઠિયા વગેરેને કચકચ બનાવવા હોય તો તળી લીધા પછી થોડીકવાર ખાખી કાગળ પર મૂકી રાખો, એનાથી તેલ ચૂસાઈ જશે.
- * બટાકાના પાપડ બનાવવા માટે બટાકા બાફતી વખતે એક ચપટી ખાવાનો સોડા નાખવાથી પાપડ સરસ બનશે.
- * કચરાના ડબ્બામાં નીચે અખબાર પાથરી દેવાથી કચરો સડશે નહીં.
- * ઓઈલ કલરનો અડધો વપરાયેલો ડબ્બો રાખી મૂકવાનું થાય, તો એનું ઢાંકણું બરાબર બંધ કરીને ડબ્બો ઊંધો રાખવો, એનાથી કલર પર પોપડી નહીં વળે.

ચિંતન-મનન

- આપણાથી તોડતાં તો શીખી જવાય છે, પણ જોડતાં શીખવામાં વાર લાગે છે. તબાહ કરતા તો શીખી જવાય છે, પણ ઘડતર શીખવામાં વાર લાગે છે. વેડફતાં તો શીખી જવાય છે, પણ બચત શીખવામાં વાર લાગે છે. મરતાં તો શીખી જવાય છે, જીવન જીવતાં શીખવામાં વાર લાગી જાય છે.
- દુનિયામાં ઘણા કરવાં જેવા કામ કરી લેવાયાં છે, જેને કરતાં પહેલાં અશક્ય જાહેર કરાયા હતા.
- આપણા વર્તાવને ભલો, અને હૃદયને શક્ય એટલું ઉદાર બનાવવું મહત્વનું છે. એનાથી ટુંકા અને લાંબા ગાળાનું સુખ પ્રાપ્ત થશે-તમને પણ અને બીજાઓને પણ.

તેજનામાં કાળા રાજનું રાજ

કાળાં મરી



આપણા રસોઈઘરમાં રોજ વપરાતાં કાળાં મરીને મરી-મસાલાના રાજ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. તેમાં એન્ટી ઓક્સીડન્ટ અને એન્ટી બેક્ટેરીયા લ્પો ભરપૂર માત્રામાં હોવાને કારણે પાચનક્રિયાને સરળ બનાવવામાં મદદરૂપ થાય છે અને રિવાચતી કે બે તેલે આપણા ખોરાકમાં લગભગ દરેક શાક-તરકારીમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે. વળી કાળાં મરી અપચાને દૂર કરવામાં ઉપયોગી છે. અપચા-અજીર્ણ કે અળામાં સોજે થવાના સંજોગોમાં કાળાં મરીને પીસીને બનાવેલું ઠારીડ પાવડર પા ચમચી જેટલું ઢળવા ગરમ દૂધમાં ભેળવીને પી જવું. મરીના પાવડર સાથે પીણેલું મોઠું ભેળવીને પેઠા પર ઘસવાથી બળતરામાં રાહત મળે છે. કાળાં મરીના આખા ઠાણા અને થોડીક મીસરી સાથે ઉકાળાયેલી કાળાં મરી પીવાથી શરદી-જુખામ અને લાવમાં રાહત મળે છે. સળોખમની જુલી ઉપાધિને દૂર કરવા માટે ૨૦ ગ્રામ જેટલા મરીના ભુકા અને ચપટીભર ઢળદરના ભુકાને દૂધ સાથે ઉકાળીને પીવાની સલાહ અપાય છે અને દમાલા મરીઝ માટે

કાળા મરીના પાવડરને કુંગળીના રસ અને મધ સાથે ચાટવાનું કહેવાય છે. આયુર્વેદમાં અસ્થમાના મરીઝો માટેના શ્રેષ્ઠ ઉપચારોમાંનો આ એક ઈલાજ ગણાવાયો છે. ગરમ દૂધમાં

એક ચમચી કાળાં મરીનો પાવડર અને ચપટી ઢળદર-પાવર ભેળવીને માથાંના દુખાવાની ઉત્તમ દવા તરીકે પી શકાય છે. અને અગર લાવ જો કુંકાડો મારીને તિવ્ર થઈ જતો હોય તો લીંબુનો રસ અને ચપટી કાળાં મરીનો પાવડર ભેળવીને લીંબી ચા (ચીન-દી)નો કપ અડસીર ઈલાજ ગણાય છે.

કટાક્ષ કથિકાઓ

- * કોઈને ખોટું ન લાગે એટલા માટે ખોટું બોલવું એ ખોટું નથી
- * બેકર માણસ આગળ હોવા છતાં લાચાર હોય છે.
- * જબરજસ્તીનાં પ્રકારનો અંતે પસ્તી ઢલી રહે છે.
- * ઘણા માણસો વજનદાર હોવા છતાંસે તેઓની વાતનું વજન પડતું નથી.
- * અમુક લોકો પોતે જોરાવર છે એ પૂરવાર કરવામાં જ કમજોર થઈ જાય છે.
- * પૈસા હોય તો દૂરનાં સગાં જણોનાં થઈ જાય છે અને ન હોય તો જણોનાં સગાં દૂરનાં થઈ જાય છે.
- * સૌને ખાંડ ખાતા કરી દેવા માટે ખાંડની મીઠા ખોલવી જરૂરી છે.
- * એક રાણી કોઈને નથી ગમતી અને એ છે ઉઘરાણી.
- * જવચુખમાં મોઢા પર ટેકસી સિવાય, પૈસાથી બાધુંસે મેળવી શકાય છે.
- * શ્રીમંતાઈ એ ઘેપી રોગ હોય તો કોઈ પણ એનો ઈલાજ ન કરાવે.
- * અને પૈસા અગર લાભનો મેલ છે તો શ્રીમંતો કેટલા ગંદા છે.
- * પ્રતિબંધ વિના સારી સ્વતંત્રતા શક્ય નથી, કારણ કે સંપૂર્ણ સ્વતંત્રતા માટે પણ પ્રતિબંધો મૂકવા પર પ્રતિબંધ હોયો જરૂરી છે.
- * બગલ એક જ વ્યક્તિ સાથે સતત ગપડો કરવાની વ્યવસ્થા કરી આપે છે.
- * અમીર આધુનિક ગાડીમાં જાય અને ભિખારી લાકડીના ટેકે જાય પણ ભિખારી અમીરને કબ્રસ્તાન આગળ પડકી પાડે છે.

મૈસણ આલમ જુન-૨૦૧૨

G-04

આપણા ઘરોમાં મેમણી બોલીને ખિલવો

-મુહમ્મદ અહમદ દાઉદ

પ્રમુખ: વંથલી મેમણ એસોસિએશન, કરાચી

આજે અમે આપનું ધ્યાન એક મહત્વના પ્રશ્ન તરફ દોરવા યાદીએ છીએ અને એ પ્રશ્ન એ છે કે આજે આપણા ઘરોમાં માતૃભાષા એટલે કે મેમણી ભાષા બોલવાનો રિવાજ બહુ ઝડપથી ખતમ થઈ રહ્યો છે, જે ચિંતાની બાબત છે. આપણે મોટે ભાગે બાળકો સાથે ઉર્દુમાં અને કેટલીકવાર અંગ્રેજીમાં વાતચીત કરીએ છીએ. ઉર્દુ આપણી રાષ્ટ્રીય ભાષા અને અંગ્રેજી આંતરરાષ્ટ્રીય ભાષા છે અને એ બંનેની જરૂરત અને અગત્યતાથી હરગીજ ઈન્કાર નથી બલકે દુનિયાની દરેક ભાષા આપણા માટે આદરપાત્ર છે. પણ આ ભાષાઓ આપણી ઓળખ નથી. આપણી પહેચાણ અને ઓળખ તો આપણી માતૃભાષા એટલે કે “મેમણી”થી જ છે જે આપણા બુદ્ધિગોળી અમાનત છે. એ આપણો ઐતિહાસિક અને સાંસ્કૃતિક વારસો છે, જેની હીકાઝત અને કદર કરવી અને નવી નસલને પહોંચાડવી એ આપણી સૌની સમુદ જવાબદારી છે. અગર આજે આપણા બાળકો મેમણી બોલીને સમજી કે બોલી શકતા નથી તો કસુર તેમનો નથી બલકે આપણી લાપરવાઈ અને ગુનાહીત ગફલત છે કે આપણે તેમને તેમની ઓળખ અને પરિચયતી વંચિત રાખી રહ્યા છીએ, જે તેમનો અધિકાર છે.

અમે એમ નથી કહેતા કે

બાળકોને ઉર્દુ અને અંગ્રેજી ના શીખવાડો, બલકે અમારી તો માત્ર એટલી જ વિનંતી છે કે આપણી માતૃભાષાને પણ મહત્વની સમજો અને કદી પણ તેની તરફ દુર્લક્ષ ના સેવો અને બાળકોને મેમણી પણ શીખવાડવાની વ્યવસ્થા કરો કેમકે ઉર્દુ અને અંગ્રેજી તો બાળકો સ્કૂલમાં જઈને વધુ સારી રીતે શીખી જ લેશે પણ મેમણી ભાષા તેમને સ્કૂલમાં તો કોઈ શીખવાડવાનું નથી. એ તો તેમને પોતાના ઘરમાં માવિત્રો અને ભાઈ-બહેનોથી જ શીખવી પડશે !

વળી આપણે એ હકીકતને પણ ભૂલવી જોઈએ નહીં કે અગર આજે આપણે “મેમણ” કહેવાઈએ છીએ તો તે ફક્ત મેમણી બોલીને પ્રતાપે જ, નહીંતર આજના શક્તિશાળી માધ્યમોને કારણે હવે આ દુનિયા સમેટાઈને બહુ જ નાનકડી રહી ગઈ છે. દુનિયાના લોકો આપસમાં સંકલીત અને બહુ જ નજીક થઈ ગયા છે અને વિવિધ સંસ્કૃતિઓ એકબીજા પર પ્રભાવ નાખી રહી છે. ખાસ કરીને શહેરી વિસ્તારોને જોઈએ તો દરેક કોમ અને બિરાદરીના લીબાશ, દેખાવ, રહેણી-કરણી અને જીવન ઢબને લીધે તેઓ એક જેવા લાગે છે. એવામાં આપણી મેમણી ભાષા આપણા પરિચય અને ઓળખનું એકમાત્ર સાધન રહી ગઈ છે.

મેમણી ભાષા એક પ્રાચીન,

ફળદુપ અને મીઠી બોલી છે. એ દરેક જાતના વિચારોને અસરકારક રીતે દર્શાવવાનું ઉત્તમ માધ્યમ છે. મેમણી બોલવામાં કદિ પણ શરમ, ક્ષોભ કે લઘુતાગ્રંથીથી પીડાવું જોઈએ નહીં બલકે ગર્વ સાથે મેમણી બોલીમાં જ વાતચીત કરવી જોઈએ. યાદ રાખો ! મેમણી ભાષાને ઘરોમાં અપનાવવી, સામાજિક સમારંભો, સંસ્થાના કાર્યો, સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રચાર માધ્યમો દ્વારા પ્રોત્સાહન આપવું એ સમસ્ત મેમણ બિરાદરીની જવાબદારી છે. આ બોલી આપણી શક્તિ અને સંગઠનનો વારસો છે. એટલે અમે તમામ મેમણ જમાતો, ઓલ પાકિસ્તાન મેમણ ફેડરેશન, વર્લ્ડ મેમણ ઓર્ગેનાઈઝેશન તથા બીજી મેમણ સંસ્થાઓને આગ્રહપૂર્વક અપીલ કરીએ છીએ કે તેઓ પોતાના તમામ સાધનોને ગતિમાન બનાવીને મેમણી બોલીના પ્રોત્સાહન માટે પોતાની ભૂમિકા ભજવે. અગર હજી પણ આપણે ગફલત વર્તીશું તો આવતા ૧૫-૨૦ વરસો પછી મેમણી ભાષા બોલનારા કે સમજનારા કદાચ ગોત્યે નહીં મળે અને ખુદા ના કરે ને એવું થયું તો આપણી આવનારી પેઢી આપણને કદી પણ માફ નહિ કરે.

સાચા ઉચ્ચાર અને અસલી મુખારજને અનુલક્ષીને તેમને ખાસ ઢબથી લખાયાં છે. આશા છે કે એનાથી માત્ર મેમણ બિરાદરીના બાળકો અને મોટેરાંઓને માત્ર રસ જ નહીં પડે બલકે એ શબ્દોને સમજીને તેમને પોતાના રોજીંદા જીવન વ્યવહારમાં ઉપયોગમાં લેવાનું પણ મન થઈ જશે.

(વંથલી ન્યુઝના સૌજન્યથી)

G-05

મેમણ આલમ જુન-૨૦૧૨

પરિચય

વરસો પૂર્વે મુંબઈમાં જેમલી જાદોજલાલીના કંઠ વાગતા હતા, એ ચાર ખંડવાણી ભાઈઓની દિરાદરીને ચાલ તાજી કરાવવા આ લેખ રજૂ કરવામાં આવે છે. ખંડવાણી ભાઈઓનો પરિવાર આજે પણ વેરવિખેર મોજુદ છે. એ ભાઈઓમાંના એક ભાઈ અબ્બા મિયાંના સંતાન અમીન ખંડવાણીનું નામ ફરી જાહેર ક્ષેત્રે ચમકવું હતું. તેમને ભારતની સેન્ટ્રલ ઈજ ઇમિટીના ચેરમેન નિયુક્ત કરાયા હતા. એ ઓધ્યા પર તેમણે ૧૯૮૨ થી ૧૯૮૯ સુધી સેવાઓ આપી હતી અને મુંબઈમાં ૨૧ માળાનું ઈજ ટાઉસ બંધાવી આપ્યું હતું. આ ઈમારતને આગ્રહ ભારતમાં મુસલમાનોએ બંધાવેલી સૌથી ભવ્ય ઈમારત તરીકે માન્યતા અપાઈ હતી. સરકારી ફંડમાંથી આ ઈજ ટાઉસ માટે એક પેસો પણ મળ્યો નહોતો અને ના તો કોઈ જાહેર ફંડફાળા કરવામાં આવ્યા હતા. તમામ નાણા ઈજ ઓપરેશનમાંથી ઉભા કરાયા હતા. અમીન ખંડવાણીએ મુંબઈ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનમાં માહીમના પ્રતિનિધી તરીકે ૨૭ વરસ સુધી કામગીરી બજાવી હતી અને બાદમાં મહારાષ્ટ્રની ધારાસભાના સભ્ય તરીકે ચૂંટાઈને પણ કિંમતી સેવાઓ આપી હતી. મુંબઈમાં કોંગ્રેસ પાર્ટીમાં ઉચ્ચ ઓધ્યાઓ પણ કિંમતી સેવાઓ આપી હતી. મહારાષ્ટ્ર સરકારે તેમને કૈટલીક અગત્યની કમિટીઓ અને બોડોમાં ચેરમેનપદે નિયુક્ત કર્યા હતા અને કિમદા કારકિર્દી બદલ અનેક એવોર્ડ જીત્યા હતા. ટાલાઈ મેમ્બર બિદમલ કમિટીના પ્રમુખ તરીકે તેમજ પરિવારના ટ્રસ્ટ અને ફાઉન્ડેશનના ટ્રસ્ટી તરીકે તેમણે દિરાદરીની સેવા કરી હતી.

ખંડવાણી પરિવારના બીજા એક વડીલ ચાકુબ ખંડવાણીના સુપુત્ર મોહમ્મદ સોહેલ પણ એક આગેવાન વેપારી અને ડિલ્કર હોવાની સાથો સાથ અનેક સામાજિક સંસ્થાઓ સાથે જોડાયેલા રહીને દિરાદરીની બિદમલ કરતા રહ્યા છે. મેમ્બર યેમ્બર ઓફ કોમર્સ તથા ટાલાઈ મેમ્બર ખંડવાણી જમાતના વાઈસ-પ્રેસીડેન્ટ તરીકે તેમજ અંજુમને ઈસ્લામ તથા ઈન્ડો-અરબ સોસાયટીની કાઉન્સીલોના સભ્ય તરીકે મેમ્બર ઉપરાંત સમસ્ત મુસ્લિમ કોમની સેવા કરી રહ્યાં છે. સોહેલ ચાકુબ ખંડવાણી પણ અનેક ટ્રસ્ટો તથા ફાઉન્ડેશનના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી તરીકે ઉત્તમ કામગીરી બજાવી રહ્યાં છે.

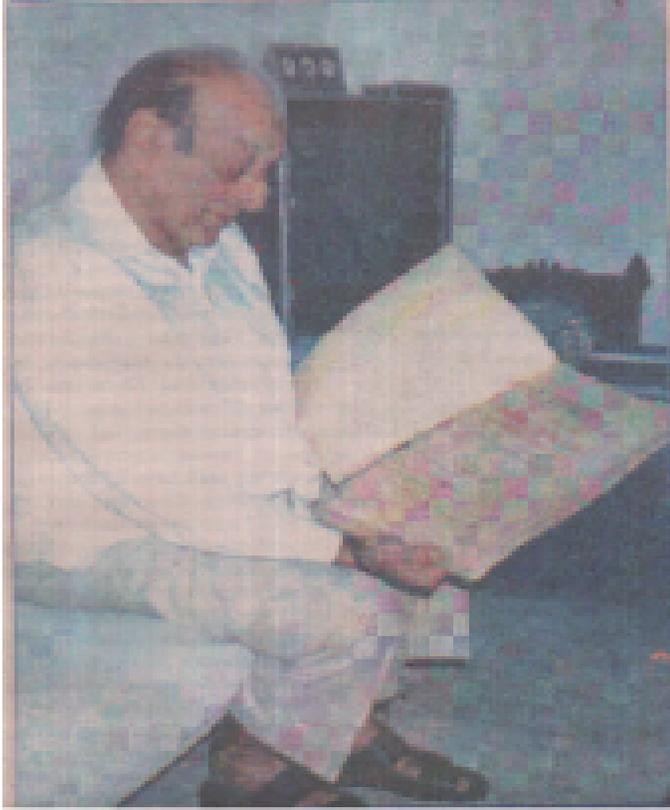
સઉદી અરબના રણમાં પહેલી બસ સર્વિસ અને હાજીઓ માટે મુંબઈથી જુદાહ સુધી પહેલી જહાજ સેવા શરૂ કરનાર કોઈ જમાનામાં મુંબઈના વહાણવટાના બેતાજ બાદશાહ ગણાતા મેમ્બર પરિવારની કુરુણ પળોની કથની

વહાણવટાના ઇંધામાં મેમ્બરોએ નામના મેળવ્યાના દાખલા તો મોજુદ છે, પણ મુંબઈના ખંડવાણી પરિવાર વિષે અત્યાર સુધી ઓછી માહિતી બહાર આવી છે. મુંબઈ અને પુનામાં ૧૯૧૦ થી ૧૯૨૫ સુધીના ગણામાં ખંડવાણી પરિવારનું નામ ગાજતું-ગૂંજતું રહ્યું હતું પણ બાદમાં પરિવારના વળતા પાણી થતાં તેના સભ્યો વિખેરાઈ ગયા હતા. મૂળ ટાલાઈ મેમ્બર દિરાદરીથી સંબંધ ધરાવતા આ પરિવારના ચાર ભાઈઓ સહિતના



કેટલાક સભ્યોએ મુંબઈ અને પુના પછી સઉદી અરબના તાઈફમાં પણ વસવાટ કર્યો હતા. આ ચાર ભાઈઓના મૂળ મેમ્બર નામો તો કંઈક ઓર જ હતા પણ તાઈફમાં લગ્ન

સંબંધોથી તેમના નામો સાથે 'મિયાં' સબ્બો ઉમેરો થઈ ગયો હતો. એ રીતે આ ચારે ભાઈઓ અબ્દુલ્લાહ મિયાં, દાદા મિયાં, મોહમ્મદ મિયાં અને અબ્બા મિયાંના નામે વધુ જાણીતા થયા હતા. મુંબઈમાં વેપાર -ઇંધો સારી રીતે જમી જતાં ૧૯૧૪માં આ ચારે ભાઈઓએ મુંબઈ બંદરે આવેલી મુંબઈ બેલાઈ ઈસ્ટેટને ખરીદી લેવાનું નક્કી કર્યું હતું. એ જમાનામાં પહેલા ચિન્નવસુદના ચમડારા વધી ગયા હતા અને વ્યાપારિક વહાણવટામાં મંદીનું ફાગલ યાત્રી રહ્યું



હતું.

ખંડવાણી ભાઈઓ બેલાડ ઈસ્ટેટની ખરીદીનો સોદો પાડો કરવા તેના ઈમારતના અંતિમ નિરીક્ષણ માટે મુંબઈ બારા નજીક પહોંચ્યા તો તેમણે સમુદ્રમાં ગણ વિદેશી જહાજો લાંગરેલા જોયા હતા. કુતુહલ ચતાં તપાસ કરાવાઈ તો ખબર પડી કે એ જર્મન જહાજો છે અને મંદીને કારણે સસ્તામાં વેચાણમાં મૂકાયા છે. ખંડવાણી ભાઈઓએ ઉંડો વિચાર કર્યા બાદ બેલાડ ઈસ્ટેટ ખરીદવાનો ઈરાદો માંડી વાળ્યો અને આ ગણ જહાજો ખરીદી લેવાનું નક્કી કરી લીધું. છેવટે પૂરી ચકાસણી પછી એ ગણ જર્મની જહાજો એસ.એસ. વર્તુમીર, એસ.એસ. બેલ્વીટર અને એસ.એસ. લાવાલો એ જમાનામાં અઢ ઠાક કહેવાતી એવી ૯ લાખ ૮૦ હજાર રૂપિયા ચૂકવીને ખરીદી લીધાં. ખંડવાણી સ્ટીમ નેવીગેશન કંપનીનો પાયો નખાતાં ખંડવાણી પરિવારનું નામ આજવા માંડ્યું.

ખંડવાણી જહાજ કંપનીએ સૌ પ્રથમ સઉદી અરબ ખાતે નિકાસ કરાતા અ ના જ ને પહોંચવાડવાનું શરૂ કર્યું. એ જમાનામાં ઢાણુઓની જરૂરત પૂરી કરવા ઉપરાંત સઉદી અરબના દિવજ વિસ્તારમાં કારમા દુકાળને કારણે અનાજની માંગ વધુ રહેતી હતી. ખંડવાણી પરિવારે મુંબઈ પોર્ટ ટ્રસ્ટની પેલી

લિબર્ટીમ બેલાડ ઈસ્ટેટ ઓફિસ ખરીદવા ઉપરાંત મુંબઈ કિનારે માલીમ મુકામે એક વિશાળ બંગલો ખરીદ્યો. બાદમાં ૧૯૨૦ના દાયકા દરમિયાન મુંબઈ અને પુલામાં મોટી જમીન ખરીદીને આસીશાલ બંગલો બંધાવ્યો. એ જમાનામાં લાખ-બે લાખમાં તો બંગલા મળી જતા હતા પણ પુલામાં મહેલ જેવી એ હવેલીના બંધકામ પાછળ ખંડવાણી પરિવારે પાણીની જેમ પેસો વલણીને લગભગ ૨૫ લાખ રૂપિયા ખર્ચી નાખ્યા. આ હવેલીના માજ કાર્બનીંગ ટેબલ પર ૩૬ માણસોની બેસવાની સગવડ હતી !

ખંડવાણી ભાઈઓમાં સૌથી મોટા ભાઈ અબ્દુલ્લાહ મિયાં એક અરબા નિશાને બાજ, ખેલાડી, તરવૈયા હતા અને ઉમદા ઘોકેસવારી કરી જણાતા હતા. એ સિવાય વિશાળ જ્ઞાન ધરાવતા હતા અને આઠ-આઠ ભાષાઓ પર તેમનો ઢાબૂ હતો. ઢાલના સઉદી સાસડ પરિવારના

સભ્યો સાથે અને ખાસ કરીને મહમ મુકર્રમાલા એ જમાનાના શેરીફ સાથે તેમના ઘનિષ્ટ સંબંધો બંધાઈ ગયા હતા. એ શેરીફ મિત્રના એક તોહફા તરીકે અબ્દુલ્લાહ મિયાંએ ઈસ્ટંબુલની ઉચ્ચ દુબલી અભિ સુંદર ખાતૂન સાથે શાદી કરી હતી. અબ્દુલ્લાહ મિયાંની નાના ભાઈ દાદા મિયાંનું મૂળ નામ હબીબ ખંડવાણી હતું. આ દાદા મિયાં પણ જ્ઞાન અને સાહિત્યમાં ઉચ્ચ રૂચિ ધરાવતા હતા અને મહકામાં ઘણું ભણ્યા હતા. તેમના કોલેજ કાળના એક સાથી અબુલ કલામ આઝાદે ભારતની આઝાદીની લડાઈમાં મુસલમાનોના નેતા તરીકે અગ્ર ભાગ ભજવ્યો હતો અને એ વિદ્વાન નેતાને ૧૯૪૭ પછી આઝાદ ભારતના પહેલા તાલીમ પ્રધાન બનાવાયા હતા. આવા વિદ્વાનો ઉપરાંત દાદા મિયાં સૂફી સંતોની સંગત વધુ પરંપ્રક કરતા હતા અને કિતાબોમાં રચ્યા પચ્યા રહેતા હતા.

દાદા મિયાંની નાના ભાઈ મોહમદ મિયાં અંગ્રેજી કબલું ગુપ્ત ગુપ્તતા હતા અને ક્ષિત્રીય સમ્રાટ જયોજ પાંચમાં જેવી શક્ત ધરાવતા હતા. તેઓ હંમેશા ફ્રેંચ ટોપો પહેરતા હતા અને સેજ સાંજે વેસ્ટ ઈન્ડિયન કલબમાં મુંબઈના ટોચની પ્રતિષ્ઠિત વ્યક્તિઓ સાથે હળવા-મળવામાં સમય વિતાવતા હતા. સૌથી નાના ભાઈ અબ્દા મિયાં કામઘંઘા ઉપરાંત કોટુંબિડ મામલાઓની જવાબદારી સંભાળતા હતા.

આવા આ ખંડવાણી ભાઈઓએ અનાજના ઢાગો-જહાજો ચલાવ્યા બાદ મુંબઈથી ઢાણુઓને જીદાહ પહોંચાડવાની મુસાફર સેવા શરૂ કરી. ઢાણુઓ માટેની એ પહેલી જ જહાજુ સર્વિસ હતી. ઉદાર પ્રવૃત્તિના ખંડવાણી ભાઈઓ ગરીબો પ્રત્યે ભારે હમદર્દી ધરાવતા હતા

અને સામાજિક ક્ષામોમાં પણ ફાળો આપતા રહ્યા હતા. હાજીઓના જઠાજની ટિકીટ માટે તેમણે અલ્લાહની ખુશનુદી પ્રાપ્ત કરવા હાજીઓથી તેમની હેસિયત મુજબ ભાર્કું લેવાનું હેરવ્યુ. હજની સફરની કુલ ટિકીટ તો ૨૧૦ રૂપિયા રખાઈ હતી પણ કોઈ ગરીબ શખ્સ હજ કરવા જતો હોય તો તેને પાંચ કે ૧૦ રૂપિયા જેવી સાચ નજીવી ટિકીટ જઠાજમાં સવાર થવા દેવાતો હતો. કોઈ ઓળખીતા શ્રીમંત કે ખંડવાણીના પોતાના પરિવારના સભ્યોને આવું કોઈ કિસ્કાઉન્ટ અપાતું નહોતું. હાજીઓને પાસપોર્ટ-વીઝા સિવાયની તમામ સગવડો ખંડવાણી કંપની કરી આપતી હતી. હજની સફરનો સમસાપત્રક નક્કી થઈ જતાં મુંઠઈના મુસ્લિમ મોહલ્લાઓમાં હોય પીટીને અને મસ્જિદોમાંથી પણ તેની જાહેરાત કરીને લોકોને હજની સઆદત ઠાસિલ કરવા દાવત અપાતી હતી. મુંઠઈથી ત્રુદાહની એ હજ સફરમાં ૧૦ દિવસ લાગી જતા હતા. એ જમાનામાં આલીમોએ વીમાની વ્યવસ્થાને હરામ હેરવતા કત્વા આખ્યા હોવાથી ખંડવાણી કંપનીએ જઠાગોલા ઈન્સ્યુરન્સ કસબ્યા હતા અને અલ્લાહના ભરોસે વહાણવહું સલાવતા હતા. જઠાગ સફર માટે રવાના થાય તો તેના શઠ પર તાવીજ ળાંધીને તેને અલવિદા કરાવું હતું.

ખંડવાણી ભાઈઓના જઠાજમાં જતા અલાજની ત્રુદાહ બંદરે આતુરતાપૂર્વક રાહ જોવાતી હતી અને કોઈ કોઈ વાર તો ત્રુદાહના શેરીફ પોતે સ્ટાફ સાથે ત્રુદાહ પોર્ટ પર ખંડવાણીના જઠાજને આવકારવા પહોંચી જતા હતા. ૧૯૧૮માં ખંડવાણી ભાઈઓએ મહઠાના શેરીફને ભેંટ આપવા માટે એક

વિશાળ સંકાલ કાર અને એક જનરેટર મોહલ્લું હતું. ત્રુદાહમાં લોકો કારને સંકાલને બદલે 'શેતાલ'ના નામે ઓળખતા હતા અને કાર જવારે સડક પરથી પસાર થતા લોકો કુતુહલથી તેને જોવા ઉમટી પડતા હતા. જો કે કારને શેતાલ તરીકે ઓળખવા પાછળ સઉદી લોકોની અંધશ્રદ્ધા હતી. તેઓ ઓટોમેટીક યાંત્રી કોઈપણ થીજને શંકાની નજરે જોતા હતા. ખંડવાણી ભાઈઓની એ ભેંટ ત્રુદાહમાં માંક ૪૦ દિવસ પણ સાલી શકી નહોતી.

ખંડવાણી ભાઈઓ કોઈ પણ રીતે હાજીઓની સગવડો વધારવા ઉત્સુક રહેતા હતા. સોડા જ સમય બાદ તેમણે મહઠા અને મઠીના શેરીફ વચ્ચે બસ સર્વિસ શરૂ કરી દીધી હતી. આ બે શહેરો વચ્ચે એ જમાનામાં કોઈ પાકો રોડ નહોતો અને હાજીઓને આઠલું અંતર ઠાપવામાં પણ ૧૪ દિવસ લાગી જતા હતા. ઘણીવાર બસના પેંડાં રેતીમાં ખુંચી જતાં તમામ હાજીઓને બસમાંની ઉતરીને પેંડાં આગળ લાઠકાના પાટીયા ઝોઠવાઈ ગયા બાદ બસને ઘઠઠા મારીને રેતીમાંથી કાઢવી પડતી હતી. વળી રેતાળ પ્રદેશમાં ળખળખતા તાપમાં દિવસના સમયે બસની સફર શક્ય ન હોવાથી દિવસના વખતે ૧૪ રવાને પકાવ નાખવા પડતા હતા અને માત્ર રાતના સમયે જ બસ આગળ વધી શકતી હતી. વખત જતાં સઉદી સચાવાળાઓએ મહઠા ઈલેક્ટ્રીક કંપની સ્થાપતાં ખંડવાણી ભાઈઓની ભરો એ સઉદી કંપનીને હસ્તા

દેવાઈ અને એ કંપનીના શેરો ખંડવાણી ભાઈઓને અપાયા હતા.

ખંડવાણી કુંમીલીની દોસત વઘતી ગઈ તેમ તેની સમુદ્ધિ પણ વઘતી ગઈ. મહઠામાં હરમ શરીફની પકાએ જ એક મહાલ આ પરિવારે ખરીદી લીધું. હજની સિઝલમાં ત્રુદાહના શેરીફ સઠિતના મઠેમાળોને આ મહાલમાં ઉતારો અપાતો હતો. આ એજ મહાલ છે જયાંથી આજે હરમ શરીફમાં અઝાલ પોઠારવામાં આવે છે.

પણ ખંડવાણી ભાઈઓની વઘતી જતી જાદોજલાલીને જાણે કોઈની નજર લાગી ગઈ હોય એમ એક પછી એક કુદરતી આપલિઓને કારણે આ પરિવારની પડતી પણ એટલી જ ઝડપી સાબિત થઈ. ૧૯૨૨માં પરિવારના તમામ સભ્યો કુંમીલી એટ-દુગેઠર માટે પુનાની હવેલીમાં એકઠા થઈ રહ્યા હતા ત્યારે તેમની કંપનીનું એક જઠાજ એસ.એસ. ડેવેલીટર અરબી સમુદ્માં ફૂળી ગયાલી ખબર પહોંચતા પૂરા પરિવારને સખ્ત આંચકો લાગ્યો હતો. જઠાગ્નો વીમો કરાવ્યો નહીં હોવાથી અનેક કંપનીઓને જઠાજ પર લઠાલેલા તેમના માલનું વળતર ચૂકવવું પડ્યું હતું. હજુ તો આ કટકામાંથી ખંડવાણી ભાઈઓ માંક માંક ઉભા થઈ રહ્યા હતા કે તેમનું



બીજું જહાજ પણ મુંબઈ કિનારાથી થોડે જ દૂર દરિયામાં ડૂબી ગયું જે પડતા પર પાટુ સમાન છેલ્લો ફટકો પૂરવાર થયો. લુકસાનીનું ખંગ વાળ વા ખંડવાણી પરિવારે તેની તમામ મિલકતો વેચવી પડી. તેમની ૭૬ જેટલી મિલકતો તો માત્ર એક જ દસ્તાવેજ પર નોંધવાયેલી હતી અને કંપની ફક્તમાં જતાં એ દસ્તાવેજ કરજો ચૂકવવામાં વપરાઈ ગયો. તેમ છતાં કરજબોજ ખતમ નહીં થતાં પરિવારની તમામ સ્ત્રીઓને તેમના સોના-ચાંદીના ઘરેણા કાઢી આપવાનું કહેવાયું અને જેત જેતામાં પુનાની હવેલીના પેલા વિશાળ કાર્પનીંગ ટેબલ પર ઘરેણાનો ઢગલો ખડકાઈ ગયો. ઢગલો એટલો મોટો હતો કે ટેબલની એક તરફ બેઠેલો સભ્ય બીજી તરફ બેઠેલાને જોઈ શકતો નહોતો. આ કારમા ઘા સાથે ખંડવાણી પરિવાર પણ ડૂબી ગયું અને એ પછીના થોડા દાયકા સુધી તેના સભ્યો ઉભાં થઈ શક્યા નહોતા. ૧૯૩૫માં અબ્બા મિયાં તૂટેલા હૃદય સાથે છેલ્લી ૯૪ અદા કરવા જહાજ દ્વારા જીવિત રવાના તો થયા હતા પણ સૂરજના તાપને સહન કરી શક્યા નહીં અને ૧૮મી મોહરમે જ તેમનો ઈન્તેકાલ થયો હતો. તેમને મકકામાં જન્નતુલ મઓલ્લા કબ્રસ્તાનમાં સુપુર્દે ખાક કરાયા હતા. પરિવારના વડીલ અબ્દુલ્લાહ મિયાંને એજ વરસે તાર્દમાં અદાલતી કાવતરા હેઠળ મોતની સજામાં ઠાર મારવામાં આવ્યા હતા અને તેમને તાર્દમાં જ સુપુર્દે ખાક કરાયા હતા.

આ પરિવારની જાહોજલાલી તો ભૂંસાઈ ગઈ હતી પણ જનકલ્યાણ અર્થે તેમના દાનથી ઉભી કરાયેલી અનેક નિશાનીઓ અડીખમ રહી હતી. પરિવારનો માહીમ ખાતેનો બંગલો છેવટ સુધી ફેમીલી પાસે રહ્યો છે. ખંડવાણી પરિવારે મુંબઈના

માહીમ વિસ્તારમાં જ ઝરીવાલા ઓફીસનેજ નામે ચતીમખાનું બંધાવ્યું હતું. પણ ભારતમાં બાબરી મસ્જિદના ખંડન પછીના કોમવાદી રમખાણોમાં ૧૯૯૩માં આ ઈમારતનું પણ ખંડન થયું હતું. ચતીમખાનામાં ૩૦૦૦ રમખાણગ્રસ્તોને પનાહ અપાઈ હતી. આવા પ્રસંગો પર ખંડવાણી ભાઈઓની યાદ તાજી થઈ જતી હતી.

જો કે ૨૦મી સદીના આરંભ કાળમાં બહુ ઓછા ગાળામાં ઉંચી ઉંચી સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરીને એટલી જ ઝડપથી વીરમી ગયેલા ચારે સખીદિલ ખંડવાણી ભાઈઓની કરમ-કઠણાઈની કથા ભૂલાવી શકાય એવી નથી.

(બેંગલોરના ‘ઈસ્લામીક વોઈસ’ મેગેઝીનમાં પ્રગટ થયેલા જનાબ મકબૂલ એહમદ સીરાજના લેખ પર આધારિત)

ચિતન-મનન

- મુસીબત જેટલી વધુ હોય, તેમાંથી પાર ઉતરનારને એટલો જ વધુ ચશ મળે છે. કુશળ પાચલોટો તોફાન અને વાવાઝોડાંથી પાર થઈને જ પ્રતિષ્ઠા મેળવતા હોય છે.
- સુખનું ખરૂં રહસ્ય રોજીંદા જીવનની બારીક વિગતોમાં પણ રસ લેતા રહેવામાં રહેલું છે.
- મૂર્ખાઓમાં એક ગુણ અવશ્ય હોય છે, તેઓ બીજાના વાંક કાઢવામાં પાવરધા હોય છે. અલબત્ત પોતાના વાંક-ભૂલો અંગે આંખ આડા કાન કરી જતા હોય છે.
- આ દુનિયામાં સૌથી મોટી કમનશીબી તો એ છે કે ખરાબ ટેવોની સરખામણીમાં સારી ટેવોને સાવ સહેલાઈથી છોડી શકાય છે.
- તમામ તાલીમમાં સૌથી કિંમતી ગુણ એ છે કે એ તમને જે કામ જ્યારે કરવાનું હોય છે, એ કામ પૂરું પાડવાની લાયકાત બક્ષે છે, પછી ભલે તમને એ કામ પસંદ હોય કે ના હોય.
- કોઈ માણસ કેટલો ચાલાક છે, એ તેના જવાબો પરથી આંકી શકાય છે. કોઈ માણસ કેટલો સમજદાર છે, એ તેના સવાલો પરથી માપી શકાય છે.
- ભલાઈનું કોઈ પણ ફૂલ, પછી તે ભલે કેટલું ચે નજીવું કેમ ના હોય, કદિ પણ વેડફાતું નથી.
- એવા લોકો માટે આ દુનિયામાં કે બીજે કયાંય પણ સુખ લખાયેલું નથી, જેઓ હંમેશા શંકાશીલ રહેતા હોય.
- કોઈમાં શ્રદ્ધા અને કોઈક માટે ઉત્કટ ભાવના આ જીવનને જીવવા લાયક બનાવે છે.
- ખરેખર રચનાત્મક હોય એવી વ્યક્તિ સ્વમેળે લદાયેલી તમામ મર્યાદાઓને પોતે જ ઓળંગી જાય છે.



હસે તેનું ઘર વસે



“સાહેબ, આ સુટનો રંગ તમારા રંગ સાથે ઘણો જ ભળે છે.”
 “પણ તમે એ વસ્તુની નોંધ લીધી હોય એમ લાગતું નથી કે તમે સુટનો ભાવ બતાવ્યા બાદ મારો રંગ બદલાઈ ચૂક્યો છે.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

“તે સિંદના મોઢામાં જમણો હાથ નાખીને નિર્ભય થઈને ઊભો રહેતો, એ જમાનામાં બધા એને બહાદુર કહેતા હતા.”

“અચ્છા તો હવે તેને શું કહે છે ?”

“ડાબોડી.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

‘અસહ્ય રાત’ નામનું નાટક જોઈને રાત બગાડી આવેલા એક વિવેચકે તેનું અવલોકન લખ્યું ‘બરાબર છે.’

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

“સાહેબ મારે શાદી માટે આઠ દિવસની રજા જોઈએ.”

“પણ હજી હમણાં તો તમે મહિના દિવસની રજાઓ ગાળીને આવ્યા છો, ત્યારે તમે કેમ શાદી ન કરી ?”

“સાહેબ ! હું મારી રજાઓ બગાડવા નહોતો માંગતો.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

પતિ: “તને ખબર છે કે બાપ જો વધારે પડતો હોશિયાર હોય તો તેનાથી કેટલીક વાર પુત્રની પ્રગતિ રૂંધાઈ જાય છે.”

પત્ની: “ખુદાની મહેરબાની

આપણા લતીફને એવી કોઈ અડચણ નથી.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

એક નવા હજામે ગ્રાહકના માથા પર અસ્ત્રો ફેરવીને ટકો કરી નાખ્યો. પછી પણ અસ્ત્રો ફેરવી ફેરવીને પેલાની ટાલકી લાલચોળ કરી નાખી. હવે ગ્રાહકથી ન રહેવાયું, તેણે કહ્યું: “ભાઈ હવે વધુ અસ્ત્રો ફેરવશો તો થોડીવારમાં જ તમને મારું મગજ દેખાશે પછી તમે હું શું વિચારું છું એ પણ જોઈ જશો તો નકામી ખૂલામરકી થશે.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

રેલ્વે ઈન્સ્પેક્ટરે ઓવરસીયરના રિપોર્ટ અંગે વાંધો લેતાં કહ્યું, “તમે નકામા લંબાણ રિપોર્ટ આપો છો, જે કહેવું હોય તે મુદ્દાસર કહો, આ રેલ્વે લાઈનનો રિપોર્ટ છે, નવલકથા નહીં સમજ્યા ?”

થોડા દિવસ બાદ ભારે પૂરના કારણે આખી રેલ્વે લાઈન ધોવાઈ ગઈ. ઓવરસીયરે ટૂંકો અને ટચ અહેવાલ મોકલાવ્યો, “સાહેબ ! રેલ્વે લાઈનનું સ્થાન નદીએ સંભાળી લીધું છે.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

ડોક્ટર: “મને અફસોસ છે કે હું તમારા માટે કંઈ કરી શકું તેમ નથી.”

દર્દી: “તો પછી મેં તમારા પાસે લેવા દેવા વીનાનો, નકામો મફતનો જ ધક્કો ખાધો ને ?”

ડોક્ટર: “મફતનો કેમ ? મારી ફી વીસ રૂપિયા છે.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

શેઠ: “દુકાન બંધ કરો ત્યારે તિજોરી ખુલી મૂકી દેજો.”

મુનીમ: “શેઠ ! તિજોરી સાવ ખાલી નથી. દોઢસોની પુરાંત છે.”

શેઠ: “ક્યાંક ચોર આવશે તો હજારોની આશાએ પાંચ હજારની તિજોરી તોડી નાખશે સમજ્યા.”

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

૧: “પછી તમે ડોક્ટર બદલાવી હકીમની દવા લીધી તો એનાથી કોઈ ફાયદો થયો કે નહીં ?”

૨: “બે આની ફાયદો છે.”

૧: “કેવી રીતે ?”

૨: ડોક્ટર રોજના બાર આના લેતો હતો. હકીમ દસ આના લ્યે છે.

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

ગ્રાહક: “આ લુગડું કેટલાનું વાર ?”

દુકાનદાર: “અઠી રૂપિયે.”

ગ્રાહક: “બે રૂપિયે આપો ભાઈ.”

દુકાનદાર: “બે રૂપિયે તો ઘરમાં પડે છે.”

ગ્રાહક: “તો હું ઘરે આવીને લઈ જાઉં ?”

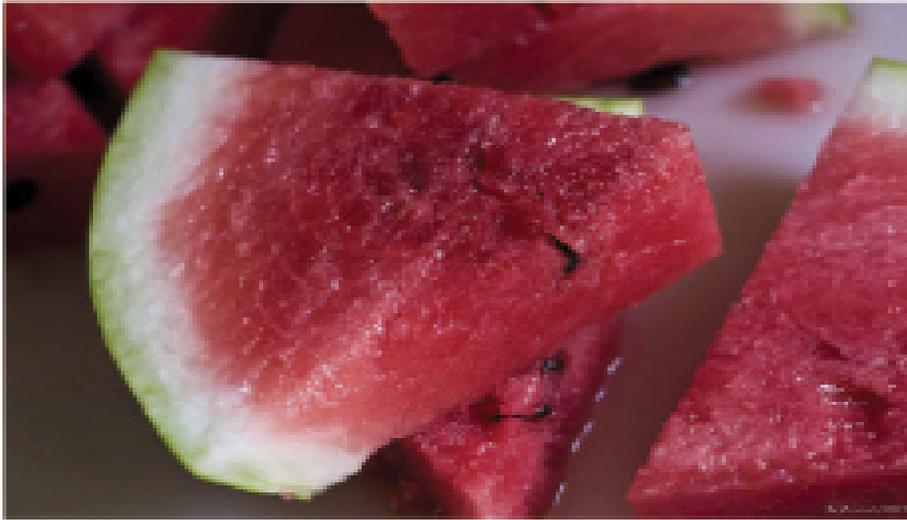
૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪ ૪

ખ્યાસાલી ખ્યાસ છીપાવતું મસ્મોટું પૌષ્ટિક ફળ

લસબૂચ



ઉનાળો આવતાં જ વારંવાર તરસ લાગતી હોવાથી ખ્યાસ ભુગ્રાવવા ઓઠો અનેડ ઉપાયો કરતા નજરે પડે છે. છુદ્દસ્તે આવા સંજોગોમાં ખ્યાસ ભુગ્રાવવા અને પેટમાં ઠંડક કરવા માટે તરબૂચ જેવું ઉમદા ફળ આપ્યું છે. ગાઢ લીલા રંગના વિશાળ કદના તરબૂચ કે તડબૂચની અંદરથી લાલ રંગના જે રસદાર ગરના ટુકડાં નીકળે છે, તેના વિષે વિખ્યાત તત્વજ્ઞાની લેમડ માર્કેટવાઈને લખ્યું હતું કે તરબૂચ ખાધા પછી સમજાય છે કે ફિરસ્તા શું ખાતા હશે ?

તડબૂચનો ઇતિહાસ ઈસવીસન પૂર્વે ૨૦૦૦ને આળંગાળે દક્ષિણ આફ્રિકાના મશહુર કલહરી જંગલમાં જઈ મળે છે. એટલે કે લગભગ ૪૦૦૦ વરસોથી ખવાતા આ ફળની લોકપ્રિયતા તેના મીઠા સ્વાદ ઉપરાંત તેમાં રહેલા પૌષ્ટિક તત્વોને પ્રતાપે ઉત્તરોત્તર વધતી જ રહી છે અને હવે તે દુનિયાભરમાં તડબૂચના

વાવેતરમાં વિહાસ માટે અવલવી ટેક્લીડો ઉપયોગમાં લેવાય છે. કેટલાક દેશોમાં તો તડબૂચ બારે માસ ઉગી નીકળે છે પણ પાકિસ્તાનમાં તેનું ઉત્પાદન ઉનાળાના તપતા સૂરજ સાથે સંકળાયેલ છે. દુનિયામાં તડબૂચની ૧૨૦૦થી વધુ વેરાઈટીઓ મળી આવે છે, જેમાં કેટલાક તડબૂચ માંડ અર્ધો કિલો જેટલા વજનના હોય છે તો કોઈ કોઈ ઠંડાણ તો ૧૦૦ કિલોથી વધુ વજનના મસ્મોટા તડબૂચ પણ જોવાયા છે. તડબૂચની જાડી છાલ ઘાંટા લીલા રંગની હોવી જરૂરી નથી કેમ કે ઘણી જગાએ હલકા લીલા ઉપરાંત પીળાશ પડતી ડિઝાઈનવાળા તડબૂચ પણ ઉગે છે અને અંદરથી તેના ટુકડાં લાલ હોવા ઉપરાંત ગુલાબી રંગના કે સફેદ પણ હોય છે. જો કે ઘાંટા લાલ રંગના તડબૂચને વધુ પસંદગી અપાય છે.

તડબૂચના નીના નીના ટુકડાં કરીને એક ખ્યાલમાં ભરવામાં આવે

તો એટલા તડબૂચમાં ૩૦ ગ્રામ ફેલેરીઝ હોય છે જ્યારે કે સરળી-ચિડાશનું પ્રમાણ શૂન્ય હોય છે. તેમાં ૯૨ ટકા તો પાણી હોય છે જ્યારે કે શાકરનું પ્રમાણ લગભગ સાડા સાત ટકા જેટલું હોય છે. આ રીતે આ પાણીદાર મીઠું અને સ્વાદિષ્ટ ફળ ખ્યાસાલી ખ્યાસ ભુગ્રાવનાર તરીકે વધુ પંડાયેલું છે. તડબૂચ માત્ર સ્વાદિષ્ટ જ નથી હોતા બલકે તે એટલા જ આરોગ્યદાયક પણ હોય છે. સમતોલ આહારમાં ફળ ફળાદિને એક અગત્યનો ભાગ માનવામાં આવે છે અને તેમાં પણ જડાપણું વધતું રોકીને શરીરને સમતોલ રાખવા માટે ફેલેરીઝમાં ઘટાડો કરવો હોય તો તેને માટે યોગ્ય ફળ ગોતવા જરૂરી હોય છે. એ બાબતમાં તડબૂચ ઉચ્ચ ફળ ગણાવાય છે કેમ કે તડબૂચના એક વખતના ખોરાકમાં ૨૨ ગ્રામ કાર્બોહાઈડ્રેટ અને બે ગ્રામ પ્રોટીન ઉપરાંત એક ગ્રામ કાર્બોનર પણ મળી રહે છે. આથી તડબૂચ શરીરને સ્ફૂર્તિ બક્ષે છે અને પાચનક્રિયાને સરળ બનાવવામાં પણ મદદરૂપ થાય છે. ૯૨ ટકા પાણી હોવાથી ઉનાળામાં પરસેવાને કારણે નાશ પામતા શરીરના ઈલેક્ટ્રોલીટસનો ખંગ વાળવામાં તડબૂચ જરૂરી હાઈડ્રેશન પૂરું પાડે છે. તેમાં પોટેશ્યમ, વિટામિન 'સી', 'બી' - સિફસ અને ગોંઠ ઉપરાંત એમીનો એસિડના તત્વો પણ મોજુદ છે. પોટેશ્યમના પૂરતા પ્રમાણથી હાર્થ હલકપ્રેશરને ઘટાડવામાં, હાર્થપરદેન્શનના જોખમને દૂર કરવામાં અને કિડનીમાંની પથરીને કાઢવામાં તે મદદરૂપ થઈ પડે છે. ૧૦૦ ગ્રામ તડબૂચ ૧૩૦ મિલીગ્રામ પોટેશ્યમ પૂરું પાડીને હૃદય તથા કિડનીની હામગીરીને સરળ બનાવી દે છે. તડબૂચમાં બેટા કેરોટીન નામના

તત્વો પણ છે જે કેટલાક પ્રકારના કેન્સર અને ખાસ કરીને કોલોન કેન્સર, પ્રોસ્ટેટ કેન્સર અને હૃદય રોગ સામે શરીરને રક્ષણ પૂરું પાડે છે. વિટામિન 'બી' -વન તથા એમીનો એસિડથી સ્નાયુના વિકાસમાં તથા થકાણ ઉતારવામાં મદદ કરે છે. નપૂંશકતાના ઈલાજમાં તડબૂચ કામ આપે છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં નજરની કમજોરી રોકવામાં પણ તે ઉપયોગી સાબિત થયું છે.

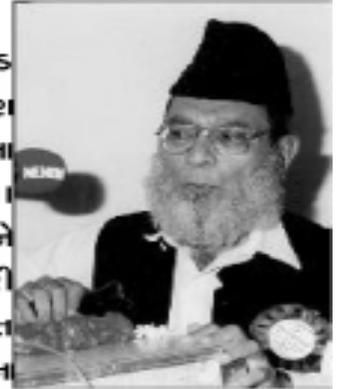
આરોગ્યના લાભો ઉપરાંત તડબૂચના બીજા ઉપયોગો પણ છે. તેની અંદરના માવા કે ગરની પેસ્ટ બનાવીને ચહેરા પર ૧૫ મિનિટ સુધી ચોંટાડી રાખ્યા બાદ ઘોંઘ

નાખવાથી ત્વચા મુલાયમ બનવાથી ચહેરો નિખરી ઉઠે છે. સૂરજના ધખધખતા તાપથી ચહેરો લાલ થઈ જાય તો તડબૂચનો ગર તથા ગાજરને સરખા પ્રમાણમાં લઈને તેની પેસ્ટ મલવાથી રાહત મળે છે. અરબ સમાજમાં તડબૂચના કાળા રંગના બીને નમક સાથે શેડીને સ્નેક તરીકે ખવાય છે. તડબૂચની છાલનું અથાણું બનાવવામાં આવે છે. તડબૂચના ગરને લીંબુના રસ સાથે બ્લેન્ડરમાં નાખીને એ જયૂસ પીવાથી ભૂખ મરવા ઉપરાંત થાક પણ ઉતરે છે.

આ રીતે કુદરતની અજોડ બક્ષિશ અનેકવિધ લાભ આપે છે.

★ ★ ★

સેવાભાવી મેમણ અગ્રેસર લાજુ અશરફ તારમોહંમદનો ઈન્તેકાલ



વાસાવડ મેમણ બિરાદરીના લાડીલા નેતા અને બિરાદરી ઉપરાંત વેપારીઓના

હિતો માટે મોખરે રહેનારા કરાચીના જાણીતા સામાજિક આગેવાન લાજુ મોહંમદ અશરફ તારમોહંમદનો શનિવાર તા. ૧૨મી મે ૨૦૧૨ના રોજ ઈન્તેકાલ થયો હતો. ઈન્નાલીલ્લાહ વ ઈન્ના એલયહે રાજેઉલ.

મરહુમ લાજુ અશરફે વાસાવડ મેમણ અંજુમનના વડીલ આગેવાન તરીકે બિરાદરીના અનેક પ્રશ્નો ઉકેલવામાં માર્ગદર્શન પૂરું પાડ્યું હતું અને વાસાવડ કો-ઓપરેટીવ હાઉસિંગ સોસાયટીના ચેરમેન તરીકે વસાહતની મુશ્કેલીઓ અંતાવવાના પ્રયાસોમાં કિંમતી ફાળો પૂરાવ્યો હતો. નિખાલસ સ્વભાવના મરહુમ લાજુ અશરફ દુઃખી માનવતાની સેવામાં આગળ પડતો ભાગ લેતા હતા. વેપારી ચેમ્બરોની ફેડરેશનના સીનીયર નાયબ પ્રમુખપદેથી તેમજ જોડીયા બજાર કિરયાણા મર્ચન્ટસ એસોસિએશનના વડા તરીકે તેમણે વર્ષો સુધી વેપારીઓ અને દુકાનદારોના હિતો જાળવવામાં અને તેમની સમસ્યાઓ ઉકેલવામાં યાદગાર સેવાઓ આપી હતી.

તેમના ઈન્તેકાલથી મેમણ બિરાદરી અને ખાસ કરીને વાસાવડ મેમણ બિરાદરીમાં શોકની લાગણી પ્રસરી ગઈ હતી. G-12

જેરી જીજી કિસ્મત !

મેમણી હજલ

કોઈકે મીળે પંજ લખ તો કોઈકે પીંજ લખ-જેરી જીજી કિસ્મત
કોઈકે મીળે ફૂલેજો હાર તો કોઈકે ફાંસીજો ફંદો-જેરી જીજી કિસ્મત

અજબ આઠી હી દુન્યાજો બન્યો અજકાલ સજજો ખેલ તમાશો
કોઈ જેલજા પંખીડા ચઢીવ્યા ખુરશી મથ્યે-જેરી જીજી કિસ્મત

કરીચે રખ્ખો કોશિષ હરદમ, થીનું કુદરતજી મરજી જો હંમેશા
કાળીજા બો-ફૂલ, ચઢે હકરો કોઠે ને બીચો મઝારે-જેરી જીજી કિસ્મત

ફૂબીવી કિનારે કિનારે હોડી, કરી વીજી સજે-સજજો સમંદર પાર
કમ કરે ના મોકે તે અકકલ હુશિયારી માણુંજી-જેરી જીજી કિસ્મત

રમઝાન મહિનેજી લૂંટફાટ ને ભગમ-દોડમેં અસી પે વ્યાસી હણે
કોઈકે મીળે અટેજો થેલો તો કોઈકે પોઈ મથ્યે ડંડો-જેરી જીજી કિસ્મત

કાયદા મથ્યે કાયદા બને રખખન હરદમ એસેમ્બલીમેં હણે
કોળજી ઝપટમેં બે-ગુલાહજી મોત રોકે રોકાઈના-જેરી જીજી કિસ્મત

રહી રહીને વિચાઈંતા શેર માર્કેટમેં જાલ અચીરી આઢે હણે
હુશિયાર ! ભા-રઝઝાક, લંગોટી ઉતરે ના બી-વાર-જેરી જીજી કિસ્મત

-અબ્દુલ રઝઝાક રૂબી

મેમણ આલમ જુન-૨૦૧૨



Memon Industrial & Technical Institute

A project of World Memon Organization in collaboration with CDGK



Courses Offered For Men

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



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



IT & Multimedia Courses for Men

MS Office

- o Computerized Accounting
- o Web Designing
- o Graphics Designing
- o Video Editing & Compositing
- o 3D Studio Max

MAYA

Auto CAD

Advance Auto CAD

Computer Hardware & Networking



www.wmomiiti.com

Courses Offered For Women

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



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

بے روزگاری... اسباب و سدباب



تحریر: عبدالحمید طیب سوریا

ہمارے نظام میں ملازمتوں کے کافی مواقع نہیں اور جب بھی کسی جگہ اسامیاں ہوتی ہیں۔ تو اس کمپنی کے افراد اپنے رشتے داروں اور احبابوں کو بھرتی کرواتے ہیں۔ جس کی وجہ سے اس اسامی کے لیے جائز افراد منتخب نہیں ہو پاتے جو باصلاحیت اور قابل افراد کی حوصلہ شکنہ کرتی ہے۔ اگر ان تمام وجوہات کو مد نظر رکھتے ہوئے ہم اس کے سدباب کے لیے عملی کاوشیں کریں۔ با لخصوص حکومت اقتصادی ترقی کا عمل پر واں چڑھائے اور اس مقصد کے حصول کے لیے صنعتوں کی اقتصادی بحالی، سرمایہ داروں کی حوصلہ افزائی اور ٹیکس کے نظام کو بنیادی طور پر وسعت دے اور اس کے ٹیرف کو کم کر کے اس کے نیٹ ورک کو وسع کرے۔ مزید برآمدات کے فروغ کے لیے سنجیدگی سے کوشش کرے مزید توانائی کے بحران پر فوری قابو پائے اور صنعتوں کو بجلی اور گیس کی مکمل فراہمی کو یقینی اور صنعتکاروں اور تاجروں کو مکمل تحفظ فراہم کرے اور بیرون ملک کے سرمایہ کاروں کی توجہ پاکستان کی طرف مبذول کر دے۔ اور خصوصی سیکٹر کے ذریعے ملازمتوں کے حصول کو ممکن بنائے مزید فی و پیشہ ورانہ تربیت کے ادارے قائم کرے اس طرح بے روزگار افراد کو ان کی صلاحیتیں بہتر کرنے کے مواقع میسر ہو گئے کم تعلیم یافتہ افراد کے لیے خود روزگار اسکیم کے طرز عمل کو فروغ دے اور نوجوانوں کو اپنے پیشے کے انتخاب اور مستقبل کی راہیں متعین کرنے کے لیے کیریئر گائیڈنس کے مراکز قائم کرے۔

بھی نئی ٹیکنالوجی یا شعبہ متعارف کروایا جاتا ہے تو تمام مبالغہ علم کہ کسی بھی خالی اسامی کے لیے امیدواروں کی تعداد اس سے کئی گنا زیادہ ہوتی ہے۔ یعنی کسی شعبہ میں اس کی کھپت سے زیادہ افرادی قوت بھی بے روزگاری کا سبب ہے۔ صنعتوں میں جدید ٹیکنالوجی و کمپیوٹرسسٹم کا استعمال بھی بے روزگاری کے اسباب میں سے ہے۔ کیونکہ اس سے افرادی قوت کی طلب کم ہو جاتی ہے۔ پاکستان کا ٹیکس کا نظام بھی غیر تسلی بخش ہے۔ جس کی وجہ سے سرمایہ کاری متاثر ہوتی ہے اور حکومت مطلوبہ ٹیکس حاصل کرنے میں ناکام رہتی ہے۔ حکومت کا ٹیکس کی مد میں مطلوبہ ہرف پوراندہ ہونے کی وجہ سے حکومت ترقیاتی منصوبے شروع کرنے سے قاصر رہتی ہے۔ جو عوام میں بے روزگاری کا سبب بنتی ہے۔ کیونکہ حکومت نئی ملازمتوں کے مواقع پیدا کرنے کے لیے سرمایہ کاری نہیں کر پاتی پاکستان میں توانائی کا بحران جس میں بجلی اور گیس کی لوڈ شیڈنگ اور موصلات و نقل و حمل کے شعبوں میں سہولتوں کا فقدان ہے جو جاری صنعتوں کو فعال رکھنے اور نئی صنعتوں کے قیام میں سب سے بڑی رکاوٹ ہے: صنعتوں کی کمی بھی ہمارے یہاں بے روزگاری کی ایک اہم وجہ ہے۔ ہمارے ملک کی زرعی و صنعتی اشیاء کی گراں قیمت اور غیر مناسب معیار بھی ملکی و بین الاقوامی ضرورت میں کمی کا باعث ہیں۔ جو ہمارے ملک میں بے روزگاری کا سبب بنی ہوئی ہے۔ چونکہ

بے روزگاری

اس وقت پاکستان کا سب سے اہم، بنیادی و سنگین مسئلہ ہے۔ موجودہ حالات میں 40 لاکھ سے زائد افراد اس مسئلے سے دوچار ہیں۔ یعنی پاکستان میں بے روزگاری کی شرح 15 فیصد سے زائد ہے۔

پاکستان کی آبادی کا بڑا حصہ نوجوانوں پر مشتمل ہے۔ لیکن تعلیم اور فنی تربیت کی کمی کے باعث نوجوانوں کی بڑی تعداد حصول روزگار میں مشکلات کا سامنا کر رہی ہے۔ بے روزگاری کی وجہ سے وہ ذہنی دباؤ کا شکار ہیں۔ اور اس کے نتیجے میں پیدا ہونے والی اضطرابی کیفیت ہمارے معاشرے میں مختلف مسائل کو جنم دے رہی ہے۔

اگر ہم بے روزگاری کے اسباب کا جائزہ لیں تو بات مکمل طور پر عیاں نظر آتی ہے کہ نئی اداروں نے ملازمت مکمل اور عدم تحفظ کی وجہ سے انہوں نے اپنا سرمایہ بیرون ملک منتقل کر دیا ہے۔ جس کی وجہ سے صنعتیں بحران کا شکار ہو گئی ہیں۔ جس کی وجہ سے لوگوں کو روزگار کے مواقع میسر نہیں ہو رہے۔

آبادی میں تیزی سے بڑھتا ہوا اضافہ بھی بے روزگاری کی ایک اہم وجہ ہے اور آبادی و وسائل کی سطح سے تجاوز کر گئی ہے۔ اگر ہم بے روزگاری کے حوالے سے اپنے تعلیمی نظام کا جائزہ لیں تو یہ بھی بے روزگاری کا ایک اہم سبب ہے۔ ہمارے نوجوان طالب علم ایک مناسب پیشے کے انتخاب کے نقطہ نظر میں بھی غیر ذمہ دار ہیں کوئی

طوشکے



شریفہ حاجیانی

مسوڑھے کمزور ہوں اور دانت کمزور ہو جائیں تو خشک گلاب کے پھولوں کو پانی میں ابال کر اس سے بار بار کلیاں کریں اس کے علاوہ خشک گلاب کی پتیوں کو باریک پیس کر کپڑے میں ڈال کر چھان لیں اسے منجن کے طور پر دو بار روزانہ دانتوں پر ہلکے ہلکے برش کرتے رہیں ایسا کرنے سے دانتوں کی کمزوری دور ہو جاتی ہے اور منہ سے ناگوار مہک بھی ختم ہو جاتی ہے۔

تازہ گلاب میں قرض دور کرنے کی صفت ہوتی ہے جبکہ خشک گلاب سے قرض ہوتا ہے اگر کسی کو قرض کی شکایت ہے تو تازہ گلاب کی پتیوں کو دودھ میں ابال کر چھان لیں اور ٹھنڈا کر لیں اس کے بعد چینی ملا کر شربت کی طرح گھونٹ لے لے کر پی لیں روزانہ کھانے کا ایک چمچ ضرور پیئیں۔

سیب کے چھلکے سے نہایت خوشبودار قہوہ تیار کر سکتے ہیں۔ قہوہ بناتے وقت اس میں سیب کے تھوڑے سے چھلکے شامل کر کے جوش دیں اس میں حسب ضرورت شہد اور لیموں کا رس بھی ملا لیں۔ ذائقے میں لذیذ قہوہ بوڑھے اور کمزوروں کے لئے نہایت مفید ہے۔

ناریل اور سرکے سے بالوں کی چمک

بار بار شیمپو کرنے سے بالوں کی قدرتی چمک ختم ہو جاتی ہے جسے واپس لانا بہت مشکل ہوتا ہے۔ شیمپو اور کنڈیشنرز بالوں کو وقتی طور پر تو چمکدار بنا دیتے ہیں لیکن بالوں کی صحت میں کوئی بہتری نہیں لاسکتے۔ دھوپ، شیمپو کا زیادہ استعمال اور ڈرائر سے بال خشک کرنے کی عادت کے باعث بال قدرتی چمک سے محروم ہو جاتے ہیں جسے واپس لانے کے لئے ناریل اور سرکے کا استعمال کرنا چاہیے رات سونے سے قبل ناریل کا تیل نیم گرم کیجئے اور اسے ہلکی انگلیوں سے بالوں میں لگائیں کوشش کریں کہ تیل بالوں کی جڑوں تک پہنچ جائے صبح کسی اچھے شیمپو سے بال دھوئیں ساتھ ہی ایک جگ پانی گرم کریں اور اس میں ایک پیالی سفید سرکہ ملا دیں اس آمیزے کو ٹھنڈا ہونے دیں جب ٹھنڈا ہو جائے تو شیمپو سے دھلے بالوں پر یہ پانی آہستہ آہستہ ڈالیں اور پھر بال ٹھنڈے پانی سے دھولیں تقریباً ایک ہفتہ مسلسل ایسا کرنے سے نہ صرف بال مضبوط اور صحت مند ہو جائیں گے بلکہ ان کی اصل چمک اور طاقت بھی واپس آ جائے گی۔

صابن کا استعمال نہ کریں اور ہنفتے میں دو، تین مرتبہ ایسا کریں جلد کی خشکی دور ہو جائے گی۔

معدے کی تیزابیت، ناشتے میں دودھ استعمال کریں

طبی ماہرین نے معدے میں تیزابیت کے مریضوں کو صبح کے ناشتے میں پھلوں کا جوس پینے کے بجائے ملائی کے بغیر دودھ کا مشورہ دیا جو زیادہ بہتر ثابت ہو سکتا ہے ایک برطانوی یونیورسٹی کے ماہرین کی جاری کردہ رپورٹ میں بتایا گیا کہ جو لوگ دودھ کو وزن بڑھنے کے خوف سے نہیں پیتے وہ لاعلم ہیں حالانکہ صبح کے ناشتے میں دودھ کا استعمال زیادہ فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ رپورٹ میں بتایا گیا کہ دودھ پینے اور جوس پینے والے لوگوں کا جب بلڈ چیک کیا گیا تو معلوم ہوا کہ دودھ کی وجہ سے خون میں زہریلے مواد کی شرح زیادہ کم تھی۔

بلڈ پریشر کنٹرول کرنے کا مفید نسخہ

ہائی بلڈ پریشر کی صورت میں اپنی میڈیسن کا استعمال جاری رکھیں اور نمک و مرغن غذاؤں سے پرہیز کریں۔ بلڈ پریشر کو معمول پر رکھنے کے لئے یہ نسخہ استعمال کریں۔

☆☆☆☆

لہسن ہائی بلڈ پریشر کے لئے بہت مفید ہے اس کی پوتھی سے ایک جو ابلیں اور اس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے انہیں منقی میں لپیٹ کر صبح نہار منہ کھائیں۔ اس سے بلڈ پریشر معمول پر رہے گا۔ ایک چائے کا چمچ آملوں کا جوس اور ایک چائے کا چمچ شہد کو اچھی طرح ملا کر صبح نہار منہ استعمال کریں۔

☆☆☆☆

تلسی (پودے) کے چار اور نیم کے دو پتے صبح نہار منہ چبا کر پانی سے نکل جائیں اس سے بھی بلڈ پریشر نارمل رہے گا۔

گلاب کے فائدے

جن لوگوں کو یہ شکایت ہو کہ ان کے ہاتھ پاؤں سے آگ نکلتی محسوس ہوتی ہے۔ کیسی ہی سخت سے سخت سردی ہو یہ لوگ پاؤں لحاف سے باہر ہی نکال کر سوتے ہیں انہیں چاہیے کہ ایک کھانے کا چمچ عرق گلاب آدھے گلاس پانی میں حل کر کے اس میں چینی ملا لیں اور ٹھنڈا کر کے پی لیں۔ اس یہ شکایت دور ہو جائے گی۔

تھوڑے سے کارن فلور میں انڈے کی سفیدی مکس کر کے پیسٹ بنالیں اسے بلیک ہیڈز کی جگہ لگائیں اور خشک ہونے کے بعد چہرہ دھولیں۔

☆☆☆☆

کھانے کا سوڈا عرق گلاب میں مکس کر کے ناک پر لگائیں انگلیوں کے پوروں سے ہلکے ہلکے مساج کریں اور پانچ منٹ کے بعد دھولیں متاثرہ جگہ چمک اٹھے گی۔

☆☆☆☆

مند دھونے کے بعد ٹونڈر استعمال کریں اس کے لیے عرق گلاب بھی بہتر رہے گا اس کا اسپرے استعمال کریں۔

☆☆☆☆

اگر آپ کے نقوش موٹے اور بھدے ہیں تو پھلکری کو پانی کی مدد سے نقوش پر گڑھیں تو کچھ عرصے میں موٹے نقوش مناسب ہو جائیں گے۔

☆☆☆☆

بھنڈی پکانے کے دوران اس میں سے جو لیس نکلتا ہے اس کی وجہ سے بھنڈیاں آپس میں چپکنے لگتی ہیں لیکن اگر آپ بھنڈی پکنے کے دوران ان پر چند قطرے لیموں ڈال دیں گی تو ایسا نہیں ہوگا۔

☆☆☆☆

پیاز کی بو ہاتھوں سے جلد نکل جانے کے لیے ان پر ہلکا سا لیموں لگائیں اور چند لمحے ہاتھوں پر لیں پھر ہاتھ دھولیں۔

☆ نمک دانی میں دو تین لوگ ڈالنے سے نمک نہیں جھے گا۔ اس کے علاوہ چاول کے دانے بھی ڈال دیں۔

خشک جلد کے علاج کیلئے مفید ٹونک

اکثر خواتین و حضرات جلد کی خشکی دور کرنے کے لیے مختلف کریمیں استعمال کرتے ہیں۔ ان کے لئے یہ ٹونک بہت مفید ہے۔ آدھا کپ دودھ ابالیں اور اسے تھوڑی دیر کے لئے ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ اس دوران آپ اپنے ہاتھوں اور چہرے پر روٹی کی مدد سے نیم گرم دودھ ملتے رہیں تقریباً دس منٹ کے بعد نیم گرم پانی سے منہ دھولیں۔ اس کے بعد جو دودھ ٹھنڈا ہونے کے لیے رکھا تھا اس کے اوپر سے بالائی کی تہ اتار کر چہرے اور ہاتھوں پر لگائیں۔ جب خشک ہو جائے تو منہ دھولیں

عالم کا دسترخوان



چکن نگٹس

اجزاء:	چکن (بغیر ہڈی کی بوٹیاں) ایک کلو	نمک	لہسن پسا ہوا
طرہوں کی سفیدی	کوکنگ آئل	سفید مرچ پسٹی ہوئی	کالی مرچ پسٹی ہوئی
دو عدد	تیل کیلئے	سرکہ	سویا ساس
	ترکیب:	آ میزہ بنانے کیلئے:	میدہ
☆ چکن میں نمک، لہسن، سفید مرچ، کالی مرچ، ہر کر اور سویا	☆ حسب ذائقہ	☆ ایک کھانے کا چمچ	☆ کارن فلار
ساس لگا کر آدھے سے ایک گھنٹے کیلئے فریج میں رکھ دیں۔	☆ ایک کھانے کا چمچ	☆ آدھے چائے کا چمچ	☆ نمک
☆ آ میزہ بنانے کے لئے اٹھروں کی سفیدی پیمینٹ کر	☆ دو سے تین کھانے کے چمچ	☆ دو کھانے کے چمچ	☆ سفید مرچ پسٹی ہوئی
میدہ، کارن فلار، نمک اور سفید مرچ ملا لیں۔ اس کچھر	☆ دو کھانے کے چمچ	☆ ایک پیالی	
میں اتنا ٹھنڈا پانی ڈالیں کہ گاڑھا سا آ میزہ بن جائے۔	☆ دو کھانے کے چمچ	☆ آدھی پیالی	
☆ چکن کی بوٹیاں اس آ میزے میں ڈپ کر کے پندرہ	☆ دو کھانے کے چمچ	☆ حسب ذائقہ	
سے بیس منٹ کیلئے فریج میں رکھ دیں۔	☆ دو کھانے کے چمچ	☆ آدھے چائے کا چمچ	
☆ کڑا ہی میں کوکنگ آئل کو درمیان آئیچ پر تین سے پانچ	☆ دو کھانے کے چمچ		
منٹ تک گرم کریں اور چکن نگٹس گولڈن فرائی کر لیں۔	☆ دو کھانے کے چمچ		
☆ ٹشو پیپر یا ناکا کی کاغذ پر نکال لیں۔	☆ دو کھانے کے چمچ		

اسپائسی چکن

اجزاء:	چکن یون لیس (بغیر ہڈی) ایک کلو گرام
کچھ	300 گرام
ہری مرچیں بڑی	50 گرام
پیاز کٹی ہوئی	100 گرام
ٹماٹر کٹے ہوئے	100 گرام
کالی مرچ پسٹی ہوئی	6 گرام
نمک	5 گرام
ایجنو موٹو	6 گرام
تیل	100 ملی لیٹر

ترکیب: ایک دہلی میں چل گرم کریں اور اس میں چکن ڈال کر چار سے پانچ منٹ تک پکائیں۔ اس کے بعد اس میں تمام مصالحے، کچھ، لہسن جوں ڈال کر 2 سے 3 منٹ پکائیں اس کے بعد کٹے ہوئے ٹماٹر، پیاز کٹی ہوئی، ہری مرچیں ڈال کر مزید ایک منٹ تک پکھن دیں اور اب مزید اسپائسی چکن تیار ہے۔

سہکتی کلپیاں

سکھ.....!۔

خود پرستی انسان کی فطرت کا جزو ہے۔ ہر آدمی سکھ چاہتا ہے مگر سب کی چاہت کا انداز جدا ہے۔ کسی کو دولت میں سکھ دکھائی دیتا ہے۔ کوئی شراب و کباب کی ترنگ میں سکھ پاتا ہے۔ کچھ ایسے ہیں جو سکھ کی صورت عورت کو سمجھتے ہیں۔ ایسے بھی ہیں جنہیں انسانیت کے لئے قربانیاں دے کر سکھ ملتا ہے۔ مگر سکھ ہر ایک چاہتا ہے۔

(امتیاز احمد)

خیالات کے جھرونگے سے

- 1۔ جو ہر وقت شکوے شکایتیں کرتا رہتا ہے اس کی مصیبتیں بڑھ جاتی ہیں اور جس کا دعاؤں پر سے یقین اٹھ جائے وہ مایوسی کی دلدل میں دھنس جاتا ہے۔
- 2۔ والدین ہماری روح کا حصہ ہیں اور ہم اپنے والدین کے وجود کا حصہ ہیں۔
- 3۔ باصلاحیت لوگ تعریف کے کھنجر نہیں ہوتے۔
- 4۔ اولاد کے دکھ والدین کی روح کو زخمی کر دیتے ہیں۔
- 5۔ اس محبت کی پاسداری ضرور کرو جو خدا کو تمہاری ذات سے ہے۔
- 6۔ اگر آپ اپنا اعتماد بحال رکھنا چاہتے ہیں تو پھر لوگوں پر ضرورت سے زیادہ اعتماد نہ کریں۔
- 7۔ جس شخص کو اس کا اخلاق باوقار نہ بنا سکا تو اس کو روپیہ پیسہ اور حسب و نسب کچھ فائدہ نہ دے گا۔
- 8۔ غم کا وہ جس میں آپ کا رجوع اللہ پاک کی طرف ہو جائے خوشی کے اس لمحے سے ہزار درجے بہتر ہے کہ جس میں آپ اپنے خالق کو بھول جائیں۔
- 9۔ خوشیاں اپنے مقدروں سے ملتی ہیں نہ کہ بھیک مانگے۔
- 10۔ آدمی کا انتخاب بھی اس کا مقدر ہوتا ہے۔

(زیبت ہاشم)

اس کی جدائی کا سبب فقط میں نہیں
سوا میرے جانے کس کس نظر میں ہے وہ
فقط اتنا ہی معلوم ہو جائے فرخ
اسے مل گئی منزل یا سفر میں ہے وہ
شاید زمانے کے جھیلوں میں گھر اہو
ہوگا نگوں ساریا اب بھی فخر میں ہے وہ

(میر سوریا)

اچھی نہیں لگتیں

مجھے بے ہنگم سے آوازیں اچھی نہیں لگتیں
طاری ہو جائیں صدائیں اچھی نہیں لگتیں
آنکھوں سے بیاں ہو جائیں جو
دل کی آہیں اچھی نہیں لگتیں
بے خیالی سے آجائے خیال کسی کا تو
اس شخص کی ادائیں اچھی نہیں لگتیں
بکھیر دیں ہر چیز کو اک پل میں وہ
بے پرواہی ہو جائیں اچھی نہیں لگتیں

(عارف بالا گام والا)

چپل

ایک رات کسی موٹی عورت کے گھر چور گھس آیا۔ وہ چوری کر کے
واپس جانے لگا تو عورت کی آنکھ کھل گئی اور وہ چور کو پکڑنے کے
لیے اس کے پیچھے لپکی۔ چور گھبراہٹ کے مارے گر پڑا تو وہ
موٹی عورت چور کی کمر پر کھڑی ہو گئی اور شوہر سے کہا۔
”جلدی سے تھانے جا کر پولیس کو بلا لاؤ۔“
شوہر کافی دیر چپل تلاش کرنے کے بعد بولا ”بیگم! میری چپل
نہیں مل رہی۔“
”اللہ کے بندے! میری چپل پہن کر جلدی سے جاؤ۔“ چور نے
بلبلاتے ہوئے کہا۔

(حسین شیروانی)

کرم کے قابل

کرم دنوازش کے قابل کہاں ہیں ہم یہ تیرا ہی کرم ہے اس قابل
سمجھتا ہے یقیناً برائی تو ایک بہت بری چیز ہے لیکن گناہوں سے
بچا یا تو اس قابل سمجھتا ہے
بڑے بے ادب ہیں ہمیں ادب کرنا نہیں آتا تو ہی ہے جو گنہگار کو
بخشش کے قابل سمجھتا ہے بہت ہی بے آبرو سو اہوئے زمانے
میں تو ہی تو ہے جو ہمیں عزت کے قابل سمجھتا ہے
دنیا ایک جہنم ہے جس میں ہم حریض لوگ تو ہی آقا ہمیں محبوب کا
امتی سمجھتا ہے گرد و نواح میں دشمن چھپے ہوئے ہیں بہت مگر ان
کے شر سے بچنا تو ہی سمجھتا ہے گنہگار ہیں ہم اور ہم
نادم بھی بہت ہیں گناہ کو بخش کر ہمیں جنت کے قابل سمجھتا ہے
شاعر سلیم بیگ ہمدانی، کراچی

خوشخبری

ایک صاحب نجومی کو ہاتھ دکھانے لگے۔ نجومی نے ان کا ہاتھ
دیکھ کر کہا ”آپ کا بڑھا پانہایت سکون و آرام سے گزرے گا۔“
صاحب خوش ہوتے ہوئے بولے ”تو کیا واقعی میری بیگم مجھ
سے پہلے اس جہاں سے کوچ کر جائے گی؟“
(سادہ مین)

بہادری

دونوں آپس میں لڑ پڑے، دونوں کو افسر کے سامنے پیش کیا گیا۔
اس نے دونوں کو کورٹ مارشل کرتے ہوئے کہا۔
”دفع ہو جاؤ۔ ہمیں لڑنے والے سپاہی نہیں چاہیں۔“
(عرفان مین)

” ”
” ”

کوئی پتہ نہ خبر میں ہے دو.....
ناجانے کس کے گھر میں ہے وہ

سنگ مرمر سے تراشیدہ ہاتھ



ہاتھوں کی دیکھ بھال

گھر بیو کا م کاج کے باعث ہاتھ کھدرے ہو جاتے ہیں اس لئے ان پر کسی کریم یا لوشن کا استعمال باقاعدگی سے کریں۔ لیموں یا سرکہ کا استعمال بھی ہاتھوں کو قابل دید بنا تا ہے اس لئے لیموں کو باورچی خانہ میں ہر وقت رکھیں۔ اس لئے لیموں کا عرق ہاتھوں کو نرم، سفید اور ناخنوں کو صاف کرتا ہے۔ استعمال شدہ لیموں کے نصف کلوں کو بھی اپنے ہاتھوں پر اور کہنیوں پر ملیں یہ عمل آپ دن میں کسی وقت بھی کر سکتی ہیں۔ شہد اور سنگترے کے عرق کو بھی اگر مساوی مقدار میں ملا لیا جائے تو اس سے بھی ہاتھ نرم پڑ جاتے ہیں۔

ہاتھوں کی حفاظت کے گھر بیو نئے

چند دیسی اور گھر بیو نئے استعمال کر کے ہاتھوں کے حسن کو دوبالا کیا جاسکتا ہے یہ نئے بہت سستے اور مفید ہیں۔

- 1- عرق لیموں میں گلیسرین ملا لیں ایک چھوٹی چمچی بورک الینڈ ڈال کر تینوں کو یک جان کر لیں اور شیشی میں بھر کر رکھ لیں۔ ہاتھ دھونے کے بعد دو تین مرتبہ استعمال کریں۔ یہ ہاتھوں کی جلد کو چکنا، نرم اور رنگ نکھارنے کے لئے بے مثال ہے۔
- 2- رات کو سوتے وقت خاص بادام کے روغن سے ہاتھوں کی مالش کریں۔
- 3- عرق گلاب، عرق لیموں اور گلیسرین ملا کر ایک شیشی میں بھر لیں دن میں چار دفعہ اس کے قطرے ہاتھوں میں ملیں۔
- 4- لیموں کے عرق اور سرکہ اگر برابر مقدار میں ملا لیا جائے تو اس سے ہاتھوں کو سفید کرنے کا لوشن بن جاتا ہے۔

ہاتھوں پر ملنے والی کریم

یہ کریم آپ گھر پر تیار کر سکتے ہیں جو کہ بازاری کریم سے زیادہ موثر ہوگی ایک انڈے کی زردی لیں روغن بادام کے سات قطروں میں ملا کر اسے گرم کریں اس میں عرق گلاب کا ایک بڑا

ہاتھوں پر حفاظتی کریم لگائیں جس میں چکنائی کم ہو اس مقصد کے لئے کئی قسم کی پیسڈ کریم اور لوشن بازار میں دستیاب ہیں جن کی خوشبو اچھی ہوتی ہے پیسڈ کریم یا لوشن کی دن میں دو یا تین مرتبہ مالش کریں۔ خاص طور پر کپڑے دھونے کے بعد کریم لگائیں کیونکہ صابن یا واشنگ پاؤڈر کپڑوں کے میل کچیل کے ساتھ ساتھ ہاتھ میں پیدا ہونے والے روغنیات اور چکنائی کو ختم کر دیتا ہے صابن اور پاؤڈر میں پائے جانے والا کاسٹک سوڈا ہاتھوں میں ملائمت اور خوبصورتی کے لئے تباہ کن ہے۔ ہاتھ آرائش حسن کا حصہ ہوتے ہیں اس لئے ان کی بھی دیکھ بھال اتنی اہمیت کی حامل ہے جتنی آپ اپنے چہرے کی کرتی ہیں چہرے کو تو میک اپ کے ذریعے پرکشش بنایا جاسکتا ہے مگر ہاتھوں کو قابل دید بنانے کے لئے ان کی دیکھ بھال بہت ضروری ہے تاکہ حسن اور صفائی کی اہمیت کا احساس پیدا ہو۔

اگر قدرت نے آپ کو خوبصورت ہاتھ عطا کئے ہیں تو شکر گزار ہوں اور ان کی اچھی طرح سے حفاظت کریں تاکہ ان کا قدرتی حسن برقرار رہے۔ اکثر اوقات لا پرواہی کے باعث نوجوان عورتوں کے بھی ہاتھوں میں جھریاں پڑ جاتی ہیں ہاتھوں کی حفاظت کے سلسلے میں پہلا قدم تو یہ ہے کہ انہی بالکل صاف ستھرا رکھیں۔ ناخنوں کو دانٹوں سے چباننا نہ صرف بری عادت ہے بلکہ اس سے ہاتھوں کی وضع بھی بد نما دکھائی دیتی ہے۔ اس عادت کو ترک کرنا ہی بہتر ہوتا ہے اس عادت سے چھڑکا حاصل کرنے کے لئے ناخنوں پر گہرے سرخ رنگ کی نیل پاش لگائیں تاکہ جب بھی آپ ناخنوں کو چبانے کی کوشش کریں گی تو اس کا سرخ رنگ اور تلخ مزہ چبانے کی حرکت سے باز رکھے گا۔ رفتہ رفتہ ناخنوں کا شعور پیدا ہوتے ہی آپ خود ہی ناخنوں کا لاشعوری طور پر چباننا چھوڑ دیں گی۔ ناخنوں کی لمبائی کم رکھیں اور ان کو بیضوی شکل کا رکھیں۔

شخصیت

کو خوبصورت بنانے میں دوسری چیزوں کے علاوہ ہاتھ بڑی اہمیت رکھتے ہیں کوئی خوشی کی تقریب ہو یا غم کی محفل میں سلام، دعا اور مزاج پر سی کے دوران سب سے پہلے ہاتھوں پر نظر پڑتی ہے ہاتھوں کو دیکھ کر ہی شخصیت اور عمر کا اندازہ لگایا جاسکتا ہے بعض ہاتھ اتنے سڈول اور خوبصورت ہوتے ہیں کہ انہیں بار بار دیکھنے کو دل چاہتا ہے وہ اپنی خوبصورتی خود بیان کر رہے ہوتے ہیں۔ بعض خواتین اپنے چہرے اور تو خاطر خواہ توجہ دیتی ہیں لیکن ان کے ہاتھ ان کی توجہ سے محروم ہوتے ہیں۔ چہرے کو تروتازہ رکھنے کے ساتھ ہاتھوں پر توجہ دینی بھی ضروری ہے کیونکہ جب آپ بولتی ہیں تو آپ کے چہرے کے ساتھ ساتھ ہاتھ بھی پیغام رسائی کر رہے ہوتے ہیں اچھے خوبصورت اور صاف ستھرے ہاتھوں پر سچے زیور مثلاً انگوٹھی، چوڑیاں، کلائی بندے، کڑے، ننگن، بھی خوبصورت سمجھے جاتے ہیں اس لئے آپ اپنے چہرے کے ساتھ اپنے بالوں پر بھی توجہ دیں۔

بعض خواتین کے ہاتھوں میں سیاہ لیکریں پڑی ہوتی ہیں ناخنوں کے پوروں کے درمیان میں گوشت کے ساتھ میل کی سیاہ تہ ہے ناخن بڑا تو لٹے جاتے ہیں لیکن وہ میل سے اٹے ہوئے ہوتے ہیں ایسے ہاتھوں کو دیکھ کر کراہت محسوس ہوتی ہے۔

ہاتھوں کی بناوٹ اور ساخت اٹھائیں مختلف ہڈیوں سے وجود میں آئی ہے جس میں دیگر حصوں کی نسبت ہاتھوں کی جلد کے نیچے بہت چکنے مادہ کو پیدا کرنے والے مواد موجود ہوتے ہیں لہذا انہیں مصنوعی طریقے سے چکنائی فراہم کرنی چاہئے تاکہ گھر کے کام کاج سے ہاتھوں کے قدرتی روغنیات ضائع ہوتے ہیں ان کا ازالہ کیا جاسکے کپڑے دھوتے وقت، برتن صاف کرتے وقت یا گھر کی جھاڑ پونچھ کرتے وقت دستاں استعمال کرنے چائیں۔ اگر دستاں استعمال نہ کریں تو پھر کام کرنے سے قبل

لطیف

ایک آدمی مست سڑک پر پڑا تھا۔ تب ہی ایک پولیس والے نے کہا کہ یہاں کیوں کھڑا ہے؟ وہ شخص بولا: اس وقت ساری دنیا میری آنکھوں کے سامنے گھوم رہی ہے اپنا گھر آتی ہے ہی گھس جاؤنگا۔

☆☆☆

اسحاق: کہو یار! تم نے امتحان کی تیاری مکمل کر لی۔

الطاف: ہاں بالکل۔

اسحاق: کیا کیا تیاری کی۔

الطاف: دو نئے سوٹ اور جوتوں کے چار جوڑے بنوا لیے ہیں۔

محمد اسحاق احمد، احمد پورہ کالونی نظام آباد۔

☆☆☆

استاد: بتاؤ 2005ء کے بعد کیا ہوگا؟

شاگرد: سر 2006ء ہوگا جس میں آپ کی نوکری ختم ہو جائے گی۔

☆☆☆

ماں: شہینہ یہ بلی کیوں مر گئی؟

شہینہ: میں نے بلی کو نہلا کر نچوڑ دیا تھا۔

☆☆☆

ایک صاحب ڈینگے مار رہے تھے میں ہمیشہ دوڑ میں پہلا نمبر لاتا ہوں ان کے دوست نے کہا ٹھیک ہے آپ وہ لال لائٹ چھو کر آجائیں، تین دن کے بعد وہ صاحب اپنے دوست کے گھر آئے کپڑے پھٹے ہوئے، ہاتھ پاؤں دھول میں اٹے ہوئے، آتے ہی اپنے دوست پر برس پڑے کہ یار تو نے مجھے ٹرک کی لال لائٹ کے پیچھے دوڑا دیا۔

☆☆☆

تماشائی! اچھا تو یہ ہے وہ خوفناک اور دہشت ناک تصویر جو آپ نے بنائی ہے۔

مصور: معاف کیجئے گا، آپ آئینے کے سامنے کھڑے ہیں۔

مبشر العابدین، ثنا پرائمری اسکول، ناندیڑ۔

☆☆☆

ایک موٹر سائیکل پر تین آدمی بیٹھے جا رہے تھے راستے میں ایک پولیس والے نے ان کو پکڑ لیا اور پوچھا، ایک موٹر سائیکل پر تین تین سوار کیوں ہو؟

ایک نے جواب دیا، ”ہمارا چوتھا ساتھی اپنے گاؤں گیا ہوا ہے۔“ سید و ہاج، سید اسلم، محمد عمر الدین، محمد اولیس، شیخ احمد، شیخ ظہیر، گورنمنٹ جونیر کالج بھینہ۔

شہینہ شکور

بزدلی: اعتماد اور بلند حوصلے سے اس کا خاتمہ ممکن ہے

عطیہ حبیب

سہیل چھوٹا سا تھا اور اس کی بے ضرر شرارتیں سب کو بہت پسند آتی تھیں۔ جو بھی اس سے ملتا اس کی معصومیت سے ضرور متاثر ہوتا اور فوراً دوستی بھی کر لیتا۔ آج سہیل بہت خوش تھا اس کے ماموں بیرون ملک سے واپس انڈیا آ رہے تھے۔ سہیل کی ان سے بہت دوستی تھی۔ وہ اپنے ماموں کا لاڈلا تھا۔ وہ اس کے لیے نئے اور خوبصورت کھلونے بھی لاتے تھے۔ چاکلیٹ اسے زیادہ پسند نہیں تھی کیونکہ اسے معلوم تھا کہ زیادہ چاکلیٹ کھانے سے دانت خراب ہو جاتے ہیں۔

سہیل میں بس ایک یہی خرابی تھی کہ وہ ہر چیز سے بہت جلدی خوف زدہ ہو جاتا تھا۔ سہیل کی اس عادت کی وجہ سے اسکے ہم جماعت بہت فائدہ اٹھاتے تھے۔ وہ اکثر اسے ڈرا دھمکا کر اس کا لہجہ بکس کھا جاتے تھے اور وہ صرف دیکھا جاتا تھا۔ اب سہیل نے سوچ لیا تھا کہ وہ ضرور ان لڑکوں کی شکایت اپنے ماموں سے کرے گا۔ آج بھی صبح سویرے اٹھ گیا کیونکہ اس کے ماموں آ رہے تھے۔ وہ اپنے والد کے ساتھ انہیں لینے ایئر پورٹ پہنچ گیا ماموں سے مل کر اسے بہت خوشی ہوئی اور وہ تمام راستے ان سے باتیں کرتا رہا۔ ماموں نے

اسے کھلونے دیے جنہیں دیکھ کر وہ بہت خوش ہوا۔

اگلے دن وہ اسکول گیا لیکن جب واپس آیا تو خاموش خاموش تھا۔ ماموں نے اسے اداس دیکھ کر وجہ پوچھی تو اس نے بتایا کہ میری جماعت میں چند بگڑے ہوئے لڑکے ہیں اور وہ اکثر مجھے تنگ کرتے ہیں۔ میرا کھانا بھی کھا جاتے ہیں اور میں کسی سے شکایت بھی نہیں کر پاتا۔ ماموں نے اسے پیار سے دلا دیتے ہوئے کہا کہ اگر تم اعتماد اور حوصلے سے کام لو تو ان لڑکوں کا مقابلہ کر سکتے ہو کیونکہ وہ صرف تمہارے ڈرنے کی وجہ سے تیز بنتے ہیں بس تم ہمت کرو پھر دیکھنا وہ کس طرح سیدھے ہوتے ہیں۔

ماموں کی باتوں نے سہیل پر بہت گہرا اثر ڈالا مگر یہ اثر محض وقتی تھا۔ اگلے دن جب وہ لڑکے سہیل کے سامنے آئے تو وہ گھبرا گیا اور انہیں کچھ نہ کہہ سکا۔ اب سہیل نے سوچا کہ وہ اس بات کا ذکر کسی سے نہیں کرے گا۔ وہ خاموشی سے اپنے ماموں کے پاس جا کر کمرے میں بیٹھ گیا۔ اس کے ماموں اپنا پسندیدہ پروگرام ریسلنگ دیکھ رہے تھے۔ سہیل نے آج پہلی مرتبہ اتنی دلچسپی سے یہ پروگرام دیکھا تھا۔ اسے ریسلنگ دیکھنے میں بہت لطف آیا۔ اس نے اپنے ماموں سے پوچھا ”ماموں یہ کیسا کھیل ہے؟“

شیطانی کام

وسیم اختر

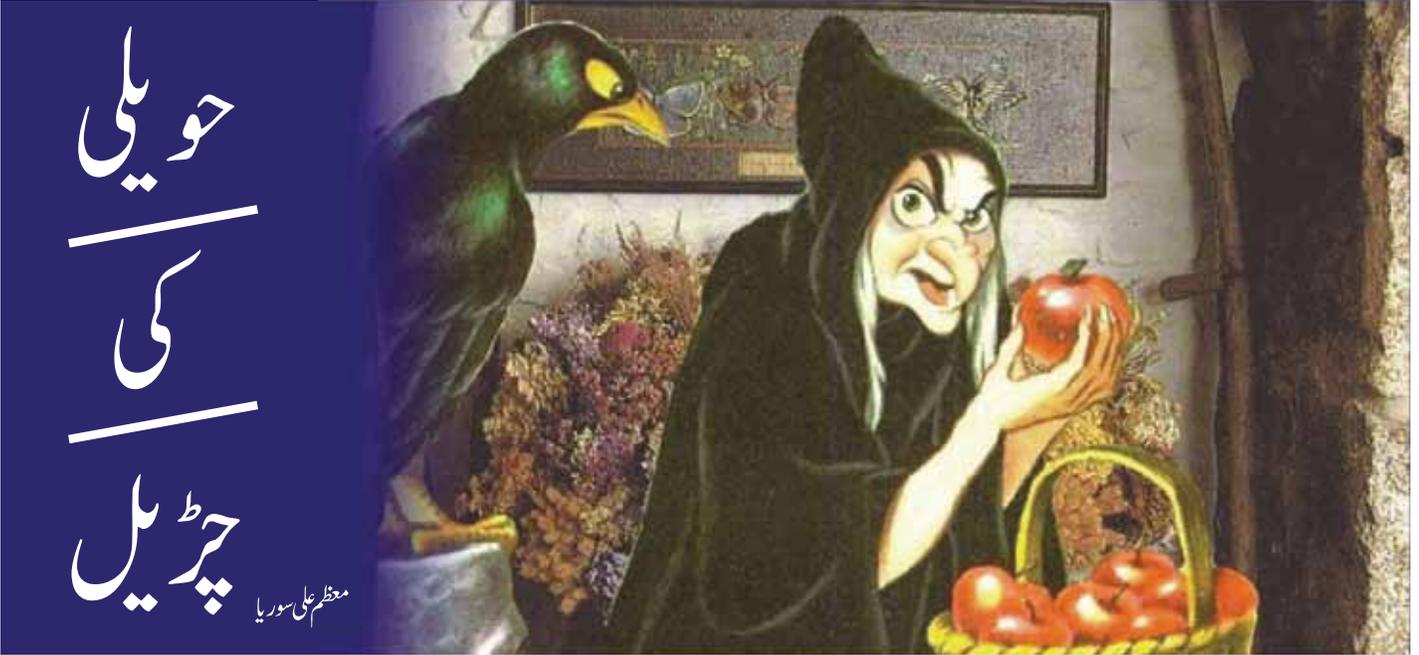
کچھ لوگوں کی عادت ہوتی ہے، بھری مجلس میں بیٹھ کر کھسر پھسر کرتے ہیں۔ ایک دوسرے کے کان میں سرگوشیاں کرتے ہیں یا ایک آدمی دوسرے کو محفل سے نکال کر ایک طرف لے جاتا ہے اور کاناپھوسی شروع کر دیتا ہے۔ یہ طریقہ آداب محفل کے خلاف ہے۔ عام طور پر ان مواقع پر کی جانے والی غیبت اور برائی پر مشتمل ہوتی ہیں اور دیکھنے والا بھی برا محسوس کرتا ہے۔ کبھی وہ سمجھتا ہے کہ شاید یہ دونوں میرے خلاف کوئی سازش کر رہے ہیں۔ یوں بدگمانیاں اور تلخیاں پیدا ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اسے ایک شیطانی کام قرار دیا ہے جو اہل ایمان کو رنجیدہ کرنے کے لیے کیا جاتا

ہے۔ ہمارے پیارے نبی ﷺ نے فرمایا: ”جب تین آدمی مل کر بیٹھے ہوں تو ایک کو چھوڑ کر وہ آپس میں سرگوشیاں کرنی نہ شروع کر دیں کیونکہ اس سے تیسرے بھائی کو تکلیف ہوگی۔“ ہاں اگر کوئی دوسرے کو صدقہ و خیرات کرنے کی یا کسی ساتھی کے ساتھ بھلائی کرنے کی تلقین کرے تو کوئی حرج نہیں کبھی لوگوں میں صلح صفائی کرانے کے لیے بھی یہ طریقہ اختیار کیا جاتا ہے۔ قرآن مجید میں ہے: ”جو اللہ کی رضا جوئی کے لیے ایسا کرے گا، اسے ہم بڑا اجر عطا کریں گے۔“ پھر یہ بھی کہ اللہ تعالیٰ سنتا اور جانتا ہے، چاہے ہم کتنی خفیہ اور رازدارانہ گفتگو کر لیں، وہ ہمارے ایک ایک لفظ کو سن لے گا اور اگر کوئی بری یا فساد پھیلانے والی بات ہوگی تو ویسی ہی سزا دے گا۔



بچوں کا عالم



حویلی
کی
چڑیل

معظم علی سوریا

مارنے کے لیے سامان بھی تیار کر رکھا تھا۔ اس نے ایک نارنج، ایک لکڑی، مٹی کا تیل اور ایک ماچس اپنے پاس رکھ لی اور صبح ہونے کا انتظار کیا۔ جوں ہی صبح ہوئی۔ دانیال، اقراء کو لے کر حویلی میں داخل ہو گیا۔ وہاں پہلے جیسا سنا تھا۔ اس حویلی میں ایک غار نما کمرہ تھا جہاں سے دھواں نکل رہا تھا۔ وہ دونوں وہاں گئے۔ انہوں نے اندر جھانکا تو دیکھا کہ ایک بہت ہی ڈراؤنی چڑیل سو رہی تھی۔ دانیال نے جلدی سے اس لکڑی پر تیل ڈالا اور اسے آگ لگا دی۔ اقراء نے بھی نارنج سنبھالی مگر جوں ہی آگ جلی، چڑیل اٹھ گئی اور چیخیں مارنے لگی۔ اس کی شکل ہی ڈراؤنی تھی۔ بڑے بڑے ناخن، نہایت کی کھداری جلد، سرخ آنکھیں اور پاؤں لٹے تھے۔ دانیال آگے بڑھا اور جلتی ہوئی لکڑی اس کے جسم سے لگا دی۔ دیکھتے ہی چڑیل چند لمحوں میں راکھ کا ڈھیر ہو گئی۔ چڑیل کے مرتے ہی دھواں پھیلنے لگا اور حویلی ایک میدان میں تبدیل ہو گئی جہاں صرف دانیال، کزلہ اور اقراء کھڑے تھے۔ پھر وہ سب گھر چلے گئے ان کے صحیح سلامت لوٹ آنے پر ان کے والد بے حد خوش ہوئے۔

لوگوں نے مشہور کر رکھا تھا یہاں جنوں اور چڑیلوں کا بسیرا ہے۔ جب کزلہ اور اقراء تک یہ خبر پہنچی تو انہوں نے فیصلہ کیا کہ کچھ بھی ہو ہم دونوں ان باتوں کو غلط ثابت کر دیں گے۔ چنانچہ ایک دن وہ دونوں حویلی پہنچ گئیں۔ جب وہ حویلی میں داخل ہوئیں تو وہاں ہر طرف سناٹا تھا۔ ابھی وہ دونوں یہ سوچ رہی تھیں کہ ”لوگ جھوٹ بولتے ہیں یہاں تک کچھ بھی نہیں ہے“ کہ انہیں انسانوں کی دلخراش چہچیں سنائی دیں۔ وہ دونوں ڈر کے مارے بھاگنے لگی تھیں کہ اچانک کزلہ کا پاؤں پھسل گیا۔ اقراء نے پیچھے دیکھا تو وہاں کوئی نہ تھا لیکن ساری حویلی میں ہر طرف دھواں تھا اور چڑیلوں کی چہچیں سنائی دے رہی تھیں۔ ڈر کے مارے اقراء بہت تیزی سے بھاگتی چلی گئی۔ اچانک اس کے کپڑے جھاڑوں میں الجھ گئے اور وہیں گر کر بے ہوش ہو گئی۔ جب اقراء کو ہوش آیا تو رات ہو چکی تھی۔ وہ بڑی مشکل سے گھر پہنچی جہاں اس کا بھائی اور باپ بہت پریشان بیٹھے تھے۔ انہوں نے اس سے کزلہ کے بارے میں پوچھا تو اقراء نے انہیں سب بتا دیا۔ دانیال نے وعدہ کیا کہ وہ اپنی بہن کو ضرور چھڑا کر لائے گا۔ ساری رات وہ جاگتے رہے، دانیال نے اس چڑیل کو

ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ دور پہاڑوں میں ایک سرسبز گھنا اور خوبصورت جنگل تھا جہاں تمام جانور اور پرندے ہنسی خوشی اور اتفاق سے رہتے تھے۔ اگر کسی کو کوئی تکلیف ہوتی تو سب ملکر اس کی تکلیف یا پریشانی دور کر دیتے تھے۔ اسی جنگل میں ایک چرواہا اپنے تین بچوں کے ساتھ رہتا تھا۔ اس کے بچوں میں ایک بیٹا اور دو بیٹیاں تھیں۔ اس کے بیٹے کا نام دانیال تھا، ایک بیٹی کا نام کزلہ اور ایک نام اقراء تھا۔ دانیال پانچویں جماعت میں پڑھتا تھا۔ کزلہ اور اقراء دونوں تیسری جماعت میں پڑھتی تھیں۔ وہ تینوں شہر میں پڑھنے جاتے تھے اور تینوں ہی اپنی اپنی کلاسوں میں پہلی پوزیشن حاصل کرتے تھے۔ وہ سبھی بہت لائق تھے۔ وہ تینوں جب اسکول سے واپس آتے تو جنگل میں پھل توڑنے کے لیے جاتے تھے جنہیں وہ شہر لے جا کر بیچ آتے۔ وہ تینوں ان پیسوں سے اپنی ضرورتیں پوری کرتے۔ وہ تینوں جنگل سے لکڑیاں بھی لے آتے۔ پھر کزلہ اور اقراء مل کر کھانا بناتیں کیونکہ ان کی ماں فوت ہو گئی تھیں اور وہ دونوں جیسے تیسے کھانا تیار کر لیتی تھیں۔ اسی جنگل میں کچھ اور لوگ بھی رہتے تھے اور ایک بہت بڑی حویلی بھی تھی۔ جس کے بارے میں

غصے سے نمٹنا:

جب ہم اپنے جذبات پر قابو کی بات کرتے ہیں تو اس میں غصہ وہ بنیادی چیز ہے جس پر ہمیں کنٹرول کرنا ہے کیونکہ غصہ وہ عمل ہے کہ اگر آپ نے اس پر قابو پانا سیکھ لیا تو بلاشبہ یہ بات کہی جاسکتی ہے کہ آپ کو اپنے اوپر بہت اختیار حاصل ہے یا آپ کی اختیاری قوت بہت مضبوط ہے۔ دراصل اختیار، مزاج یا پسند کے خلاف کوئی بھی بات غم و غصے کا سبب بن سکتی ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں لیکن یہ کیفیت ایسی ہے کہ معاشرے میں آپ کے لیے زیادہ تر مسائل ہی پیدا کرتی ہے۔ اگر آپ کے دوستوں کو یہ معلوم ہو کہ کوئی بھی بات آپ کے مزاج کو برہم کر سکتی ہے تو وہ آپ سے کبھی قریب نہیں ہو سکیں گے۔ دوسروں اور آپ کے درمیان ہمیشہ ایک خلیج برقرار رہے گی۔ آپ کبھی پسندیدہ شخصیت میں شمار نہیں ہوں گے۔ غصہ وہ عمل ہے کہ اس سے کوئی اور نہیں سب سے زیادہ نقصان آپ کی ذات ہی کو پہنچتا ہے۔ یہ ممکن ہے کہ بہت سے لوگ آپ کی طاقت ور پوزیشن یا عہدے کے باعث آپ کا غصہ برداشت کرنے پر مجبور ہوں لیکن اس طرح آپ ان بہت سے لوگوں کو ذہنی انتشار کی طرف دھکیل رہے ہوتے ہیں۔ دوسروں کے دل میں اپنی نفرت کے بیج بوری ہو رہے ہوتے ہیں اور یہ رجحان بہت خطرناک ہے۔ یہ آپ کی ترقی، آپ کی سماجی مقبولیت اور آپ کی صحت کے لیے بھی خطرہ ہے۔ ہر شخص آپ کی پسند اور موڈ کا تابع نہیں ہو سکتا۔ دوسروں پر حکم چلانے کا اور انہیں اپنی سوچ کے تابع کرنے کا خیال دل سے نکال دیں۔ ماہرین نفسیات کا کہنا ہے کہ غصہ وہ شدید رد عمل ہے کہ اگر فوری نقصان کا باعث نہ بھی بنے تو اس کے اثرات بہت دیر تک رہتے ہیں خود کو یقین دلائیں کہ آپ ایک سمجھدار اور شائستہ انسان ہیں۔ یہ عمل آپ کو ذہنی طور پر بہتر رویہ پر مائل کرے گا۔ اس کے ساتھ ہی آپ اپنا تجربہ کریں کہ آپ کو کیوں چھوٹی چھوٹی باتوں پر غصہ آنے لگا ہے۔ آپ دوسروں پر برہم کیوں ہو جاتے ہیں؟ کیا اس کے بغیر کام نہیں چلے گا؟ کیا آپ اپنی مرضی کے نتائج حاصل کرنے کے لیے دوسرے طریقے استعمال نہیں کر سکتے۔ جو کام محبت و پیار سے ہو سکتا ہے اس کے لیے چیخنے چلانے کی کیا ضرورت ہے؟ دیکھیں غصہ اگر آپ کبھی بکھار کرتے ہیں اور جائز بات پر کرتے ہیں تو اسے قابل قبول سمجھا جاسکتا ہے اور ہو سکتا ہے کہ اس کے بہتر اثرات نظر آئیں لیکن اگر آپ نے غصے کو معمول بنا رکھا ہے یا یہ آپ کی شخصیت کا حصہ بن کر رہ گیا ہے تو آپ کا یہ غصہ دوسروں کی نظروں میں کوئی اہمیت نہیں رکھتا۔ ہو سکتا ہے کہ لوگ اسے نفسیاتی مسئلہ قرار دے دیں، جس کے امکانات بھی بہر حال موجود ہیں۔



اپنے دوستوں سے کریں۔ انہیں اپنا حال دل سنا سکیں۔ ان سے بات کریں۔ اپنے دل کا بوجھ ہلکا کریں۔ ہو سکتا ہے کہ ان سے بات کر کے آپ کو اطمینان حاصل ہو آپ پر سکون ہو جائیں۔

احساس ندامت:

انسان غلطی کا پتلا ہے وہ اپنی زندگی میں غلطیاں کرتا ہے اور سیکھتا ہے۔ ایسی ہی غلطیاں بعض اوقات ہمارے لیے ندامت اور پریشانی کا سبب بن جاتی ہیں۔ یہ احساس جب حد سے بڑھنے لگتا ہے تو انسان مستقل پریشان اور بے چین رہنے لگتا ہے۔ یہاں تک کہ اس کا سارا سکون غارت ہو جاتا ہے۔ اس احساس ندامت کی بھی کئی شکلیں ہوتی ہیں۔ اگر تو یہ عام نوعیت کا یعنی آپ کی غلطی کی سنگینی کم نوعیت کی ہے تو آپ اسی اعتبار سے نادم ہوں گے لیکن اگر کسی شخص نے خدانخواستہ کسی شخص کی جان لی ہے، کروڑوں روپے کے گھیلے کئے ہیں، سرکاری خزانے کو دونوں ہاتھوں سے لوٹا ہے تو ایسی صورت میں ضمیر پر بوجھ بھی افعال کی مناسبت ہی سے ہوگا تاہم اگر آپ کسی چھوٹی موٹی بات پر نادم ہیں اور وہ بات واقعی ندامت کا باعث ہونی چاہیے تو اس کی تلافی ہو سکتی ہے۔ آپ نے مثال کے طور پر کسی کا دل دکھایا ہے یا کوئی غلط بات کہی ہے اور آپ کو اس پر ندامت ہو رہی ہے تو آپ متعلقہ شخص سے معذرت کر کے اس کو پہنچنے والے نقصان کا ازالہ کر سکتے ہیں۔

ہونے کے باوجود اس باتوں پر پریشان رہتے ہیں جن کے بغیر بھی اچھی خاصی اور آرام دہ زندگی گزر رہی ہوتی ہے۔ ایسے لوگوں کے لیے ماہرین نفسیات اس بات پر زور دیتے ہیں کہ انہیں چاہیے کہ وہ اس بات پر شکر ادا کریں جو انہیں حاصل ہے۔ بڑی خوشی کی کوشش میں چھوٹی خوشیاں ضائع نہ کریں۔ دوسرے لوگوں کی زندگی کو کبھی آئیڈیل نہ سمجھیں۔ زندگی وہی ہے جو آپ گزار رہے ہیں۔ اپنی خوشیوں کو اپنے وسائل کے اندر رہ کر تلاش کریں۔ یقین کریں کہ آپ حیران ہو جائیں گے کہ آپ نے خواہ مخواہ ماہرین کا لبادہ اوڑھ رکھا ہے۔ آپ کو احساس ہوگا کہ آپ تو ہزاروں سے بہتر ہیں۔ اگر اللہ نے آپ کو تندرستی بھی دی ہے تو یہی ایک اتنی بڑی نعمت ہے جو آپ کو خوش رکھ سکتی ہے۔ احساس محرومی سے حالات نہیں بدلنے والے۔ یہ بات بھی آپ کے ذہن میں ہونی چاہیے۔ حالات اسی وقت بدلتے ہیں جب آپ اس کے لیے سعی اور کوشش کرتے ہیں، ان کے لئے آپ کو محنت کرنا ہوگی۔ خالی سوچنے سے کبھی کچھ نہیں ہوتا۔ آپ کتنا بھی اچھا سوچ رہے ہوں لیکن جب تک اس کے ساتھ عمل شامل نہیں ہوگا آپ کی سوچ کی کوئی وقعت نہیں ہے۔ جب آپ اپنی کوشش کر چکے اور جو کچھ ہوتا ہے اس پر آپ کا اختیار نہیں ہے تو اس پر آپ مضطرب کیوں ہیں؟ جب آپ یہ بات سمجھ لیں گے تو اس سے آپ کی بے چینی کم ہو جائیگی۔ پھر بھی آپ کسی چیز کے بارے میں بہت زیادہ مضطرب ہوں، آپ کو احساس محرومی شدید ستار ہا ہو تو اس کا ذکر

اپنے جذبات قابو میں رکھیں

ہم اپنے آپ کو اس قابل بنا سکتے ہیں کہ شدید دکھ، رنج اور دیگر منفی کیفیات کے نقصان دہ اثرات سے خود کو بہت حد تک بچالیں۔

سعد سلیم

شخص کا زندگی گزارنے کے حوالے سے اپنا ایک سوچنے کا انداز ہوتا ہے لیکن اتنا ضرور ہے کہ ہم خود کو حالات کے مطابق لڑنے اور اس سے نمٹنے کا ہنر سیکھ سکتے ہیں۔ ہم اپنے آپ کو اس قابل بنا سکتے ہیں کہ شدید دکھ، رنج اور دیگر منفی کیفیات کے نقصان دہ اثرات سے خود کو بہت حد تک بچالیں۔ اس کے لیے ہم چند ان عوامل کا ذکر کریں گے جن سے اکثر ہمارا واسطہ رہتا ہے یا زندگی کے کسی بھی دور میں ہم ان کا سامنا کر سکتے ہیں۔

احساس محرومی:

احساس محرومی کیا ہے؟ کسی چیز کی خواہش کے باوجود اسے حاصل کرنے میں ناکام رہنے کے بعد جو احساسات ہمارے اندر پیدا ہونے لگتے ہیں انہیں ہم احساس محرومی کہتے ہیں، یہ احساسات کئی طرح کے ہو سکتے ہیں۔ ایک اس کی شکل یہ بھی ہو سکتی ہے کہ کوئی چیز ہمارا حق ہے لیکن دوسروں نے وہ حق یا تو ہم سے چھین لیا ہے یا ہمارا حق دبا رکھا ہے اور اسے دینے کو تیار نہیں ہے۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ ہم اپنے لیے جو چاہتے ہیں وہ ہمیں تو میسر نہیں البتہ ارد گرد کے کئی لوگ وہی چیزیں اپنے پاس رکھتے ہیں جبکہ وہ بھی ہم جیسے ہی انسان ہوتے ہیں، پھر ہم ہی اس چیز سے کیوں محروم ہوتے ہیں۔ ہم یہ بھی سوچ سکتے ہیں کہ ان میں سے کچھ اس کا حق نہیں رکھتے لیکن پھر بھی وہ ان چیزوں سے فائدہ اٹھا رہے ہیں۔ اس طرح کے احساس محرومی کو ہمارے معاشرے میں عام دیکھا جاسکتا ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ اگر ہم اپنے ان احساسات کا زیادہ غیر جانبدارانہ اور منصفانہ تجزیہ کریں تو ہو سکتا ہے کہ ہم پر انکشاف ہو کہ بہت ساری چیزیں اس میں سے فرضی ہیں۔ یعنی ہمارے احساس محرومی کا ایک بڑا حصہ فرضی بھی ہو سکتا ہے یا پھر محض اس کا تعلق ہماری سوچ سے ہو سکتا ہے۔ محرومی کا شکار عام طور پر وہ لوگ زیادہ ہوتے ہیں جنہیں اس بات کا احساس نہیں ہوتا کہ جو کچھ انہیں حاصل ہے وہ بھی کہیں زیادہ انہیں ہے۔ یہ لوگ بہت کچھ



سے انسان کی ذہنی، جسمانی اور سماجی صحت متاثر ہوتی ہے بلکہ بعض اوقات ایسے بھی واقعات دیکھنے کو ملے ہیں کہ شدید دکھ اور صدمہ انسان کے لیے جان لیوا ثابت ہو جاتا ہے۔ آپ نے ایسی خبریں بھی سنی ہوں گی کہ کسی بوڑھی ماں کا جوان بیٹا حادثے کا شکار ہو گیا تو اگلے دن ماں بھی چل بسی۔ کسی بری خبر سے ہارٹ ایٹک کے واقعات عام ہیں۔ اسی طرح بعض ایسے بھی واقعات دیکھنے کو ملے ہیں کہ شدید صدمے نے کسی انسان کو قطعی حواس سے بیگانہ کر دیا ہو۔ دکھ اور کسی بری خبر پر بے ہوش ہو جانا اور اس طرح کی دیگر ہزار ہا مثالیں ہم اپنی زندگی میں دیکھتے رہتے ہیں۔ آخر یہ کیوں ہوتا ہے؟ یہ جاننا بہت ضروری ہے کہ ہم اپنی منفی کیفیات پر کس حد تک اور کیسے قابو پاسکتے ہیں۔ کم از کم اس حد تک ہمیں اپنے آپ پر اختیار ہونا چاہیے کہ ہم زندگی سے اتنے دور نہ ہو جائیں کہ واپسی کا راستہ ہی ممکن نہ رہے۔

جذبات پر قابو پانے اور فطری اختیاری قوت میں اضافے کے لئے یہ بات ذہن میں رہنی چاہیے کہ حالات سے کوئی بھی فرار حاصل نہیں کر سکتا اور نہ ہی دنیا ہماری مرضی کے عین مطابق ہمیں مل سکتی ہے۔ سب کچھ ویسا نہیں ہو سکتا جیسا ہم چاہتے ہیں کیونکہ ہم سے بہت سارے ہیں جو ہم جیسا نہیں چاہتے۔ ہر

”زندگی پھولوں کی سیج نہیں.....“ یہ بڑا عام سماجی اور ہے جو اکثر و بیشتر ہم ایک دوسرے سے سنتے رہتے ہیں۔ دیکھا جائے تو یہ حقیقت بھی ہے۔ زندگی اپنے اندر ہزار ہا پہلو رکھتی ہے۔ یہ کوئی ایسی سڑک نہیں جسے انجینئروں نے ایک مسلمہ اصول کے تحت ہموار بنایا ہو بلکہ یہ وہ راستہ ہے جس میں نشیب و فراز لازمی ہوتے ہیں۔ کبھی آپ خود کو بہت اچھا محسوس کرتے ہیں اور کبھی آپ پر ایسے کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ زندگی میں ہونے والی چھوٹی سے چھوٹی اور بڑی سے بڑی تبدیلی آپ پر اثر انداز ہوتی ہے۔ نہ صرف اپنی ذات کے بارے میں بلکہ ایسی تبدیلیاں جو ہمارے ارد گرد رونما ہوتی ہیں وہ بھی ہمارے مزاج، ہمارے جذبات اور محسوسات پر اثر انداز ہوتی ہیں الغرض ہر بات اپنی نوعیت کے اعتبار سے اپنا اثر رکھتی ہے اور یہی اثرات ہمارے رویوں میں جھلکتے ہیں۔

غصہ، تندوبیز اور تلخ لہجے، جھلاہٹ، بیزارگی، اضطراب و بے چینی، دکھ اور صدمہ یہ وہ کیفیات ہیں جن سے ہم سب کا کسی نہ کسی صورت زندگی میں واسطہ رہتا ہے۔ طبی ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ اگر انسان ان کیفیات کو خود پر طاری ہونے سے روک نہ سکے۔ اسے ان کیفیات پر قابو پانے کا اختیار نہ ہو تو اس

اختیار کرتے ہیں اور کسی بات سے صاف انکار کر دیتے ہیں یا پھر اس بات پر زور دیتے ہیں کہ وہ واقعہ کے وقت موجود ہی نہیں تھے! واضح انداز میں ذمہ داری یا اپنی غلطی سے بری الذمہ ہو جانا عام سی بات ہے۔ مثال کے طور پر ”کار پر جو لکیر بن گئی ہے اس کی وجہ یہ نہیں ہے کہ میں نے کار گیٹ سے تیزی سے داخل کی بلکہ آخری بار کار میری بیوی نے استعمال کی تھی اور یہ نشان اسی نے ڈالا ہوگا۔“

یہ بہانہ بنانے والے کی نفسیات کو ظاہر کرتا ہے اور اس کا تجزیہ ضروری ہے۔ کیوں کہ وہ نہ صرف یہ کہ اپنی غلطی چھپا رہا ہے بلکہ بڑی ڈھٹائی سے دوسرے پر الزام بھی لگا رہا ہے اور وہ بھی سب کچھ جانتے بوجھتے۔ جو لوگ اس لٹیکری میں آتے ہیں ان کی نفسیات کا مشاہدہ بہت ضروری ہے۔ اس لیے نہیں کہ یہ لوگ بے ضرر قسم کا جھوٹ بولتے ہیں اور بہانے بناتے ہیں بلکہ اس لیے کہ یہ لوگ اپنی ذات کے حوالے سے سچائی کو تسلیم نہیں کرتے ہیں۔ ان کا جھوٹ یا بہانہ کسی اندرونی بیماری کا پتہ دے رہا ہے۔ اپنی خامیوں کو چھپا کر یہ لوگ دوسری زندگی جی رہے ہیں۔ کسی اور پر الزام رکھ کر یہ بہت خوش ہوتے ہیں اور تسکین محسوس کرتے ہیں۔ یہ بات ذہن میں رکھیں کہ کسی پر بلا وجہ میں الزام تراشی سے تعلقات خراب ہو جاتے ہیں۔

کوئی بھی اس بات کو پسند نہیں کرتا ہے کہ اس کی طرف کوئی انگلی اٹھائے۔ اور خاص کر اس وقت جب اس نے کچھ غلط بھی نہ کیا ہو۔ یہ ایسا عمل ہے یعنی دوسروں پر الزام لگا کر خود ایک طرف ہو جانا۔ جو آگے چل کر پختہ عادت بن جاتا ہے اور ایسا کرنے والا ہر معاملے میں جھوٹ بولنے لگتا ہے، بہانے بنانے لگتا ہے اور بے حد خوشی محسوس کرتا ہے۔ ایسے لوگوں کو چاہیے کہ وہ اپنا محاسبہ کریں اور اپنے عمل کی ذمہ داری قبول کریں۔ ایسا کرنے سے آسمان نہیں ٹوٹ پڑے گا اور نہ ہی ان کی صلاحیتوں کو زنگ لگے گا۔ امید یہی ہے کہ ایک بار انہیں احساس ہو جائے گا کہ وہ غلطی پر تھے تو اپنے اندر تبدیلی پیدا کریں گے اور یہ عمل براہ راست ان کے بہانہ بنانے کے عمل پر اثر انداز ہوگا اور یوں یہ بری عادت ان سے ہمیشہ کے لیے دور ہو جائے گی۔

ہمدردی حاصل کرنے کے لیے بہانہ بازی

لوگ بعض اوقات ایسے بہانے بناتے ہیں جن کی وجہ سے ان کی غلطی جو کہ بڑی ہوتی ہے، چھوٹی محسوس ہونے لگتی ہے اور بہانہ باز کچھ ہمدردی حاصل کر لیتا ہے کیوں کہ اس کی بات آدھی سچ ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک شخص نے ملازمت سے استعفیٰ دے دیا ہے اور اپنے ساتھی سے اس حوالے سے کہتا ہے..... ”اگر باس نے سکون سے میری بات سن لی ہوتی تو میں ہرگز استعفیٰ نہ دیتا۔“ یہ ایسا بہانہ ہے کہ اس بہانے کے لیے بہانہ باز کو معاف کیا جاسکتا ہے۔ اس بہانے کے بعد اس کے استعفیٰ پر بحث ہو سکتی ہے مگر اسے اس بہانے کے ذریعے جو ہمدردی حاصل کرنی تھی، اس نے کر لی۔



حننا شہباز

لیے وہ بہانہ بناتے ہیں، وہ فوت ہو جاتا ہے۔ بار بار ایسا عمل کرنے والے یہ تیز نہیں کر پاتے ہیں کہ جو کچھ وہ کہہ رہے ہیں۔ وہ پہلے بھی کہہ چکے ہیں اور اب انہیں کچھ اور بہانہ کرنا چاہیے تھا۔ انہیں یہ بھی احساس نہیں رہتا ہے کہ جہاں وہ بہانہ بازی سے کام لے رہے ہیں وہاں اس کی ضرورت بھی ہے یا نہیں۔ جہاں جھوٹ بولے بغیر کام چل سکتا ہے وہاں بھی آدمی جھوٹ بولے تو یہ سمجھ لینا چاہیے کہ جھوٹ بولنا اور بہانہ بازی کرنا اس شخص کی عادت ثانیہ بن چکی ہے اور یہی وہ مقام ہے جہاں پر اسے لوگوں کی نفسیات کا مطالعہ ضروری ہو جاتا ہے۔ یہ لوگ اس خطرے کے نشان تک پہنچ گئے ہیں جہاں سے لوٹنا مشکل ہو جاتا ہے اور آدمی کی زندگی برباد ہو جاتی ہے اور کوئی اس پر اعتبار نہیں کرتا ہے۔

فرار کا راستہ بہانے بازی

جیسے جیسے عمر بڑھتی ہے اس تیز رفتار دنیا میں کام کا پریشر بڑھتا جاتا ہے، اور اس طرح حالات و واقعات سے فرار کے لیے بہانے بنائے جانے لگتے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ کچھ ایمان دار لوگ بھی بے سکونی کی صورت میں جھوٹ بول دیتے ہیں اور بہانہ بازی سے کام لے لیتے ہیں۔ اگر یہ فرار والی عادت کسی خاص موقع کے لیے ہو تو قابل قبول ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر وہ لوگ جو ملاقات کے لیے وقت مقررہ پر نہیں پہنچ پاتے ہیں تو ان کو معافی مل سکتی ہے کیونکہ وہ اپنے راستے کو بہانہ بنا لیتے ہیں کہ ”میرا ٹائر پنچر ہو گیا تھا۔“ یا ”کوئی بس نہیں مل رہی تھی۔“ یا یہ کہ ”میں ٹریفک جام میں پھنس گیا تھا۔“ لیکن اگر کوئی ان بہانوں کو توڑ کے ساتھ استعمال کرتا ہے اور خاص کر متعلقہ افراد کے لیے۔ تو پھر ان بہانوں پر کوئی بھروسہ نہیں کرے گا۔ خود بہانہ بنانے والے کو اپنے کانوں پر یقین نہیں آتا ہے۔

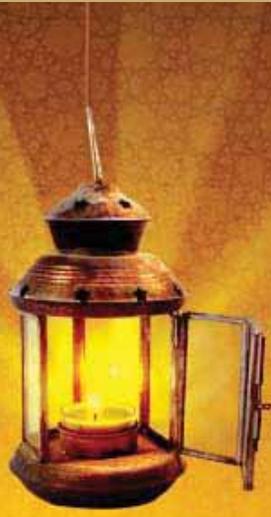
نفسیاتی معاملے کو بہانہ بنانا

جو لوگ توڑ کے ساتھ بہانے بناتے ہیں ان کی عادت ہوتی ہے کہ وہ ذمہ داریوں سے بچنے کے لیے الزام کسی اور پر لگا دیتے ہیں۔ یونیورسٹی آف کنساس کے ڈاکٹر سی آر اسٹائڈر کے مطابق مرد اور عورت دونوں یکساں مقدار میں بہانے بناتے ہیں۔ خواتین بہت ہی مہذب انداز میں ایسا کرتی ہیں جبکہ مرد حضرات ذرا بولڈ لہجہ

”ماں“ میں اپنا ہوم ورک نہیں کر سکوں گا۔ میرے سر میں درد ہو رہا ہے“ بچے نے دردناک آواز میں کہا۔ اور وہ اپنا پیٹ پکڑے ہوئے تھا۔ درد۔ سر میں ہورہا تھا مگر پیٹ پکڑے ہوئے تھا۔ صاف پتا چل رہا تھا کہ وہ جھوٹ بول رہا تھا اور ہوم ورک نہ کرنے کا بہانہ کر رہا تھا۔ اس طرح کی باتوں کو ہلکے پھلکے انداز میں نہیں لینا چاہیے بلکہ اس بہانے بازی کے لیے بچے کو سزا ملنی چاہیے۔ مگر یہ بھی کیا حیرت انگیز بات نہیں ہے کہ یہی عمل بڑے بھی کرتے ہیں۔ بعض اوقات پہلے سے طے کر لیتے ہیں یا کبھی کبھی فوری ہی بہانہ بنا لیتے ہیں اور ان بہانوں میں جو کھوکھلا پن ہوتا ہے وہ صاف پتا چل جاتا ہے۔ ایسا کر کے انہیں نہ تو ہمدردی حاصل ہوتی ہے اور نہ کام سے معافی ملتی ہے۔ اس کے برعکس اس طرح کے بہانے بازی سے ان کی کارکردگی پر منفی اثر پڑتا ہے اور یہ ناقابل اعتبار ہو جاتے ہیں۔

ہم سب بہانے بناتے ہیں۔ ہم میں سے کچھ اسے محض تفریح کے طور پر لیتے ہیں اور ان جگہوں پر بھی بہانہ بنانے لگتے ہیں جہاں اس کی بالکل ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ کچھ لوگ بہانے کو اپنی بچت کے لیے استعمال کرتے ہیں اور معاملات کو نمٹانے کی بجائے ان سے بھاگتے ہیں جو کہ عموماً ناممکن ہوتا ہے۔ ہم فوراً جان چھڑانے کے لیے بہانے بناتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ ہم نے بہت اچھا کام کیا ہے۔ مثال کے طور پر ہم اپنے دوست کی سالگرہ میں جانا بھول گئے اور اب اپنی غیر حاضری کا بہانہ اس طرح بنانا ہے کہ اس کو یقین آجائے۔ اس بات کو سمجھانے کے لیے ہم دوست کو اچھا سا تحفہ دے دیتے ہیں تاکہ ہمیں اپنی غلطی کا کم سے کم احساس ہو۔

کبھی کبھار بہانہ تو چل جاتا ہے اور اس کا آپ کے کردار پر بھی زیادہ اثر نہیں پڑتا ہے۔ کردار کا منفی اثر تو ان لوگوں پر پڑتا ہے جو ساری زندگی بہانے بناتے رہتے ہیں۔ اپنی باتوں کو بار بار کی بہانہ بازی سے بے معنی کر لیتے ہیں اور اپنے عمل سے دوسروں کو بالکل بھی متاثر نہیں کر پاتے ہیں۔ ہوتا یہ ہے کہ بار بار کی بہانہ بازی سے ایک شخص کی شخصیت مکمل طور پر تباہ ہو جاتی ہے۔ ایسے لوگ فوراً کہانی شروع کر دیتے ہیں جو اپنے اندر اثر پذیر نہیں رکھتی ہے۔ بلکہ ایسی باتوں سے ان کا اعتبار اور بھی جاتا رہتا ہے۔ گویا جس مقصد کے



نیک سیرت شریک حیات... انمول خزانہ

نیک اور صالح بیوی اپنے شوہر کے لیے دائمی خوشی خوشگوار زندگی بہم پہنچا کر دنیا ہی میں جنت کا نمونہ پیش کر دیتی ہے۔ ایک حکایت کے ذریعہ اس کی وضاحت اس طرح بیان کی گئی ہے جس میں عورتوں کے لئے بڑی عبرت و نصیحت کا درس ملتا ہے۔ کتابوں میں لکھا ہے کہ ایک ضعیفہ باوجود کبرسنی کے انتہائی خوبصورت اورانی اور پرکشش چہرے کی حامل تھیں کسی نے ان سے اس خوبصورتی اورانی چہرے کا راز دریافت کیا آپ نے جو جواب دیا وہ آج کی مغرب پرست شوہر کی نافرمان، بد زمان اور اسلامی طرز و تہذیب سے بیگانہ عورتوں کے لیے درس عبرت ہے۔ کاش امت مسلمہ کی خواتین ان باتوں سے اثر لے کر اپنی اصلاح کر سکیں۔ چنانچہ مذکورہ عمر خاتون کہتی ہیں ”میں نے اپنے ہونٹوں پر ہمیشہ حق کی سرخی لگائی (یعنی ہمیشہ سچی بات کہی جھوٹ و غیبت سے خود کو بچائے رکھا اور زبان کو ہمیشہ ذکر الہی اور عبادت سے ترکھا۔ جن چیزوں کو اللہ نے دیکھنے کو کہا ان کو دیکھا اور جن سے منع کیا اس سے دور رہی ہمیشہ شوہر کے احکامات کی تعمیل کی اور انہیں خوش رکھا۔ اپنے ہاتھوں کو عطا (یعنی خیرات و زکوٰۃ) کی مہندی سے سرخ رکھا یعنی مجبوروں، غریبوں، مسکینوں کے ساتھ احسان کا برتاؤ کیا۔ ہمیشہ خوشی و غم دونوں حالتوں پر صبر و شکر پر قائم رہی کبھی کسی بات کا گلہ شکوہ شوہر یا کسی سے بھی نہ کیا۔ ہر لمحہ اپنے اعمال کا محاسبہ کیا اور صبر و استقامت کا غازہ و پاؤ ڈر لگایا۔ اپنے دل پر ہمیشہ خدا کا خوف لازم رکھا اور عقل و بصیرت سے کام لیا اور کھلے و چھپے دونوں حالتوں میں یہ خیال رکھا کہ اللہ تو ہر جگہ ہے اور وہ ہمارے اعمال کو دیکھ رہا ہے اور ہر شرم و حیا کی بندی ماتھے پر (پردہ) لگایا۔

نیک اور صالح بیوی اپنے شوہر کیلئے
دائمى خوشى خوشگوار زندگى بہم پہنچا کر دنیا ہی
میں جنت کا نمونہ پیش کر دیتی ہے

زندگی نہایت عسرت و تنگی میں گزار کر دنیا سے رخصت ہو گئیں مگر کبھی بھی اپنی تنگی و تنگ دامانی کے شکوہ کا ایک لفظ بھی حضور یا کسی غیر کے سامنے زبان پر نہیں لایا۔ یہ وہ عظیم امت کی مائیں ام المؤمنین تھیں جن کے بلند کردار پر آج تک امت مسلمہ کو ناز ہے۔ بہر کیف! حضور فرماتے ہیں نیک بیوی کے اوصاف یہ بھی ہیں کہ جب شوہر اسے دیکھے تو وہ خوش ہو جائے اور جس وقت اسے اپنے پاس بلائے وہ بلا عذر اس کے پاس آئے اور شوہر کی عدم موجودگی میں اپنے گھر اور اپنی عزت و ناموس کی حفاظت کرے اپنے بچوں کی تربیت میں کوتاہی نہ کرے اور کسی ایسے مرد و عورت کو گھر کے اندر نہ آنے دے جس کا آنا شوہر کو ناپسند ہو (خواہ عورت کا باپ ماں بھائی ہی کیوں نہ ہو) یہ حقیقت ہے کہ دولت دنیا تو صرف مادی ضرورت کی تکمیل کرتی ہے۔ لیکن ایک صالح عورت پورے کنبہ کو اپنی سیرتی اور حسن عمل کے ذریعہ جنت کا نمونہ بنا دیتی ہے گھر کو اپنی تہذیب و خوش مزاجی اور اچھے کردار کے ذریعے فضاؤں میں امن و امان اور خوشیوں سے بھر دیتی اور اس کی ذات سے خاندان کے بوڑھے، بچے ساس سسرند پور اور دیگر افراد محبت کرنے لگتے ہیں وہ عورت سبھی کے لئے ایک تربیت گاہ اور مرکز نگاہ بن جاتی ہے۔ حضور اکرم نے ایک جگہ فرمایا پوری کائنات تو انسان کو عارضی خوشی پہنچا سکتی ہے مگر

نیک کردار شریک حیات (بیوی) اپنے شوہر کے لئے انمول خزانہ کی مانند ہے۔ نیک کردار بیوی کی تعریف قرآن وحدیث میں اس طرح کی گئی ہے کہ وہ اپنے شوہر کی تمام حالتوں میں تابعداری اور فرمانبرداری کرے غم یا خوشی دونوں حالتوں میں شوہر کا ساتھ دے اس کا حوصلہ بڑھائے اور کسی سے اس کی برائی نہ کرے نہ کسی سے شوہر کی برائی کو برداشت کرے چنانچہ پیارے رسول نے فرمایا ”اللہ تعالیٰ کے سوا اگر کسی کو سجدہ کرنا جائز ہوتا تو میں ہر ایک عورت کو حکم دیتا کہ وہ اپنے شوہروں کو سجدہ کریں“۔ تاریخی مطالعہ سے بھی پتہ چلتا ہے کہ دنیا کے اکثر مشاہیر کی ناموری اور شہرت میں ان کی بیویوں کا دخل رہا ہے خود ہمارے رسول پاک پر جب غار حرا میں پہلی وحی نازل ہوئی تو آپ نہایت پریشان گھر تشریف لائے اور اپنی زوجہ محترمہ حضرت خدیجہ الکبریٰ سے واقعہ بیان کیا۔ آپ نے حضور کو تسلی دی ہمت و حوصلہ بڑھایا۔ آپ کے ماتھے کا پسینہ پوچھا آپ کو کمبل اوڑھایا اور پھر آپ کی رسالت پر ایمان بھی لائیں۔ اور کہا کہ میری تمام دولت (حضرت خدیجہ مکہ کی بڑی دو تہ خاتون تھیں) آپ جس طرح چاہیں اسے اپنے مقصد کی تکمیل میں صرف کریں۔ اور جب آپ کے مشن یعنی تبلیغ و اشاعت کا فریضہ ادا کر کے دنیا سے رخصت ہونے کا وقت آیا تو آپ کا سر مبارک زانوے حضرت عائشہ صدیقہ پر تھا کہ وہ بھی زوجہ رسول تھیں جنہوں نے حضور سے اپنی رفاقت و وفاداری کا حق ادا فرمادیا۔ اسی طرح اور بھی کئی ازدواج مطہرات تھیں جنہوں نے صاحب دولت و ثروت ہو کر بھی حضرت رسول کے شانہ و دنیا کے جاہ و چشم پر ترجیح دیا اور ساری

پیٹ بڑا ظالم ہے بابا

ہر کوئی پیٹ کیلئے جدوجہد کر رہا ہے کوئی اسے بھرنے کیلئے اور کوئی اسے کم کرنے کیلئے

غلام علی کسبانی

کردی کیونکہ اس نے بھی سیکر یٹری پر نظر رکھی ہوئی مگر غربت کی وجہ سے اظہار نہ کر سکا تھا کیونکہ اس نے اپنے بہن بھائیوں کا پیٹ جو پالنا تھا۔ بہر حال بیگم صاحبہ اسی وقت فون پر سیکر یٹری پر قہر کی طرح نازل ہوئیں۔ تو سیکر یٹری نے فوراً رو ہنسی آواز میں کہا کہ بیگم صاحبہ آپ مجھ سے جو مرضی قسم لے لیں جو میں صاحب کے گلے ملی ہوں۔ میں تو پیٹ سے لپٹ کر شفقت پوری کا مزہ لے رہی تھی کیونکہ میرے ابو دنیا میں نہیں ہیں۔ یہ سن کر بیگم صاحبہ کا غصہ فوراً سیکر یٹری کے آنسوؤں کی بارش میں بہہ گیا اور وہ دل ہی دل میں اپنے آپ کو داد دینے لگیں کہ صاحب کو پراٹھے کھلانے کا فائدہ تو ہے اگر پیٹ نہ ہوتا تو سیکر یٹری یقیناً گلے مل لیتی۔

کچھ پیٹ ایسے ہوتے ہیں کہ بہت کچھ کھانے کے بعد بھی نہیں بڑھتے لکڑ، ہضم بلکہ بڑے بڑے پلاٹ ہضم مگر پیٹ ہے کہ اپنی جگہ پر اسی طرح ثابت قدم ہے جس طرح آفسی کی گردن میں سر یا۔ دوسری قسم کے پیٹ کچھ اس طرح کے ہوتے ہیں کہ تھوڑا سا کھایا اور غریب کی جو روکی طرح اپنی اوقات سے باہر پھیلنے لگتے ہیں۔ اور پھر ان کے پھیلاؤ میں ان کے ارد گرد کی چیزیں بھی شامل ہو جاتی ہیں جنہیں وہ دیکھنے سے ہمیشہ کے لئے محروم ہو جاتے ہیں۔ انہیں اپنا پیٹ بھرنے کے لئے کچھ ملنا چاہئے وہ کس کا ہے اور کہاں سے آیا اس سے انہیں غرض نہیں ہوتی۔

کراچی میں ایک آفسر تھے ان کا پیٹ بھی دریائے سندھ کے پیٹ سے کم تھا۔ وہ سالوں کے علاوہ اپنے اسٹاف ممبرز سے بھی اپنا پیٹ بھرنے کا راشن وصول کرتے تھے۔ اگر کوئی ان کی داڑھ کے نیچے نہ آیا تو مالی اور سوپر کو خواہ مخواہ معطل کر دیا اور پھر ملازمت پر بحال کرنے کے لئے کہتے تھے میرا پیٹ بھی تو لگا ہے اس کو بھرو پھر بحال کر دوں گا تو صاحب یہ پیٹ ہی ہے۔ جو حضرت انسان کو عزت بھی دلاتا ہے اور ذلت کے گہرے گڑھے میں بھی دکھیل دیتا ہے۔ جس نے پیٹ پر قابو پالیا وہ سرخرو ہوا۔

آپ جو گنگ ٹریک پر جائیں تو کئی بزرگ بچے اور خواتین آپ کو صبح دم سیر کرتے ملیں گے۔ بعض لوگوں کو پیٹ بڑھانے کا شوق بھی ہوتا ہے کیونکہ وہ سمجھتے ہیں کہ پیٹ ہی ان کی شخصیت میں اضافہ کر سکتا ہے۔ لہذا وہ اپنے پیٹ کی بڑے پیار سے آبیاری کرتے ہیں اور ساتھ ہی ساتھ اس سے بہت سے اضافی کام بھی لیتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ بڑی تو ندوا لے لوگ بہت شریف ہوتے ہیں اور کسی کو چھوڑتے نہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کسی کو چھوڑ کر خود بھاگ نہیں سکتے اور انہیں کوئی چھوڑے تو وہ کسی کے پیچھے نہیں بھاگ سکتے لہذا شریف رہنا ان کی مجبوری ہے۔ عید والے دن وہ تو ندوا لے گلے نہیں مل سکتے کیونکہ دونوں کے پیٹ ظالم سماج کی طرح ان کے درمیان حائل ہوتے ہیں۔ اور وہ دونوں ایک دوسرے کے پیٹ ہی سے مل کر عید مبارک کہہ دیتے ہیں۔ جنگل میں لگی آگ تو بھج جاتی ہے مگر پیٹ میں لگی آگ کو پنی سی ہوٹل کا بونے ہی بچھا سکتا ہے۔ جہاں شادی میں اکثر لوگ اپنے پیٹ کی آگ بچھانے کے لئے جاتے ہیں۔ جیسے ہی کھانے کے دعوت دی جاتی ہے۔ ان کے پیٹ کی آگ کی شدت انہیں کرسی سے اچھال دیتی ہے اور وہ دوسروں کو پھلانگتے ہوئے کھانے پر حملہ آور ہوتے ہیں اور اپنی پلیٹ میں مختلف ڈشوں سے لوازمات نکال کر پہاڑی بنانے کی کوشش کرتے ہیں تاکہ پیٹ کی آگ کو خوب اچھے طریقے سے کم کیا جائے۔

ذہن خواتین اپنے شوہر کے بڑھتے ہوئے پیٹ کی کبھی نشاندہی نہیں کرتیں کیونکہ اس طرح نہ صرف انہیں اپنے بڑھے پیٹ کی ترجیح ڈھونڈنی نہیں پڑتی بلکہ جوں جوں شوہر ڈی شپ ہوتا ہے وہ اندر ہی اندر خوش ہوتی ہے کہ ان کا گلغام کا سوسپ ختم ہو رہا ہے اور وہ اب مکمل طور پر انکی طرف متوجہ رہے گا جو کہ یقیناً ان کی غلط فہمی ہوتی ہے۔ ایک مرتبہ ایک صاحب نے اپنی سیکر یٹری سے معافتہ کیا تو بیگم کے ممبر پیون نے فوراً بیگم کو خبر

پیٹ کی اہمیت و افادیت سے کبھی اور کسی نے بھی انکار نہیں کیا بلکہ اس کے حجم میں اضافہ ہو جائے تو اس کو تو ند کہتے ہیں تاکہ اس کی تعظیم ہو کیونکہ امیر آدمی کا پیٹ جب بڑھتا ہے تو اس کو تو ند کہتے ہیں اور غریب آدمی کا پیٹ ویسے ہی مسائل کا شکار ہوتا ہے لہذا وہ دن رات اپنا اور اپنے بچوں کو پیٹ پالنے میں مگن رہتا ہے۔ اب معاشرے میں امراض قلب اور کینسر کی بیماریاں زیادہ ہونے سے پیٹ کی بیماریوں کی اہمیت کچھ کم ہو گئی ہے اور وہ اس سے پہلے جملہ حکماء اور اطباء اپنی تشخیص کی ابتدا پیٹ ہی سے کرتے تھے اور ان پر دوائیاں تجویز کرتے تھے۔ ویسے انسان کی تخلیق، پرورش اور باقی زندگی میں پیٹ کی اہمیت مسلمہ ہے۔ اس نفسا نفسی کے دور میں زیادہ نفسا نفسی میں بھی پیٹ کا ہی عمل دخل ہے۔ ہر کوئی پیٹ کے لیے جدوجہد کر رہا ہوتا ہے۔ کوئی اسے بھرنے کے لئے اور کوئی اسے کم کرنے کے لئے کچھ لوگ اس کو ایک وقت بھرنے کے لئے بھی اتنی ہی جدوجہد کرتے ہیں جتنی بعض لوگ اپنے بینک اکاؤنٹ کو بھرنے کے لئے کرتے ہیں۔ دوسری قسم کے لوگوں کو اسے بھرنے کی کوئی فکر لائق نہیں ہوتی وہ اس سے مبرا ہوتے ہیں ان کی کوشش ہوتی ہے کہ ان کے اکاؤنٹس مختلف ملکی اور غیر ملکی بینکوں میں بھرتے رہیں مگر وہ دوسروں کے پیٹ نہ بھرنے دیں تاکہ غربت میں کمی نہ ہو سکے اور اس وجہ سے ان کی دولت بڑھے۔

پیٹ کا ہونا اور نہ ہونا بھی طبی نقطہ نظر سے بہت اہم ہوتا ہے۔ جس طرح گزرا ہوا وقت واپس نہیں آتا اسی طرح بڑھا ہوا پیٹ بھی واپس نہیں آتا بلکہ گناہ گار کی قبر کی طرح ابھرا رہتا ہے۔ کراچی کے ریس کورس پارک میں آپ جو گنگ ٹریک پر داخل ہو جائیں تو آپ بہت سے لوگوں کو اپنی تو ندے کے ساتھ ہانپتے تیز رفتار سے گزرتے ہوئے دیکھیں گے۔ ان کا وزن تو کم ہو جائے گا۔ مگر تو ند نہ جی وہ اپنی جگہ اس طرح برقرار رہے گی جس طرح سود پر لیا قرضہ۔ کلغٹن ماڈل پارک میں

اگر آپ اچھا کھاتے پیتے ہیں اور آپ کی فیملی خوش حال ہے تو اس سے آپ کے پڑوسی کو جلن ہو سکتی ہے اور وہ آپ کے حوالے سے مختلف کہانیاں لوگوں کو سناتا پھر رہا ہوگا۔ پڑوسن آپ کے حوالے سے لوگوں کو یہ بتائے گی کہ آپ کے پاس جو پیسے کی ریل بیل ہے وہ بلیک منی کی چمک ہے یا یہ کہ آپ کا شوہر رشوت خور ہے۔ حد تو یہ ہے کہ اگر میاں بیوی میں پیار و محبت ہو تو اس سے بھی کچھ لوگ جل جاتے ہیں اور خاص کر خواتین یہ کہتی سنی جاتی ہیں کہ ”یہ پیار و محبت محض دکھاوا ہے۔ تمہیں نہیں پتا ہے کہ ان دونوں کی ازدواجی زندگی کس قدر مسائل سے دوچار ہے۔“

نئے رشتے اور حسد

ایک نئی نوبلی دلہن نہ صرف اپنے شوہر کی چہیتی ہوتی ہے بلکہ نئی فیملی کے ہر فرد کی پسندیدہ ہوتی ہے۔ جب اس کی خوبصورتی کی وجہ سے اسے توجہ ملتی ہے تو گھر کی دوسری خواتین بے چینی محسوس کرنے لگتی ہیں۔ اگر دلہن خوبصورت ہونے کے ساتھ ساتھ تعلیم یافتہ بھی ہو اور گھر بیلو کام کاج میں تیز بھی۔ تو یہ بات دوسری عورتوں سے برداشت نہیں ہوتی ہے اور وہ حسد میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔

نئی بہو کو چاہیے کہ اس توجہ اور پیار پر غور نہ کرے اور گھر کے ہر فرد کے ساتھ یکساں رویہ رکھے اور سب پر یہ ظاہر کرے کہ وہ سب سے ایک جیسا پیار کرتی ہے اور قطع نظر اس کے کہ کون بڑا ہے اور کون چھوٹا، اس کے نزدیک سب اہمیت رکھتے ہیں۔ اپنے عمل سے ایسا ماحول پیدا نہ کرے کہ گھر کے لوگ حسد میں مبتلا ہو جائیں اور پرسکون ماحول کشیدہ ہو جائے۔ اس کی توجہ اس بات پر ہونی چاہیے کہ وہ گھر کے ہر فرد کو کس طرح ایک دوسرے سے جوڑے رکھ سکتی ہے۔ اس معاملے کو وہ اس طرح حل کرے کہ سب کو عزت اور احترام دے، ان کی ذاتی پسند اور ناپسند کا خیال رکھے اور خود کو ان سے برتر ظاہر کرنے کی کوشش نہ کرے۔ اس سلسلے میں ایک بہترین حوالہ مشہور افسانہ نگار منشی پریم چند کا ایک افسانہ ”بڑے گھر کی بہو“ ہے۔ گھر کے بڑوں کو بھی چاہیے کہ وہ نئی نوبلی دلہن کا موازنہ گھر میں موجود دوسری بہوؤں اور نندوں سے نہ کریں۔ گھر کی جو بڑی بہو ہے اسے چاہیے کہ وہ نئی دلہن سے حسد کرنے کی بجائے اس کا پر جوش انداز میں استقبال کرے اور اسے خاندان میں ایڈجسٹ ہونے میں مدد دے۔

کیا حسد کرنے کا کوئی فائدہ بھی ہے؟ ایک حاسد شخص کسی خاص شخص کے حسد میں مبتلا ہو جاتا ہے اور تب تک سکون سے نہیں بیٹھتا ہے جب تک کہ اپنے مقابل کو براہ راست چند طنزیہ جملے نہ کہہ لے۔ یہ اپنی باتوں اور اپنے رہنما کس سے مقابل کو پریشان کر کے خوش ہوتا ہے۔ اس طرح کی باتوں اور حرکتوں سے متاثرہ شخص بعض اوقات اپنے حواس کھو بیٹھتا ہے اور اس



حسد... ایک جذبہ ہم مختلف مواقع پر اس سے دوچار ہوتے ہیں

رشید ہجان محمد

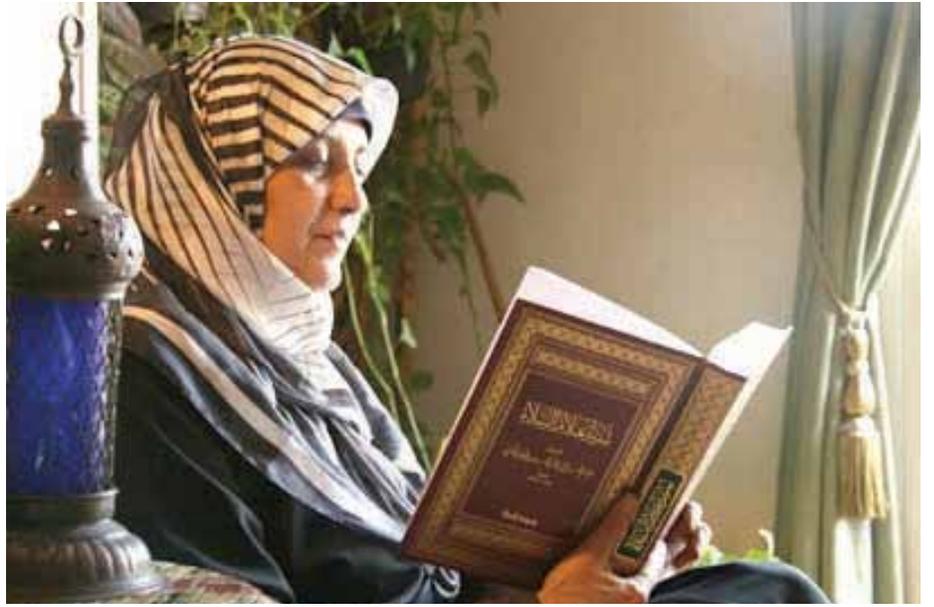
دوستی اور حسد

سچ تو یہ ہے کہ حسد اور جلن ایک ایسا جذبہ ہے جو تمام جذبوں پر حاوی آ سکتا ہے۔ حاسد لوگ اس حقیقت کو قبول ہی نہیں کر پاتے ہیں کہ صرف محنت اور لگن سے ہی کامیابی حاصل کی جا سکتی ہے۔ یہ دوسروں کی ترقی کے بارے میں غلط اندازے لگاتے ہیں اور یہ سارے اندازے اور شکوک ان کی اپنی ذہنی اختراع ہوتی ہے۔ بچوں سے لے کر بڑوں تک سب کو حسد اور جلن اپنا شکار بنا لیتی ہے۔ مجھے اپنا ایک دوست یاد آ رہا ہے جو اپنے ہم جماعت لڑکوں کے بارے میں عجیب و غریب کہانیاں گھڑنے میں ماہر تھا۔ کوئی ہم جماعت آگے نکل گیا تو اس کے حوالے سے یہ کہتا تھا کہ اس نے نقل سے کامیابی حاصل کی ہے یا پھر یہ کہ وہ تو ٹیچر کا لڑا ہوا ہے، اس لیے پاس ہو گیا۔ میرا دوست ایسا اس لیے کہا کرتا تھا کہ اوروں کے مقابلے میں اس کے مارکس کم ہو کر تھے۔ اس نے یہ کبھی تسلیم نہیں کیا کہ جو لڑکے کامیاب ہوئے انہوں نے دل لگا کر پڑھائی کی تھی اور یہ کہ اس نے خود کو امتحان کے لیے تیار نہیں کیا تھا۔ بعض اوقات حسد کی وجہ سے اچھے بھلے تعلقات ٹوٹ جاتے ہیں۔

حسد حسد اور جلن ایک ایسا جذبہ ہے جس سے ہم بھی مختلف مواقع پر دوچار ہوتے ہیں۔ کیا بچپن میں ہمیں سانسے والے بچے کے ہاتھ میں ایک خوب صورت کھلونا دیکھ کر جلن نہیں ہوئی تھی؟ ٹین اٹیج میں ہم اس وقت حسد کا شکار ہو جاتے ہیں جب ہمارا کوئی ساتھی ایچھے نمبروں سے پاس ہو جاتا ہے یا کسی صلاحیت میں ہم سے آگے ہوتا ہے یا کسی دوست نے مہنگی گھڑی پہن رکھی ہوتی ہے۔ اور جب ہم بڑے ہو جاتے ہیں تو اپنے ساتھ کام کرنے والوں کی ترقی اور کامیابی سے جلنے لگتے ہیں۔

ہم میں سے اکثر لوگ اس جذبے کو زیادہ سنجیدگی سے نہیں لیتے ہیں اور اگر کبھی اس کا شکار ہو بھی جاتے ہیں تو اس کے چکر سے جلد ہی باہر بھی نکل آتے ہیں۔ اکثریت اس جذبے کو اس عہد میں تبدیل کر لیتی ہے کہ اس نے جو کامیابی حاصل کی ہے، ہم بھی حاصل کر کے رہیں گے۔ وہ لوگ جو زندگی میں کچھ کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتے ہیں اپنے ساتھی یا رشتے دار کی ترقی اور خوش حالی دیکھ کر حسد میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ ایسے حاسد لوگوں میں تحریک اور اعتماد کی کمی ہوتی ہے۔

حدیث مبارکہ میں ارشاد ہے ”جس شخص نے اپنی دو بیٹیوں کی اچھی طرح پرورش کی ان کا خیال رکھا اور محبت کے ساتھ انہیں پالا وہ شخص جنت میں داخل ہوگا۔“



ایک اور حدیث مبارکہ میں ارشاد ہے: ”جس شخص نے اپنی دو بیٹیوں کی اچھی طرح پرورش کی اور ان کا خیال رکھا اور محبت کے ساتھ انہیں پالا وہ جنت میں داخل ہوگا۔“

اسلام بیٹوں اور بیٹیوں میں فرق روا رکھنے کے بھی خلاف ہے۔ ایک حدیث مبارکہ میں آتا ہے: ”ایک دفعہ نبی کریم کے سامنے ایک شخص نے اپنے بیٹے کو پیار کیا اور اپنی گود میں بٹھالیا، لیکن بیٹی کے ساتھ ایسا نہیں کیا۔ نبی کریم ﷺ نے فوراً فرمایا کہ تو ظالم ہے تجھے چاہیے تھا اپنی بیٹی کو بھی پیار کرتا اور اسے بھی اپنی گود میں بٹھاتا۔“

نبی کریم ﷺ صرف زبانی احکامات نہیں دیتے تھے۔ آپ کے اسوۂ حسنہ سے بھی ایسے ہی طرز عمل کا ثبوت ملتا ہے۔

چہرے پر سیاہی چھا جاتی ہے اور وہ بس خون کا گھونٹ پی کر رہ جاتا ہے۔ لوگوں سے چھپتا پھرتا ہے کہ اس بری خبر کے بعد کسی کو کیا منہ دکھائے۔ سوچتا ہے کہ ذلت کے ساتھ بیٹی کو لیے رہے یا مٹی میں دبا دے؟ دیکھو کیسے برے حکم ہیں جو یہ اللہ کے بارے میں لگاتے ہیں۔“ (سورۃ نحل: 58-59)

مزید یہ کہ اسلام بیٹی کی تعلیم و تربیت اچھے طریقے سے کرنے کا بھی حکم دیتا ہے۔ مسند احمدم کی ایک حدیث نبوی کا مفہوم کچھ یوں ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ”جو شخص اپنی دو بیٹیوں کی خوش اسلوبی سے پرورش کرتا ہے وہ قیامت کے دن اس طرح میرے ساتھ ہوگا۔ آپ ﷺ نے اپنی دو انگلیاں اکٹھی کر کے دکھایا۔“

ہندوستان میں 1000 مردوں کے مقابلے میں 972 عورتیں تھیں۔ اے کے بعد اگر آپ 1971ء کی مردم شماری کے اعداد و شمار کا تجزیہ کریں تو معلوم ہوگا یہ تناسب مزید بگڑ چکا ہے کیونکہ 1971ء میں 1000 مردوں کے مقابلے میں 934 عورتیں تھیں۔

جس شخص نے اپنی دو بیٹیوں کی اچھی طرح پرورش کی اور ان کا خیال رکھا اور محبت کے ساتھ انہیں پالا وہ جنت میں داخل ہوگا

عورتوں کی آبادی کا تناسب مزید کم ہوتا جا رہا ہے۔ 1991ء کی مردم شماری میں یہ 1000 کے مقابلے میں 927 تک جا پہنچا ہے۔ سب سے زیادہ افسوس تو اس بات کا ہے کہ سائنس کی ترقی نے بجائے اس عمل کو روکنے کے، اس میں مزید سہولت پیدا کر دی ہے۔

اب آپ ہی بتائیں کہ اسلام جب قتل اولاد پر پابندی لگاتا ہے قطع نظر اس کے کہ اولاد بچے ہے یا بیٹی، تو آپ کے نزدیک اسلام کا طرز عمل جدید ٹھہرتا ہے یا فرسودہ؟ اور پھر اسلام صرف بیٹی کے قتل پر ہی پابندی نہیں لگاتا۔ اسلام تو اس طرز عمل کی بھی سختی سے مذمت کرتا ہے کہ بچے کی پیدائش پر خوشیاں منائی جائیں اور بیٹی کی پیدائش کی خبر سن کر افسوس کیا جائے۔

قرآن مجید کی سورۃ نحل میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے ”جب ان میں سے کسی کو بیٹی کی پیدائش کی خوشخبری دی جاتی ہے تو اس کے





اسلام میں عورت کی حیثیت... بیٹی بیوی ماں بہن

حنا شہباز

تقریباً 10 لاکھ بیٹیوں کو قتل کیا جا رہا ہے۔ تامل ناڈو اور راجستھان وغیرہ جیسی ریاستوں میں ایسے بورڈ اور پوسٹر نظر آتے ہیں جن پر لکھا ہوتا ہے، ”پانچ سو روپے خرچ کریں اور پانچ لاکھ روپے بچائیں۔“ کیا آپ جانتے ہیں اس جملے کا کیا مطلب ہے؟ پانچ سو روپے طبی معائنے پر خرچ کریں اور یہ معلوم کریں کہ بچہ پیدا ہونے والا ہے یا بچی؟ یعنی پیدائش کے قبل ہی بچے کی جنس معلوم کر لیں۔ اگر ماں کے پیٹ میں بچی پرورش پارہی ہو تو حمل ضائع کروادیں اور یوں بچی کی پرورش اور بعد ازاں جہیز کی صورت میں خرچ ہونے والے لاکھوں روپے بچالیں۔ تامل ناڈو کے سرکاری ہسپتال کی رپورٹ یہ ہے کہ ہر دس میں سے پانچ بیٹیوں کو قتل کیا جا رہا ہے۔ لہذا شاید ہمیں اس بات پر حیرت نہیں ہونی چاہیے کہ ہندوستان میں عورتوں کی آبادی مردوں سے کم ہے۔

بچیوں کے قتل کا یہ سلسلہ نیا نہیں ہے۔ صدیوں سے یہی کچھ ہو رہا ہے۔ اگر ہندوستان میں 1901ء میں ہونے والی مردم شماری کے اعداد و شمار کا جائزہ لیں تو آپ کو پتا چلے گا کہ اس وقت بھی

ڈن کر دیا کرتے تھے۔ اللہ کا شکر ہے اسلام نے آکر اس مکروہ اور ظالمانہ رسم کا خاتمہ کر دیا۔ عرب تہذیب میں تو اسلام نے یہ رسم ختم کر دی لیکن ہر جگہ ایسا نہیں ہے۔ بد قسمتی سے ہمارے ملک ہندوستان (ڈاکٹر ذاکر نایک کا تعلق ہندوستان کے شہر ممبئی سے ہے) میں آج بھی بیٹیوں کو قتل کرنے کا سلسلہ جاری ہے۔ عالمی نشریاتی ادارے ”بی بی سی“ نے ایک رپورٹ تیار کی ہے۔ اس پروگرام کا عنوان تھا: ”سے مرنے دو۔“ (Let her Die) بی بی سی کی ایک خاتون Emily Beckenen نے برطانیہ سے ہندوستان آکر اس موضوع پر تحقیقات کیں اور یہ رپورٹ تیار کی۔ یہ پروگرام کافی عرصہ قبل اسٹارٹی وی پر بھی دکھایا گیا اور شکر ہے کہ بار بار دکھایا جا رہا ہے۔ کچھ ہی دن قبل بھی یہ پروگرام ٹیلی کاسٹ ہوا ہے۔ اس پروگرام میں جو اعداد و شمار فراہم کیے گئے ہیں، ان سے پتہ چلتا ہے کہ روزانہ تقریباً تین ہزار حمل ضائع کئے جا رہے ہیں۔ والدین بچے کی جنس معلوم کرتے ہی اور جب پتہ چلتا ہے کہ بچی پیدا ہونے والی ہے تو حمل ضائع کروا دیا جاتا ہے۔ اگر یہ اعداد و شمار درست ہیں تو اس کا مطلب یہ ہے کہ ہندوستان میں ہر سال

اسلام نے بیٹی کو جان کی حفاظت فراہم کی اور بیٹیوں کو قتل کرنے کی فتنج روایت کا خاتمہ کیا۔ اسلام یہ حفاظت بیٹے اور بیٹی دونوں کے لیے فراہم کرتا ہے اور قتل اولاد کو حرام قرار دیتا ہے۔ سورۃ النور میں ارشاد ہوتا ہے: ”اور جب زندہ گاڑی ہوئی لڑکی سے پوچھا جائے گا، وہ کس قصور میں ماری گئی؟“

اللہ تبارک و تعالیٰ کا ارشاد ہے: ”اے نبی! ان سے کہو کہ آؤ میں تمہیں سناؤں تمہارے رب نے تم پر کیا پابندیاں عائد کی ہیں؟ یہ کہ کسی کو اس کے ساتھ شریک نہ کرو۔ والدین کے ساتھ نیک سلوک کرو اور اپنی اولاد کو مفلسی کے ڈر سے قتل نہ کرو، ہم تمہیں بھی رزق دیتے ہیں اور ان کو بھی دیں گے۔“

اسی کا حکم ہمیں سورۃ بنی اسرائیل میں بھی ملتا ہے جہاں ارشاد ہوتا ہے: ”اپنی اولاد کو افلاس کے اندیشے سے قتل نہ کرو۔ ہم انہیں بھی رزق دیں گے اور تم کو بھی۔ درحقیقت ان کا قتل ایک بڑی خطا ہے۔“

ظہور اسلام سے قبل دور جاہلیت میں عرب کے معاشرے کا جائزہ لیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ وہ لوگ اپنی بیٹیوں کو زندہ

خواتین کی صحت مستقل توجہ چاہتی ہے.....

صحت مندر بننے کے چند اصول

ڈاکٹر قدیر احمد

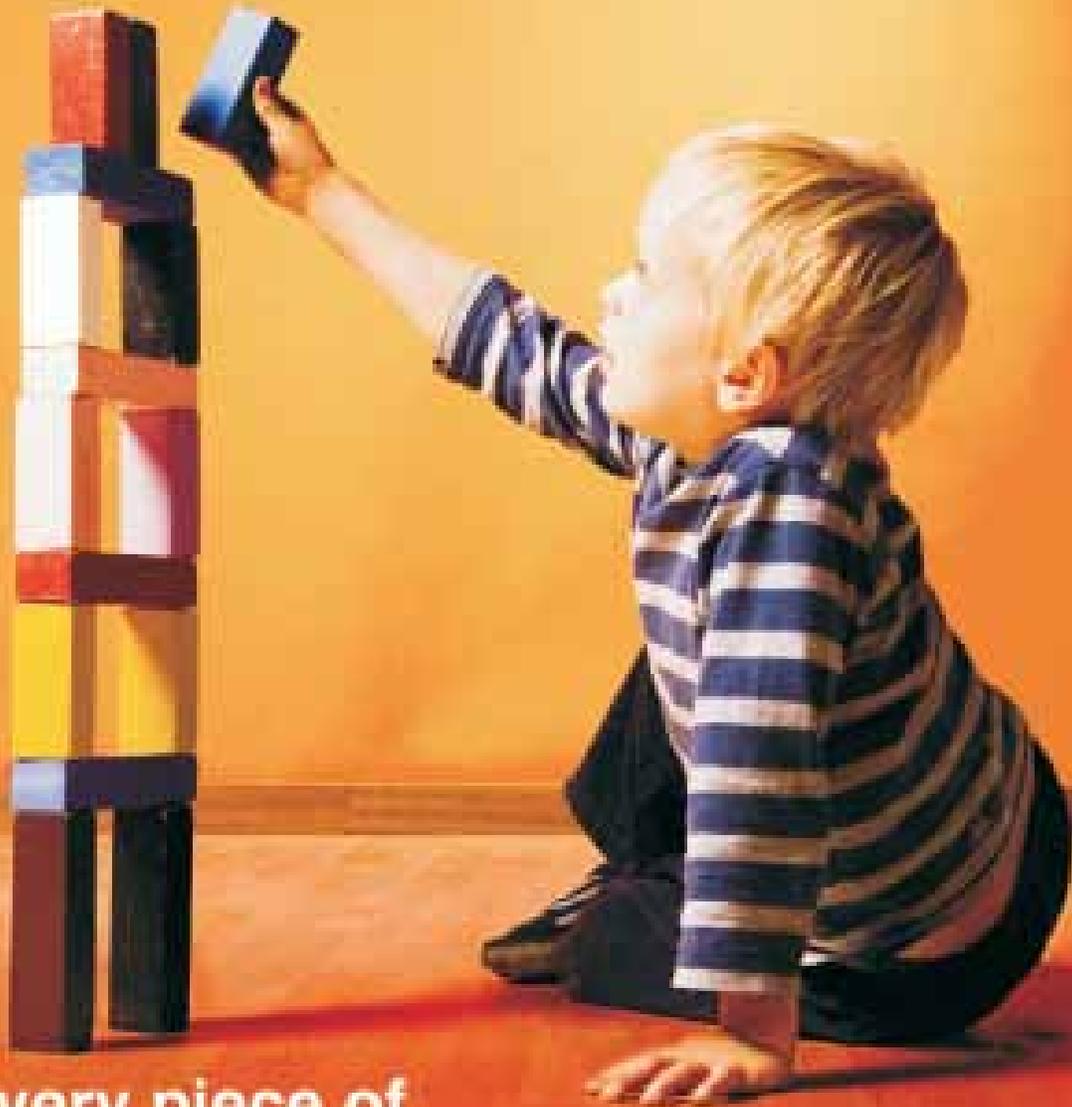
لئے ٹیسٹ کرواتی رہیں بلکہ اندرونی نظام کو درست حالت میں رکھنے کے لئے گائنا کولوجی کے ٹیسٹ بھی کرواتی رہیں۔ ماہرین کہتے ہیں کہ خواتین کی عمر میں اضافے کے ساتھ ہی ان کے صحت سے متعلق مسائل میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ جن میں موٹاپا، نظر کی کمزوری، ذیابیطس اور کینسر جیسے امراض شامل ہیں۔ لیکن اگر آپ مستقل یعنی باقاعدگی سے اپنا میڈیکل چیک اپ کرائی رہیں تو ان امراض کا ابتدا ہی میں پتہ چلا یا اور ان بیماریوں کا بروقت اور موثر علاج ممکن ہو سکتا ہے جبکہ تاخیر میں سامنے آنے والے امراض چونکہ کہنہ شکل اختیار کر چکے ہوتے ہیں اس لئے یہ امراض بعض اوقات متعدد دوسرے امراض کا بھی سبب بن جاتے ہیں اور اس طرح مشکلات میں اضافہ

لاحق ہو بھی جائے تو بھی ابتدا ہی میں اس کا پتہ چل جانے کی صورت میں اس کا علاج آسان ہو جاتا ہے اور بیشتر خواتین مرض کے سنگین صورت اختیار کرنے سے پہلے ہی صحتیاب ہو جاتی ہیں۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ خواتین کو سدا صحت مند خوبصورت اور جاذب نظر رہنے کے لئے چند اصولوں پر سختی سے عمل کرنا چاہئے جن میں سے پہلا اصول یہ ہے کہ اپنی خوراک اور وہ غذا جو آپ لے رہی ہیں ان کا اچھی طرح خیال رکھیں۔ اگر آپ سگریٹ نوشی کی عادی ہیں تو اسے جتنی جلدی ترک کر سکیں کر دیں، اور سب سے بڑھ کر یہ کہ باقاعدگی سے اپنے میڈیکل چیک اپ کو اپنا معمول بنالیں۔ اس مقصد کے لئے نہ صرف یہ کہ اپنی جسمانی صحت کے

عام طور پر اپنے میڈیکل چیک اپ پر کم خواتین توجہ دیتی ہیں اور میڈیکل چیک اپ کا سلسلہ اس وقت شروع کرتی ہیں جب ان کو کوئی ایسی بیماری لاحق ہو جائے جس کا علاج اچھی طرح چیک اپ کے بغیر ممکن نہ ہو یا پھر انھیں روزمرہ زندگی کے امور نمٹانے میں دشواری کا سامنا ہونے لگے، اور ایسی صورت عام طور پر خواتین کو 50 سال کی عمر کے بعد ہی درپیش ہوتی ہے، لیکن ماہرین کا کہنا ہے کہ خواتین کو اپنا یہ طریقہ کار تبدیل کرنا چاہئے اور اپنے میڈیکل چیک اپ کا سلسلہ اوائل عمری میں ہی شروع کر دینا چاہئے باقاعدگی سے میڈیکل چیک اپ کرنے والی خواتین عام طور پر مہلک امراض کا شکار کم ہوتی ہیں اور اگر انھیں ایسی کوئی بیماری





Every piece of creative work inspires us.

- 3 decades of legacy
- 30,000 homes developed
- Global presence in 90 countries

Since 3 decades, Memon have established an enviable reputation for commitment and maximising investor returns. Our unique properties in Dubai offer an unparalleled investment opportunity to earn significant returns on your investment. Whether you choose to invest as an individual or as a syndicate, these properties from Memon Investments are certain to help you fulfil your aspirations. Invest in Memon as we are changing the landscape of Dubai by redefining development.



Building Development

Memon Investments LLC

Toll Free
800 MEMON(635866)

5C, Hamarain Centre, P.O. Box 41080, Dubai, UAE. Tel: +971 4 268 8171, Fax: +971 4 262 8455



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 Satar Dada, Yusuf Dada