



ہر گنجان گنگوہر تمام حدیں پار کر گئے

The Urdu Daily WATTAN Budgam RNI No. JKURD/2011/37141 Vol: 14 No: T71 Pages: 08 قیمت: 02 روپے صفحات: 08 شمارہ نمبر: T71 جلد: 14

گاندریل میں بجلی کرنٹ لگنے سے ایک لقمہ اجل

سرنگار 02 اگست // کرناہ کیوارہ میں جمعہ کے روز سڑک کے ایک الٹا حادثہ رونما ہوا جس میں تین افراد ہلاک ہوئے اور دو زخمی ہوئے۔

سڑک حادثات کے متاثرین کیلئے مفت علاج ہوگا

حکومت نے حادثات کے متاثرین کو بغیر نقدی کے علاج فراہم کرنے کیلئے اسکیم نافذ کی



سرنگار 02 اگست // سڑک حادثات کے متاثرین کیلئے مفت علاج فراہم کرنے کیلئے اسکیم نافذ کی۔

سرنگار 02 اگست // سڑک حادثات کے متاثرین کیلئے مفت علاج فراہم کرنے کیلئے اسکیم نافذ کی۔

جموں و کشمیر میں اسمبلی انتخابات کے انعقاد کی بازگشت

ای سی آئی کی ٹیم جلد جموں و کشمیر وارد ہوگی

جموں و کشمیر کی صورتحال کا جائزہ لینے کے بعد انتخابی شیڈول پر حتمی فیصلہ ہونے کا امکان

سرنگار 02 اگست // جموں و کشمیر میں اسمبلی انتخابات کے انعقاد کی بازگشت۔



جموں و کشمیر میں اسمبلی انتخابات کے انعقاد کی بازگشت۔

جموں و کشمیر میں اسمبلی انتخابات کے انعقاد کی بازگشت۔

راشٹریتی بھون میں صدر جمہوریہ کے ہاتھوں گورنروں کی کانفرنس کا افتتاح

راشٹریتی بھون میں گورنروں کی کانفرنس کا افتتاح کیا۔



گورنروں پر زور دیا کہ وہ مرکز اور ریاستوں کے درمیان ایک موثر جھلکا

سرنگار 02 اگست // جمہوریت کے ہموار کرنے کیلئے بہت ضروری ہے کہ مختلف مرکزی ایجنسیوں...

بی ایس ایف ڈی جی دوروزہ دورے پر جموں پہنچ گئے

بین الاقوامی سرحد پر کوئی علاقوں کا دورہ کر کے سیکورٹی صورتحال کا جائزہ لیا

سرنگار 02 اگست // بی ایس ایف ڈی جی دوروزہ دورے پر جموں پہنچ گئے۔



بی ایس ایف ڈی جی دوروزہ دورے کے دوران ان کا

سرنگار 02 اگست // بی ایس ایف ڈی جی دوروزہ دورے پر جموں پہنچ گئے۔

وزیر اعظم کی رہنمائی سے جوترتی اور خوشحالی ہوئی

اس سے لوگوں کے چہروں پر خوشی لوٹ آئی چھجک



سرنگار 02 اگست // جوترتی اور خوشحالی ہوئی۔

سرنگار 02 اگست // وزیر اعظم کی رہنمائی سے جوترتی اور خوشحالی ہوئی۔

سرحد پار سے دراندازی کی کوششوں کو بھارتی جواب دینے

اور انہیں ناکام بنانے کے لئے حکمت عملی، ہائی ٹیک آلات میکانا لوجی تعینات کیا گیا

سرنگار 02 اگست // بھارتی جواب دینے کیلئے سیکورٹی فورسز نے نئی حکمت عملی مرتب کی ہے۔

سرنگار 02 اگست // سرحد پار سے دراندازی کی کوششوں کو بھارتی جواب دینے کے لئے حکمت عملی، ہائی ٹیک آلات میکانا لوجی تعینات کیا گیا۔

ٹنگڈار میں گاڑی گہری کھائی میں جاگری

انتہا ناگ کے تین شہری لقمہ اجل

سرنگار 02 اگست // ٹنگڈار میں گاڑی گہری کھائی میں جاگری۔



انتہا ناگ کے تین شہری لقمہ اجل

چین بھارت کیساتھ تناؤ کو ختم کرنے کیلئے مل کر کام کرنے کو تیار

ہمارے دونوں لوگ بھائیوں اور بہنوں کی طرح ساتھ چلیں گے: چینی تو نسل جنرل کانگ



سرنگار 02 اگست // چین بھارت کیساتھ تناؤ کو ختم کرنے کیلئے مل کر کام کرنے کو تیار۔

جموں و کشمیر کے ہیلتھ سیکٹر کو چیلنجوں کا سامنا

سرنگار 02 اگست // جموں و کشمیر کے ہیلتھ سیکٹر کو چیلنجوں کا سامنا۔

موسم سرما کے دوران محفوظ اور بغیر کسی رکاوٹ کے سفر کو یقینی بنانے کیلئے جامع سہولیات سے لیس

سرنگار 02 اگست // موسم سرما کے دوران محفوظ اور بغیر کسی رکاوٹ کے سفر کو یقینی بنانے کیلئے جامع سہولیات سے لیس۔

جموں میں شدید بارشوں کے نتیجے میں سٹھنڈی میں سیلابی صورتحال

کئی رہائشی مکانات کو نقصان توئی دریا میں بزرگ شہری بہہ کر لقمہ اجل



جموں کے مختلف علاقوں میں بارشوں کے بعد سیلابی صورتحال۔

سرنگار 02 اگست // جموں میں شدید بارشوں کے نتیجے میں سٹھنڈی میں سیلابی صورتحال۔

ایئر پورٹ پر پارکنگ فیس میں اضافہ بغیر رجسٹرڈ گاڑیوں کا معاملہ میکیسی کیپ ڈی ایئر لائنوں کا احتجاج

سرنگار 02 اگست // ایئر پورٹ پر پارکنگ فیس میں اضافہ بغیر رجسٹرڈ گاڑیوں کا معاملہ میکیسی کیپ ڈی ایئر لائنوں کا احتجاج۔

سخت ترین حفاظتی انتظامات کے بیچ امر ناتھ یا تراجاری

1221 یاتریوں پر مشتمل ایک اور قافلہ جموں پیس کیپ سے واہی کی جانب روانہ



1221 یاتریوں پر مشتمل ایک اور قافلہ جموں پیس کیپ سے واہی کی جانب روانہ۔

سرنگار 02 اگست // سخت ترین حفاظتی انتظامات کے بیچ امر ناتھ یا تراجاری۔

پزل گیمز....

ضعیف عمری میں دماغ کو متحرک رکھتے ہیں

ایک ماہیہ مطالعے نے اس بات کو مزید تقویت بخشنا ہے کہ پزل گیمز، یعنی پتی پتی یا میسرل کرنے والے کھیل یا سرگرمیاں دماغی صحت رکھنے میں معاون ثابت ہوتی ہیں۔ ایک نئے اوقاف کی پیشگی جرنل میں شائع ہونے والی رپورٹ کے مطابق 50 برس سے زائد عمر والے افراد کو پزل گیمز اور دیگر ذہنی طور پر چیلنج دینے والے سرگرمیوں کو کتنا وقت دیتے ہیں اس کے بعد ان کی ذہنی صحت کے لیے مفید ثابت ہونے کے ساتھ ساتھ ان کے دماغ کی کارکردگی میں بھی اضافہ ہوا ہے۔



مطالعہ کا دائرہ کار: 19 ہزار ایک سو افراد پر کیا گیا۔

فرام کر سکتا ہے۔ وہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔ پروفیسر ڈاکٹر جیری ڈی ایڈورڈز کے برعکس ان کا خیال ہے کہ واقع 'اڈاٹر پری' دماغی صحت کی بہتر دیکھ بھال کے لیے مفید ہے۔ اس مطالعے سے اتنا ہی پتہ چلتا ہے کہ پزل گیمز، بومبارڈنگ اور دیگر سرگرمیوں کو ایسا ہی مفید ثابت ہو سکتا ہے۔

کرتا ہے کہ کئی اور مددی پتیلیوں پر مشتمل سرگرمیوں میں باضابطہ طور پر مشغول رہنے والے اذہان نسبتاً بڑی عمر تک بہتر طور پر کام کرتے رہتے ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ پزل گیمز اور دیگر ذہنی طور پر چیلنج دینے والے سرگرمیوں کو کتنا وقت دیتے ہیں اس کے بعد ان کی ذہنی صحت کے لیے مفید ثابت ہونے کے ساتھ ساتھ ان کے دماغ کی کارکردگی میں بھی اضافہ ہوا ہے۔

یہ مطالعہ اس بات کو ثابت کرتا ہے کہ پزل گیمز اور دیگر ذہنی طور پر چیلنج دینے والے سرگرمیوں کو کتنا وقت دیتے ہیں اس کے بعد ان کی ذہنی صحت کے لیے مفید ثابت ہونے کے ساتھ ساتھ ان کے دماغ کی کارکردگی میں بھی اضافہ ہوا ہے۔

مختلف تیل کے طبی فوائد



قدرت کی علامت ہے۔ یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

تیل کی طبی فوائد: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

بہتر تیل کی طبی فوائد: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

بہتر تیل کی طبی فوائد: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

دماغی توازن

دماغی توازن: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

ماہرین کی آراء

ماہرین کی آراء: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

ٹیلی گرام نے میج کے ترجمہ کی سہولت فراہم کر دی

ٹیلی گرام نے میج کے ترجمہ کی سہولت فراہم کر دی: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

شکر کا زیادہ استعمال کیوں خطرناک ہے؟

شکر کا زیادہ استعمال کیوں خطرناک ہے؟: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

شکر کی کتنی مقدار لینی چاہیے؟

شکر کی کتنی مقدار لینی چاہیے؟: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

موتیابی کی وجہ

موتیابی کی وجہ: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

عمر کے مطابق صحت مند زندگی گزاریں

عمر کے مطابق صحت مند زندگی گزاریں: یہ امریکہ میں ہونے والی اس سے متعلق ایک اور تحقیق کا حوالہ دیتی ہے جس میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کی گئی ہے کہ ضعیف عمری میں کوہر ہڈی اور دماغی صحت میں متاثرہ افراد کے خلاف انہیں خصوصی سماجی تقاضات اور سرگرمیوں میں کمی کا باعث بنتی ہے۔



# درِ دل کے واسطے پیدا کیا انسان کو۔!



## درِ دل

سید فلیکس

اللہ تعالیٰ نے انسان کو معزز پیدا کیا ہے۔ اشرف المخلوقات بنایا ہے اگر وہ سب کے آگے ہاتھ پھیلائے لگے تو ساری عزت و وقار بر باد ہو جائے گا۔ اس بارے میں ہادی برحق نبی آخر الزماں کے ارشاد گرامی کا مفہیم ہے: ”جس شخص نے اپنی ذات کے لیے ایک مرتبہ سوال کا دروازہ کھولا، اللہ اس کے لیے تقویٰ و احتیاج کا دروازہ کھول دیتا ہے۔“ یعنی جو انسان خود اپنے آپ کو ذلیل و رسوا کرتا ہے خدا بھی اس پر ذلت و رسوائی مسلط کر دیتا ہے اور اس کے لیے تقویٰ و احتیاج کا دروازہ کھول دیتا ہے۔ دراصل معاشرے کی صحت اور حسن کا دار و مدار حسن اور پر خلوص طریقے سے حقوق کی ادائیگی پر منحصر ہے۔ حقوق اللہ کے مقابلے میں حقوق العباد کی زیادہ اہمیت ہے کیوں کہ حقوق اللہ کی عمال ہوتی ہے اور اللہ تعالیٰ سزاؤں سے بھی زیادہ اپنی مخلوق سے پیار و محبت کرتا ہے لہذا جو اس کی مخلوق کی مدد کرے گا اللہ بھی اس کو محبوب رکھے گا۔ اب ضروری ہے کہ مخلوق خدا کی خدمت کرتے ہوئے کسی چھوٹی سی تکلیف کو بھی نظر سمجھ کر یہ موقع تو ناہم نہیں چاہیے جیسا کہ آقا نے وہ عالم آنحضرت کا فرمان ہے: ”آگ سے بچو، اگر کچھ جگہ کا کچھ حصہ کسی ضرورت مند کو دے کر ہی کسی سے سو روپے میں اللہ تبارک و تعالیٰ کا ارشاد ہے: ”اور تنگی کے کاموں میں آگے بڑھنے کی کوشش کیا کرو۔“ حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ حضور نے فرمایا: ”مفہوم: جو شخص دیکھے کہ کسی مسکین کی تنگیوں میں سے کسی تکلیف کو دور کرے گا، جو شخص کسی مشکل میں سے کسی کو نکالے گا، جو شخص کسی مسکین کی مدد میں لگا رہے گا، جو شخص کسی مسکین کی مدد میں لگا رہے گا، جو شخص کسی مسکین کی مدد میں لگا رہے گا، جو شخص کسی مسکین کی مدد میں لگا رہے گا۔“

سوال کرنے والوں کو دوسرے غلاموں کو آزاد کرے۔“ جب ہم اپنا محبوب مال اللہ کی راہ میں خرچ کریں تو سب سے پہلے نظر دوڑائیں کہ ہمارا کوئی عزیز رشتہ دار مالی تنگی کے پیش نظر مستحق تو نہیں۔ اگر کوئی رشتہ دار تک دست ہے تو سب سے پہلے اللہ سبحانہ و تعالیٰ نے اس کی ضروریات پوری کرنے کی تاکید کی ہے۔ یعنی مصارف فی سبیل اللہ کی اس فہرست میں سب سے پہلے تاکیدیہ ضرورتیں درج کی ہیں۔ حضور کے ارشاد مبارک کا مفہوم: ”رشتہ داروں سے بدلے کے طور پر سلوک کرنے والا صحیح معنوں میں صلہ رحمی کرنے والا نہیں، اصل صلہ رحمی کرنے والا تو وہ ہے کہ رشتہ دار اس سے تعلق بھی کر لیں پھر بھی وہ ان سے تعلق پاتی رکھے اور ان کے حقوق ادا کرے۔“

شیطان اللہ کا ناکھنرا ہے لہذا انسان کے لیے لازم ہے کہ فضل خیر سے بچے۔ مزید اس آیت میں اللہ رب العزت مالی استطاعت کے اقتدار کی صورت میں انکار کرنے کا ادب سکھا رہا ہے کہ اگر اظہارِ معذرت کرنا پڑے تو نرمی اور مہم کی کے ساتھ معذرت کرو، لہجے میں تشریح اور سختی نہ ہو، جیسا کہ لوگ عام طور پر ضرورت مندوں اور غریبوں کے ساتھ کرتے ہیں۔ پھر اللہ تبارک و تعالیٰ نے خرچ کرنے کے اہداف میں مکمل راہ نمائی فرمائی ہے اگر اللہ تعالیٰ نے مالی وسعت و فراوانی دی ہے اور ضرورت مندوں پر خرچ کرنے کا جذبہ بھی ہو تو اپنا ہاتھ نہ اتارنا چاہئے کہ سب کچھ لانا اور پھر تنگی دتی جائے کہ اللہ تعالیٰ نے اس سے تعلق پاتی رکھے اور ان کے حقوق ادا کرے۔“

اشیاء اور ہائی کا مفہوم: ”اور قربت داروں کو ان کا حق ادا کرو اور محتاجوں اور مساکین کو بھی دو، اور اپنا مال انہیں خرچ کرنے سے مت باز رہو، بلکہ استطاعت خیر کی طرف شیطان کا بھلائی ہے اور شیطان اپنے رب کا بڑا ہی ناکھنرا ہے، اگر تمہیں تنگ دہی کے باعث ان سے منہ پھیر لینا پڑے، اپنے رب کی اس رحمت کی جستجو میں، جس کی امید رکھتا ہے تو بھی تجھے چاہیے کہ مہم کی اور نرمی سے انہیں سمجھا دے۔“

# وقت کی اہمیت

دنیا کی سب سے قیمتی متاع وقت ہے جو ایک بار چلا جائے تو واپس نہیں آتا، وقت ہمارا سب سے بڑا استاد ہے جو وہ کچھ سکھاتا ہے جو شاید ماں باپ، استاد، عالم کوئی بھی نہیں سکھاسکتا۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ وقت ہمارے لیے ایسے جیسا کہ ہوتا ہوا سمندر، دریا اور آبشار، جو ایک بار بہ کر واپس نہیں آتے، اسی طرح گزرنے والے وقت کی مثال ہے کہ گزرنے کے بعد بھی واپس نہیں آتا۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ اس کو گزارنا کیسے ہے؟ اس کو ایسے کہیں کہ وقت ہم کو گزارتا ہے۔ تجربوں سے، لوگوں کو ہماری زندگی کا حصہ بنا کر وقت اس کا تعین کر رہا ہوتا ہے۔ وقت یہ طے کرتا ہے کہ ہماری تعلیم اور تربیت کے بارے میں کون سے دار و گاہگ ہمارے کن لوگوں سے ملاقات ہوگی، ہم کن کن کے درمیان پروان چڑھیں گے اور کن لوگوں کے ساتھ ہمارا واسطہ پڑے گا، یہ وہ دور ہوتا ہے ہماری زندگی کا جس میں ہماری ایسی کوئی سوچ نہیں ہوتی، وقت فیصلہ نہیں ہوتی یہ سب ہمارے والدین سے طے کرتے ہیں کہ ہمیں تعلیم کیسے دینی ہے، کون سا کالج یا مدرسہ تعلیم کے لیے بہتر ہے، اگر یہ سب طے ہو گیا تو تمام عمر کی آزمائش، اس جگہ بھی وقت کی اہمیت لازم، اگر وہ یہ کہتی اور وقت نکل گیا تو تمام عمر کا بچپنا ہوا۔ اس لیے یہ جاننا بہت ضروری ہے کہ ہم کس کے زیر سایہ تربیت پائیں گے اور کس رشتہ پر چلیں گے؟ یہ سب وقت پر ہونا ضروری ہے سب وقت طے کرتا ہے جو ہمیں گزارتا ہے، مختلف مرحلوں سے تجربوں سے، اس وقت کے بارے میں غور و فکر ہونا ضروری ہے۔ زندگی کے تجربوں سے گزارنا ایسا ہی ہے جیسے میرے کوشاں کے چینی خوب صورتی سے تزیین کیے گئے انتخاب صورت ہوگا۔ پھر اس کے بعد مر جاتا ہے ہمارے زندگی کے اس وقت کا جب ہم فیصلہ کرنے میں خود مختار ہوتے ہیں اور یہ ہماری اپنی ذات کے فیصلے پر منحصر ہوتا ہے کہ ہم کن لوگوں کو چھتے ہیں اپنے ساتھ کے لیے، چاہے ہمارے دوست ہوں، کاروبار کے ساتھی یا ہمارے ساتھ زندگی گزارنے والے لوگ، یہ سب فیصلے وقت کے ساتھ ہوتے ہیں۔ بعض اوقات سب سے لوگوں سے اپنا تنگ کرنے میں محتاطی طور پر لیکن وقت ان کا مقرر کردہ لیکن پھر یہ مرحلہ بھی شروع ہوتا ہے کہ ان کا تعین کریں کہ کس کے ساتھ ہمیشہ کے لیے رہنا ہے؟ زندگی کیسے گزارنی ہے اور بچوں کو وقت کس کو دینا ہے، تعلیم کسے کرنا ہے وقت کو؟ اور کون وقت کو ہمارے ساتھ گزارنا چاہتا ہے اور یہ بات اس پر منحصر ہے کہ ہم کس طرح کے رویے اختیار کرتے ہیں اور وقت کی قدر کر کے ہم خود کو کیسے لوگوں کے لیے آسانی مہیا کرنے والا بننے ہیں؟ وقت کی ایک اہم ترین مثال دن اور رات ہے، اللہ تعالیٰ نے وقت کو تقسیم کیا ہے دن اور رات میں، 12 گھنٹے کا دن اور 12 گھنٹے کی رات، اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ وقت کی کیا اہمیت ہے۔ نمازوں کا وقت مقرر ہے، اگر بوقت نہ پڑیں تو نقصان۔ صبح کے وقت میں برکت رکھی گئی کہ یہ رزق کی تقسیم کا وقت ہے۔ صبح کے مغرب کے اندر سے بعد دروازے بند کرو اور بڑھو کو ڈھانپ دو، یعنی اس میں بھی وقت کا تعین ہے۔ دن میں ایسا کوئی کم نہیں ہے۔ رزق کی تلاش کے لیے اللہ نے صبح کے وقت کو بہترین کہا ہے کہ سورج کے ساتھ ہی رزق کی تلاش میں نکلنا اور اس کا فضل تلاش کرو، پھر وہ بھی جھوکنا نہیں چھوڑنا کیوں کہ صبح کے وقت رزق کی تلاش میں نکلنے ہیں۔ طے یہ ہوا کہ سب سے اہم ہے وقت کہ ہم اس کو کیسے صرف کرتے ہیں اور کیا حاصل کرتے ہیں۔ یہ بات طے شدہ ہے کہ ہر چیز اور وقت پر کرنی جائے تو ہم سے یعنی رزق طالع کا تعین، لوگوں کی قدر، نقصان سے بچنا، یہ سب وہ باتیں ہیں جو وقت کے بعد سے کاربہا ہیں اور خسارے کا سودا ہیں۔ سب سے اہم یہ بات کہ وقت کی قدر کیجیں اور یہ سب کچھ کھانے کے بعد ہر چیز کا وقت طے کرنا ہے تو کیا اہمیت ہے اس کی؟ سورج اپنے وقت پر طلوع اور غروب ہوتا ہے، موسم اپنے وقت پر آتے ہیں اور جاتے ہیں۔

امانت میں مسلسل خیانت کرتے رہتے ہیں، ایسے لوگ بڑے نقصان میں ہیں لیکن جو لوگ ضرورت مندوں کی مدد کرتے ہیں اللہ اپنے فضل سے انہیں اور بھی دے گا جو تنگی کے کاموں میں خرچ نہیں کرتے وہ تنگ دل ہیں اور جو ضرورت کے وقت ضرورت مندوں کے کام آتے ہیں وہی صلاح پانے والا ہیں۔ ایسے شخص کے لیے بہت اہمیت رکھتا ہے جو شخص اپنے نفس کی بے پناہ خواہشوں کے باوجود کسی دوسرے کی مدد کرے اللہ سے اور زیادہ عطا فرماتا ہے اور اس کے رزق میں وسعت عطا فرماتا ہے۔ قرآن مجید میں ارشاد کا مفہوم ہے: ”اور جو لوگ اللہ کے دیے ہوئے فضل کے معاملے میں نکل سے کام لیتے ہیں وہ اس نفل تمہی میں نہ رہیں کہ یہ ان کے لیے اچھا ہے بلکہ یہ ان کے لیے بہت بڑا ہے جس مال میں انہوں نے نکل کیا ہے۔“ اس کا طوق روز قیامت ان کے گلے میں ڈالا جائے گا۔ اللہ کی مخلوق جو اپنے تصرف میں لائق ہے دراصل وہ اللہ کی ہی ملکیت ہے، اس نے مخلوق کو عارضی طور پر دیا ہے لہذا اس عارضی قبضے کے دوران اللہ کے مال کو اللہ کی راہ میں دل کھول کر خرچ کیا جائے اور نفل سے کام نہ لیا جائے۔ قرآن پاک میں ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ”انسان جلد باز پیدا کیا گیا جب اس پر مصیبت آتی ہے تو یہ گھبرا جاتا ہے اور جب خوش حالی نصیب ہوتی ہے تو نکل کرنے لگتا ہے۔“ مفہوم: ”اللہ ایسے لوگوں کو پسند نہیں کرتا کہ جو اپنے آپ کو بڑی چیز سمجھتے ہیں اور خرچ جاتے ہیں وہ خود نکل کرتے ہیں اور دوسروں کو نکل کرنے پر کساتے ہیں۔“ (اللہ پر) اللہ میں نکل جیسی نعمت سے بچائے رکھے اور دیا ہوا مال اپنی راہ پر زیادہ سے زیادہ خرچ کرنے کی اپنے صحیب پاک ﷺ کے صدقے تو فیض عطا فرمائے۔ آمین

ہے۔“ اللہ کے نزدیک پسندیدہ عمل یہ ہے کہ بندہ نہ تو تنہی کرے اور نہ ضرورت سے زیادہ خرچ کرے بلکہ اپنے بر عمل میں اعتدال کا مظاہرہ کرے۔ تنہی کی بنا پر انسان اللہ کے بہت سے احکامات کی بجا آوری میں ناکام رہتا ہے، انسان کو چاہیے کہ نہ تو وہ تنہی کرے اللہ کی ناراضی مولے اور نہ سب کچھ سے اسے لگاپنی جائز ضروریات کے لیے بھی کچھ نہ رکھے، اگر یہ ایسا کرے گا تو حسرت زدہ بن جائے گا، بہتر یہ ہے کہ اعتدال کو اپنانے اسی میں نجات ہے۔ ہر عمل میں اعتدال بندے کو اللہ کی نظر میں سرفراز کرتا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ”اور جس نے نکل کیا اور (اپنے اللہ سے) بے نیازی برتی اور بھلائی کو بھلا یا اس کے لیے سخت عذاب سے اور اس کا مال آخر اس کے کس کام آئے گا جب کہ وہ ہلاک ہو جائے گا۔“ جس شخص نے تنہی سے مال و دولت جو جوڑ کر رکھا اور صرف اپنی ذات اپنے نفس و آرام پر تولد کھول کر خرچ کیا مگر تنگی اور بھلائی کے کاموں میں نکل دلی کا مظاہرہ کیا وہ بڑے خسارے میں رہے گا، جو مال اس نے جوڑ کر رکھا ہے وہ اللہ ہی کی امانت ہے اللہ نے وہ مال اسے امانت کے طور پر دیا ہے اگر وہ یہ امانت فریبوں اور ضرورت مندوں کو نہیں دے گا تو خیانت کا مرتکب ہوگا، یہ نکل کیا ہوا مال اس کے مرنے کے بعد کس کام آئے گا۔؟۔“ قرآن میں ارشاد کا مفہوم: ”اور جو دل کی نکل (یا نفس کے نکل) سے محفوظ رہے ایسے ہی لوگ صلاح پانے والے ہیں۔“ زیادہ تر لوگ اپنے نفس کے نکل کی بنا پر ضرورت مندوں کی مدد نہیں کرتے اور کس کے غلام بنے رہتے ہیں جو نہیں نکل کی طرف مائل رکھتا ہے اور اپنے علاوہ کسی دوسرے پر خرچ کرنے سے روکتا ہے وہ اپنی خواہشوں کی تکمیل میں اللہ کی

دیتا ہے۔ اس میں غریبوں اور ناداروں کا بہت بڑا حصہ ہوتا ہے، سب سے پہلا خاندان کے غریب و نادار رشتہ داروں کا ہوتا ہے جن کے حالات سے خاندان کے لوگ بہت اچھی طرح واقف ہوتے ہیں اس کے بعد تنہیوں، محتاجوں اور مساکین کا حق ہے، اللہ نے جو بھی مال دیا ہے اسے تمام حق داروں میں درجہ بدرجہ تقسیم کرنے سے اللہ کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے، یہ سچ نہیں ہے کہ اپنی خواہشات کو انسان اتنا بڑھا دے کہ ان حق داروں کا حصہ بھی خود بڑپ کر لیا جائے، جو ان کے مال میں سے اللہ نے بہ طور امانت اسے ان لوگوں کو حق دیا ہے۔“ قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کے ارشاد کا مفہوم ہے: ”اور جو لوگ سونا چاندی بیع کر کے رکھتے ہیں اور اسے اللہ کی راہ میں خرچ نہیں کرتے انہیں دردناک سزا کی خبر دے دو۔“ ضرورت سے زیادہ سونا، چاندی اور مال و دولت بیع کرنے کی اسلام میں سخت ممانعت ہے، یہ سب اللہ کی راہ میں خرچ ہونا چاہیے، اپنی ضرورت سے زیادہ مال کا بیع کرنا اور اسے غریبوں اور ناداروں میں تقسیم نہ کرنا اپنے آپ کو مشکل اور بلاکت میں ڈالنے کے مترادف ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ”اور اپنا ہاتھ نہ تو اپنی گردن سے باندھ رکھ کر خرچ نہ کرے اور نہ اسے بالکل ہی کھول دے تاکہ علامت زدہ اور حسرت زدہ بن کر بیٹھا رہ جائے۔“ اللہ کو ہر کام میں اعتدال پسند ہے، وعدے سے زیادہ اور وعدے تم دونوں ہی عمل نقصان دہ ہیں، اعتدال پسندی بہترین طریقہ کار ہے اسی لیے مسلمانوں کو اسامت وسطا بنانا پاتا ہے۔ قرآن کریم میں ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم: ”اور ہم نے تمہیں (ایسی) جماعت بنا دیا ہے جو (ہر جگہ) اعتدال پر

دیتا ہے۔ اس میں غریبوں اور ناداروں کا بہت بڑا حصہ ہوتا ہے، سب سے پہلا خاندان کے غریب و نادار رشتہ داروں کا ہوتا ہے جن کے حالات سے خاندان کے لوگ بہت اچھی طرح واقف ہوتے ہیں اس کے بعد تنہیوں، محتاجوں اور مساکین کا حق ہے، اللہ نے جو بھی مال دیا ہے اسے تمام حق داروں میں درجہ بدرجہ تقسیم کرنے سے اللہ کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے، یہ سچ نہیں ہے کہ اپنی خواہشات کو انسان اتنا بڑھا دے کہ ان حق داروں کا حصہ بھی خود بڑپ کر لیا جائے، جو ان کے مال میں سے اللہ نے بہ طور امانت اسے ان لوگوں کو حق دیا ہے۔“ قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کے ارشاد کا مفہوم ہے: ”اور جو لوگ سونا چاندی بیع کر کے رکھتے ہیں اور اسے اللہ کی راہ میں خرچ نہیں کرتے انہیں دردناک سزا کی خبر دے دو۔“ ضرورت سے زیادہ سونا، چاندی اور مال و دولت بیع کرنے کی اسلام میں سخت ممانعت ہے، یہ سب اللہ کی راہ میں خرچ ہونا چاہیے، اپنی ضرورت سے زیادہ مال کا بیع کرنا اور اسے غریبوں اور ناداروں میں تقسیم نہ کرنا اپنے آپ کو مشکل اور بلاکت میں ڈالنے کے مترادف ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ”اور اپنا ہاتھ نہ تو اپنی گردن سے باندھ رکھ کر خرچ نہ کرے اور نہ اسے بالکل ہی کھول دے تاکہ علامت زدہ اور حسرت زدہ بن کر بیٹھا رہ جائے۔“ اللہ کو ہر کام میں اعتدال پسند ہے، وعدے سے زیادہ اور وعدے تم دونوں ہی عمل نقصان دہ ہیں، اعتدال پسندی بہترین طریقہ کار ہے اسی لیے مسلمانوں کو اسامت وسطا بنانا پاتا ہے۔ قرآن کریم میں ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم: ”اور ہم نے تمہیں (ایسی) جماعت بنا دیا ہے جو (ہر جگہ) اعتدال پر

# حسرت خدا کا سہارا بنو

صاحب زادہ ذیشان عظیم مصوی آئے ان سب کا دست و بازو وہ دکھائیں اور کشادہ دل اور اعلیٰ ظرفی سے ان کی مدد کریں یہ ہمارا دینی، اخلاقی اور انسانی فریضہ ہے، اس موقع پر سخاوت کیجیے اور نفل سے اجتناب برتیے۔ قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کے ارشاد کا مفہوم ہے: ”اور ایسے لوگ بھی اللہ کو پسند نہیں ہیں جو تنہی کرتے ہیں اور دوسروں کو بھی تنہی کی ہدایت کرتے ہیں اور جو اللہ نے اپنے فضل سے انہیں دیا ہے اسے چھینتے ہیں، ایسے کفرانِ نعمت کرنے والوں کے لیے ہم نے رسوا کن عذاب مہیا کر رکھا ہے۔“ (النساء) اس آیت مبارکہ سے ہمیں معلوم ہوا کہ اللہ نے اپنے کرم سے اگر کسی کو نیادی دولت رو پینا اور شہرت سے نوازا ہے اور وہ شخص اس کو اللہ کی راہ میں خرچ نہیں کرتا اور اس کو چھپا کر رکھتا ہے تو اس کو یہ عمل اللہ کے نزدیک بہت ناپسندیدہ ہے اور اس کے لیے عذاب کا باعث ہے، جب کہ اگر اس مال و دولت پر اللہ کی نعمت پر اس کا شکر ادا کیا جائے تو اللہ تعالیٰ خوش ہوگا اور نعمتوں میں اضافہ فرمائے گا۔ ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ”متم (ان نعمتوں پر) مجھے یاد کرو میں تمہیں (عبادت سے) یاد رکھوں گا اور میری (نعمت کی) شکر گزاری کرو۔“ (البقرہ)

# آبی آلودگی کیوں؟ کیسے قابو پایا جاتے؟



میراجمان  
دنیا میں کم از کم ایک ارب لوگوں کو پانی کی کمی کا مسئلہ درپیش ہے اور 2.7 ارب انسان ایسے ہیں جنہیں سال کے کم از کم ایک مہینے میں پانی کی کمی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔  
حال ہی میں دنیا کے پانچ سو بڑے شہروں کا سروے کیا گیا جس سے معلوم ہوا کہ ہر چار میں سے ایک شہر پانی کے باؤ سے دوچار ہے۔ اقوام متحدہ کے مطابق یہ وہ صورت حال ہے جب پانی کی سالانہ مقدار 1700 مکعب میٹر (17 لاکھ لیٹر) کی کم سے کم ہو جائے۔ بہت سے لوگوں کو یہ جان کر حیرت ہوئی کہ لندن میں بھی پانی کی فراہمی باؤ کا شکار ہے۔

عام طور پر سمجھا جاتا ہے کہ وہاں بہت بارش ہوتی ہے، لیکن لندن میں بارش کی مقدار پیرس اور نیو یارک کے مقابلے میں کم ہے اور یہاں 80 فیصد پانی دریاؤں سے آتا ہے۔ گریٹر لندن اتھارٹی کے مطابق 2025 تک شہر میں پانی کی پزیرا شرح ہو جائے گا اور یہ مسئلہ 2040 تک سنگین شکل اختیار کر لے گا۔ عالمی ادارہ صحت (ڈبلیو ایچ او) اور اقوام متحدہ کے بچوں سے متعلق ادارے 'یونیسف' کی رپورٹ کے مطابق پاکستان میں صرف 36 فیصد آبادی پینے کا صاف پانی استعمال کر رہی ہے۔  
پاکستان میڈیکل ایسوسی ایشن کی گزشتہ سال جاری ہونے والی رپورٹ میں کہا گیا تھا کہ گندے پانی کا استعمال ملک میں 30 فیصد بیماریوں کا سبب ہے اور 40 فیصد اموات بھی اس کی وجہ سے ہوتی ہیں۔  
تعلیم کے ساتھ ساتھ پانی کے ماحول کے تحفظ میں حصہ لینے کے لیے عملی سرگرمیاں بھی ہونی چاہئیں جیسے پھل کے اطراف کوڑا کرکٹ اٹھانا، پکڑا سمندر میں نہ پھینکانا، ان لوگوں کے لیے جو ماحولیات کے شعبے میں کام کرتے ہیں، وسیع اطلاق کے لیے گندے پانی کے علاج کے نئے طریقوں کو کوشش کرنا اور پانچواں پیشہ ضروری ہوتا ہے۔  
گھروں میں پانی کی صفائی کا خیال رکھنے کے لیے شعور پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔ کوڑا کرکٹ کو وقت پر ٹھکانے لگائیں۔ اسے تالابوں، جھیلوں یا ندیوں میں نہ پھینکیں۔ یونائیٹڈ نیشنز انورسٹمنٹ پروگرام (UNEP) اقوام متحدہ کا ایک اہم ادارہ ہے۔  
اس کی ایک رپورٹ کے مطابق صنعتیں بہت زیادہ فضلہ پیدا کرتی ہیں اور ویسٹ مینجمنٹ کا مناسب نظام نہ ہونے کے

## تیل ہماری صحت پر کیا اثرات مرتب کرتے ہیں؟

ماٹھی شفیق  
جب سر کے بال چھوئے ہوتے تھے تو وہ ایسا چمک چمک کر سر میں تیل کی مائش کرتی تھیں اور پھر سر کو چھینا یا نمودہ دیتی تھیں۔  
دو دن چھینا بندھی رہتی تھیں سر سے دن چھینا چھلوا کر سر چھوئی تھیں۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ آج سر کے بال گتے سیاہ، چمک دار ہونے کے ساتھ ساتھ سر کے بال بھی آج زمانہ بدل گیا اور لوگوں نے اپنے اور بچوں کے سروں میں تیل کا تیل لگا کر باہمی چھوڑ دیا۔ ٹو بہت یہاں تک آچکی ہے کہ چھوٹی عمروں ہی میں سر کے بال سفید ہونا شروع ہو گئے ہیں۔  
بالوں کے بہت سارے مسائل نے جنم لے لیا ہے۔ اگر بچوں کے سروں میں تیل لگا کر لگائے تو وہ لگانے ہی نہیں دیتے۔ نوجوان لڑکے لڑکیاں بھی تیل لگا کر انہیں کرتے۔ آج کل کی نوجوان نسل مارکیٹ میں آنے سے تیل سے مختلف برانڈز کی میکچر سے بھر پورنہ جاننے لگا ہے کہ پانچ سو بڑے شہروں سے شروع ہونے والا یہ فیشن اب چھوٹے چھوٹے شہروں اور قصبوں تک کو اپنی لپیٹ میں لے چکا ہے۔ تاہم گاؤں میں آج بھی مائش کو بچپن ہی سے سر میں تیل لگا کر سر کو چھینا بندہ دیتی ہیں۔ بزرگ خواتین کہتی ہیں کہ 'تیل لگانے سے بالوں کی مشبوٹا لٹھوٹا ہوتی ہے اور بال تیزی سے بڑھنے کے ساتھ ساتھ گتے بھی ہونے لگتے ہیں۔' یہ بات دل کو بھی بھلی لگتی ہے کیونکہ آج بھی بزرگوں کے بال بچپن سے ہی گتے ہوئے ہیں۔  
آج کل اکثر شہر کو مٹا ہے کہ بال بہت کمزور، روکھے اور سفید ہو گئے ہیں، بہت گرتے ہیں، بال لمبے نہیں ہوتے۔ اگر سوچیں تو اس کی وجہ یہی ہے کہ ہم اپنے بالوں کی صحت اور ان کی خوراک پر توجہ ہی نہیں دیتے۔ جب ان پر توجہ نہیں دی جاتی تو پھر بڑے ہونے پر بالوں کی بیماریوں کا لالچ ہو جاتا ہے۔ کیا آپ نے کسی سوچا ہے کہ آپ کے بالوں کو کون کون سا کھانسی دہی جاتی تو پھر بڑے اور یہ کہ اپنے بالوں کی درست طریقے سے روزانہ صفائی کرنی ہے یا نہیں؟ بالوں کی صحت کیلئے مختلف قسمتی شیو، ہینر، کنڈیشنر اور ٹونک آرنے جاتے ہیں لیکن تیل کی طرف کوئی توجہ نہیں دیتی جاتی۔ اگر آپ کی خواہش ہے کہ آپ کے سر کے بال گتے، سیاہ، چمک دار ہونے کے ساتھ ساتھ خشکی و سکری سے بھی محفوظ رہیں تو پھر سر میں سروں کا تیل لگانا شروع کریں۔ اس قدر زیادہ لگانے کے کہ وہ بالوں کی جڑوں تک پہنچ جائے تاکہ بالوں کی خوراک میں اپنا ٹھیکہ طرح سے کردار ادا کر سکے۔ یہ بات یاد رکھنی ضروری ہے کہ تیل صرف بالوں ہی کیلئے ضروری نہیں ہوتا بلکہ مختلف اقسام کے تیل درودوں سے نجات کیلئے بھی استعمال کیے جاتے ہیں۔ مثلاً کھجور کا تیل

حدیث نبوی ﷺ سے کہ گھونٹی میں موت کے سواہر بیماری کا علاج ہے۔ یعنی تھوڑے تھوڑے روغن کھجور یا بادام، قاج، دودھ، جلدی امراض کے ساتھ ساتھ امراض قلب، خشکی اور درود کرنے کے علاوہ بالوں کیلئے بے حد مفید ہے۔  
زیتون کا تیل  
حدیث نبوی ﷺ سے کہ زیتون کا تیل کھاؤ اور اس سے جسم کی مائش کرو کیونکہ یہ پاک و صاف اور مہربان ہے۔ زیتون کا تیل خشک جلد کو نرم، ملائم کرتا ہے اور پھر سے رگت کو بھی کھاتا ہے۔ یہ بدن کو تیزی سے تازہ کرتا ہے اس لئے کمزور بچوں کو زیتون کے تیل سے مائش کرنی چاہئے۔ زیتون کا تیل قاج، کھنٹیا کے علاوہ غار، پھل، خشکی اور بچہ کی صورت میں بھی مفید ہے۔  
سروں کا تیل  
سروں کا تیل بھی جسم کی مائش اور بالوں کو لگانے کے علاوہ کھانے پکانے کیلئے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ نہ صرف جسم میں کوئلہ سوز کو بڑھنے نہیں دیتا بلکہ بھی اور دیگر تیل کے برعکس جسم میں چربی اور وزن کو بھی بڑھنے سے روکتا ہے۔ اسے چھاری تیاری کیلئے بھی استعمال کرتے ہیں۔ کھانا پکانے سے پہلے سروں کے تیل کو اچھی طرح کھول لیا جائے تو اس میں پکائے گئے سارے سے تیل جیسی مہک دور ہوجاتی ہے۔ سروں کے تیل سے سر کے بالوں کی روزانہ مائش بالوں کو ٹھکانا اور چمکدار بنانے کے علاوہ سکری جلد کو خشکی و سکری سے صاف کرتی ہے۔ اس سے دماغ کو بھی تازہ اور سکون ملتا ہے۔  
تاریل کا تیل  
تاریل کا تیل بالوں میں لگانے سے نہ صرف بال گرنا بند ہوجاتے ہیں بلکہ یہ بالوں کو نرم و ملائم، چمک دار اور لمبا کرتا ہے۔ اس کی قدرتی خوشبو تازگی کا احساس بھی پیدا کرتی ہے۔ واضح رہے کہ تاریل کا تیل بھی کھانا پکانے میں استعمال کیا جاتا ہے۔  
آملہ دریا اور سیب کا پانی کا مکس تیل  
یہ تیل سر پر لگانے سے بالوں کی جڑیں مشبوٹ ہوتی ہیں اور رفتہ رفتہ بال گرنا بند ہوجاتے ہیں۔ یہ تیل خشکی و سکری کے خاتمے کے ساتھ ساتھ بالوں کی سفیدی کو بھی دور کرتا ہے اور بال لمبے، سیاہ، چمک دار اور نرم ملائم ہوجاتے ہیں۔  
چھیلی کا تیل بدن کو تازہ  
یہ تیل کمزور اشخاص اور لافریبوں کو چند قطرے دودھ میں ملا کر دینا انتہائی مفید ہے۔ اپنی افادیت کے ساتھ ساتھ یہ خاصا گرم ہوتا ہے اس لئے ہمیشہ اس تیل کا استعمال ڈاکٹر کے مشورے کے بعد ہی کرنا چاہئے۔  
گھنٹیا، جوزوں، پھولوں اور پھولوں میں دردی صورت میں اگر چھیلی کے تیل سے مائش کی جائے تو دردی شدت میں آجاتی ہے۔  
چھیلی کے تیل کی افادیت کے پیش نظر دوسرا ذمہ داریاں اس کے کپسول بھی تیار کرتی ہیں تاہم ایک بار پھر تازہ کیا ہے

زیادہ اہم لگتی ہیں۔ موبائل نکلنے سے ہم سے ہمارا وقت چھین لیا ہے۔ خاص طور پر سوشل میڈیا ہمارے لیے زیادہ ضروری ہو گیا ہے۔ سوشل میڈیا کے ہم اپنے بچوں کو وقت دیں، انہیں اسلامی اور دیگر سبق آموز کہانیاں سنائیں، ان سے باتیں کریں، انہیں سکھائیں کہ وہ کیسے اچھے انسان اور مسلمان بن سکتے ہیں۔ یہ حیثیت ماں اور دادی کی زیادہ تربیت کی ذمہ داری خواتین پر عاید ہوتی ہے اسی لیے ہمیں اپنا حاسہ کرنے کی ضرورت ہے کہ کیا ہم واقعی اپنی اولاد کو واقعی نقصان سے بچانے کے لیے اپنی جدوجہد کر رہے ہیں جتنی دنیاوی نقصان سے بچانے کے لیے کرتے ہیں؟  
بچوں کے اگر امتحان میں نمر کم آئیں یا کسی مضمون میں کم زور ہوں تو ہم تمہیں دودھ دیتے ہیں، کیا یہ نیک و دوہم ہے؟ اچھا مسلمان بنانے کے لیے کرتے ہیں؟ بچوں کو دماغ سادہ سخی کی طرح ہوتا ہے جو ہم ابتداء میں سکھائیں گے وہ سیکھ لیں گے۔



اولاد کی خوشی اور ان کی بے جا فرمائش پوری کرنے کے لیے والدین جائز ناجائز طریقے سے مال کھاتے ہیں، ان کی فرمائشیں غلط طریقے سے پوری کریں گے اور انہیں مشکوک رزق کھلائیں گے تو مسائل تو پیدا ہوں گے۔ بچے اگر گھروں

## تربیت اطفال مگر کیسے!۔۔۔۔!

آپ نے غور کیا ہے کہ ہم اس بات سے پریشان ہیں کہ بچے کو نہیں سنتے، پہلے کے بچوں میں جو فرماں برداری تھی وہ ڈرا بھری نظر نہیں آتی، ایسا کیوں ہے۔۔۔؟  
پہلے لوگ اپنے بچوں کو جتنا وقت دیتے تھے اتنا ہم نہیں دیتے۔ بچوں کی جائز فرمائشیں بھی اس طرح پوری کی جاتی تھیں کہ انہیں اس کی قدر رہے، آج ان کے منہ سے جو لگتا ہے اور وہ پورا ہوجاتا ہے۔ پہلے گھروں میں نکلنے اور رشتے داروں سے ملنے کا رواج تھا آج چاہے کوئی بھی بچہ کون دن ہو کسی پارک یا ریسٹورنٹ میں تو شاپنگ مال کی نذر کرنا نہیں بن گیا ہے۔  
گفتہ فرمائے  
اولاد اللہ کی ان نعمتوں میں سے ایک نعمت ہے، جس کا شمار کیا ہی نہیں جاسکتا۔ جو اس نعمت سے محروم ہیں اس کی اہمیت ان سے پہچانی جائے تو نہیں اندازہ ہوگا کہ یہ خالق کا نکتہ کتنا بڑا انعام ہے۔ اولاد سے محرومی صد باروگ کہہ کر آتی ہے، جن کا دائرہ جذب پانی اور نفسیاتی خرید و بیرونی تک اور بھی بکھرا رہتی زندگی ختم کر دینے جیسے سامنے میں بدل جاتا ہے، اسی لیے اولاد جیسے انعام کی قدر کرنا اور اس پر اپنے رب کا شکر ادا کرنا ہم سب پر لازم ہے۔ جب یہ نعمت ہمیں ملتی ہے تو ہماری ساری زندگی اپنے بچوں کے گریز و خوفزدگی رہتی ہے۔ اولاد کے ساتھ ہمارے رویے مختلف ہوتے ہیں، اور یہ اس لیے ہے کہ ہم سب بھی ایک جیسے نہیں ہیں، ہم میں سے ہر ایک کو اللہ نے مختلف صلاحیتوں کے ساتھ پیدا کیا ہے، جسمانی، ذہنی اور مالی تفریق بھی ہمیں ایک دوسرے سے مختلف بناتی ہے۔ لیکن اس سب کے باوجود والدین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ وہ اپنے بچوں کو دنیا بھر کی خوشیاں دیں، چاہے انہیں کچھ بھی اور کتنی ہی محنت کرنا پڑے، اور یہ خواہش فطری ہے اس میں کوئی دو رائے اور کوئی اختلاف نہیں ہے۔ اگر یہ خواہشات جنت اور اپنے دائرے کے تھین کے ساتھ ہوں تو بچے والدین کی خواہشات کی تکمیل کے ساتھ اچھے مسلم اور اپنے ملک و قوم کی خدمت بھی احسن طریق سے کر سکتے ہیں۔  
لیکن ان سب حقائق کے باوجود اکثر والدین میں اپنی اولاد کے معاملے میں دو طرح کی انتہائیں دیکھی گئی ہیں۔ ایک تو یہ کہ والدین اپنے بچوں کو بہت زیادہ لالچ پیار میں رکھتے ہیں اتنا کہ بچے ہاتھوں سے نکل جاتے ہیں، اور یا پھر اپنی حقیتاں کرتے ہیں کہ بچے اپنا اعتماد دکھو دیے اور والدین سے دور ہوجاتے ہیں۔ اولاد کی تربیت میں میانہ روی بہت ضروری ہے۔ ہم سمجھتے ہیں کہ ہم اپنی اولاد کو دنیا جہاں کی آسائشیں دے دیں، اچھے کپڑے پہنا دیں، اعلیٰ اسکول میں پڑھا دیں یہ کافی ہے اور ہم نے اس طرح ان کا حق ادا کر دیا۔ لیکن حقیقت میں ایسا نہیں ہے اسلئے ان کا حق ادا کرنا یا نہیں تربیت کی جائے، اچھا انسان اور باہل مسلمان بنایا جائے لیکن سوال یہ ہے کہ یہ کیسے ممکن ہے۔۔۔؟



اسلام کی بھی محنت کو دکھ، تکلیف، جھوٹا یا فریب دینے کی طبعی اجازت نہیں دیتا، بلکہ وہ جو ہر ایک کے ساتھ حسن اخلاق سے پیش آنے کا حکم دیتا ہے اور یہی حسن اخلاق تھا کہ آج دنیا مسلمانوں سے بھری ہوئی ہے۔ حسن عمل اور حسن اخلاق کے رب کریم کا پہلا زینہ ہے۔ قرآن کریم و احادیث مبارکہ ان دونوں معاملات کو نہایت شرح و بسط کے ساتھ بیان کرتے ہیں۔  
یہ انسان کے دل کی آواز ہے۔ اگر ایک شخص بڑے کرتا ہے کہ وہ اپنی ذات سے کسی کو نقصان نہیں پہنچائے گا، کسی پر جبر و ظلم کے پھانسیوں توڑے گا، ہر ایک کے کام آئے گا اور فرمان نبوی

## چھوٹی نیکی بڑا اجر

شفقت رکھ دینا بھی صدقہ ہے۔  
بھنگے ہوئے مسافر کو راستہ بتا دینا اور اندھیری رات میں چراغ جلا دینا بھی صدقہ ہے۔  
بیٹے کو پانی پلا دینا بھی صدقہ ہے۔ یہ وہ چھوٹی چھوٹی نیکیاں ہیں جو جینے میں تو کوئی حقیقت و زیادہ وقعت نہیں رکھتیں یہ تو چھلے پھرتے پھرتے گھٹس کر سکتا ہے، لیکن دراصل اسلام میں چھوٹی چھوٹی باتوں کو ہاتھوں چھوٹی نیکیوں کو بڑی اہمیت دی گئی ہے اور ان چھوٹی نیکیوں کا اجر بہت بڑا ہے، اگر اس بات کو سمجھا جائے تو رب تعالیٰ کی نظر میں عمل و نیت کی جو اہمیت ہے اس کے پیش نظر یہ چھوٹی نیکی ہمارے اعمال کو زنی اور اس قدر بھاری کر سکتی ہے کہ روزِ محشر ہمیں شرمندگی نہیں ہونے دے گی۔ کیوں کہ ان کے عمل کا حکم محبوب خدا ﷺ نے ناصرف دیا ہے، بلکہ آپ ﷺ نے ان پر عمل کر کے دکھایا بھی ہے۔



# ناپ تول کا اسلامی اصول



## تحریر مولانا محمد الدین عندلیب

تجارت اور سوداگری کے باہمی لین دین کے معاملات میں کمی بیشی کرنے یعنی لینے والے کو بڑھا دینے اور دیتے والے کو تول کو گھٹانے کو اصطلاح میں 'ناپ تول' میں کمی بیشی سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ ناپ تول میں کمی بیشی کو اسلام سمیت دنیا بھر کے تمام مذاہب میں انتہائی حکارت اور نفرت کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ ناپ تول میں کمی بیشی درحقیقت دوسرے شخص کے حق کو حرام اور ناجائز طریقے سے مارنے کا دوسرا نام ہے۔ اسلام نے اپنی کامل اور کمال قدر تعلیمات کی روشنی میں اپنے سامنے دلوں کو تمام شعبہ ہائے زندگی میں اداکات الہیہ کا پابند بنایا ہے۔ تجارت و سوداگری بھی ہماری زندگی کا ایک اہم ترین شعبہ ہے جس سے ہر وقت ہمیں واسطہ پڑتا رہتا ہے۔ گزشتہ اقوام میں حضرت شعیب علیہ السلام کی قوم 'اہل مدین' تجارت و سوداگری میں خاص طور پر قابل ذکر ہے۔ مدین، ایک قلعہ کا نام تھا، اور اسے کے نام پر ایک قصبہ بھی بنی، جو اردن میں واقع تھی، اور انتہائی سرسبز و شاداب تھی جس کی بدولت اہل مدین خاصے خوش حال اور پرامن طور پر زندگی گزار رہے تھے۔ لیکن رفتہ رفتہ جب ان میں مختلف قسم کی بدعنوانیوں، کمزور و کمزور، راولی و چوری اور لوگوں سے ظالمانہ طور پر ٹیکس لینے کے علاوہ مخصوص ناپ تول میں کمی بیشی بدعنوانی کی برہنہ ہوئی تو اللہ تعالیٰ نے حضرت شعیب علیہ السلام کی زبان سے ان کو ناپ تول میں کمی بیشی سے منع فرمایا۔ سورہ اعراف میں ہے: 'مفہوم: اور مدین کی طرف ہم نے ان کے بھائی شعیب کو بھیجا، انہوں نے کہا: اے میری قوم! کو تو اللہ کی عبادت کرو! اللہ کی عبادت کرو! اس کے ساتھ بارگاہی کی عبادت کرو! تمہارے پاس تمہارے پروردگار کی طرف سے ایک روشن دلیل آچکی ہے۔ لہذا ناپ تول پورا پورا کیا کرو! (سورہ اعراف)

مفسرین نے کہا ہے کہ اس آیت کا نام مدین تھا۔ اور بعض کا کہنا ہے کہ مدین کے علاوہ کوئی اور سب سے پہلے اور حضرت شعیب علیہ السلام اس کی طرف بھی بھیجے گئے تھے۔ اہل مدین کو اللہ تعالیٰ نے ایک دوسرے زاویے سے یوں کھمایا ہے۔ چنانچہ سورہ شعراء میں ہے: 'مفہوم: ایک کے باشندوں نے پیغمبروں کو بھلا دیا، جب کہ شعیب نے ان سے کہا کہ کیا تم اللہ سے ڈرتے نہیں ہو؟ یقیناً جانوں میں تمہارے لیے ایک امانت دار پیغمبر ہوں، لہذا تم اللہ سے ڈرو اور میری بات مانو، اور میں تم سے اس کا پھر کسی قسم کی کوئی اجرت نہیں مانگا، میرا اجر تو صرف اس ذات سے اپنے ذمے دے گا۔' (سورہ شعراء)

میں آتا ہے، مفہوم: اور مدین کی طرف ہم نے ان کے بھائی حضرت شعیب علیہ السلام کو بھیجا۔ چنانچہ انہوں نے کہا: 'میری قوم! کو تو اللہ کی عبادت کرو اور آخرت والے دن کی امید رکھو اور زمین میں فساد پھیلاتے مت پھرو! پھر ہوا یہ کہ ان لوگوں نے حضرت شعیب علیہ السلام کو بھلا دیا۔ چنانچہ نازلے نے ان کو پکارا اور وہ اپنے گھر میں اوندھے پڑے رہ گئے۔' (سورہ عنکبوت)

علاوہ ازیں اللہ تعالیٰ نے مسلمانوں کو سورہ بنی اسرائیل میں جو اخلاقی نصیحتیں فرمائیں ان کے ایک یہ بھی ہے، مفہوم: اور جب کسی کو کوئی چیز بیگانے سے ناپ کر دو تو پورا پورا تولنے کے لیے صحیح ترازو استعمال کرو اور اس طریقہ درست ہے اور اس کا انجام بہتر ہے۔' (سورہ بنی اسرائیل)

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ناپ تول میں کمی بیشی کرنے والوں کو فرمایا کہ تم ایسا کام کر رہے ہو جس سے پختی امتیں ہلاک ہو چکی ہیں۔ (جامع ترمذی)

حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: مفہوم: 'ناپ تول میں کمی بیشی کرنے سے قضا اس طرح پڑ جاتا ہے جس طرح زنا کی کثرت سے طاعون مسلط ہو جاتا ہے۔' (ابن ماجہ)

قرآن کریم اور احادیث نبویؐ کی مذکورہ بالا تعلیمات کی روشنی میں اگر ہم آج کل کے اپنے معاشی و اقتصادی حالات کا جائزہ لیں تو ہمیں یہ بات روز روشن کی طرح واضح نظر آتی ہے کہ آج ہماری زندگیوں سے جو راحت و سکون اٹھ گیا ہے، ہماری آمدنیوں سے جو تیز و برکت نکل گئی ہے، اور ہمارے معاشی و اقتصادی حالات جو زوال پذیر ہو گئے ہیں۔ منجملہ دیگر وجوہات کے ان کی ایک اہم اور بڑی وجہ یہ بھی ہے کہ ہم لوگ سوداگری و بیوپاری میں ناپ تول میں کمی بیشی سے کام لیتے ہیں۔ قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ نے گزشتہ لوگوں کے ناپ تول میں کمی بیشی کرنے والے لوگوں کے حالات و واقعات سنا کر ہمیں ان سے عبرت حاصل کر کے صحیح طرح سے ایمان داری کے ساتھ سوداگری، بیوپاری اور تجارت کرنے کی تعلیم دی ہے۔

اپنے رب کی عبادت میں کسی کو بھی شریک قرار نہ دو۔' (سورہ بقرہ)

اخلاص کے سلسلے میں حضرت امیر المومنین علی کرم اللہ وجہہ کے بہت سے نوابی قول ہیں، لیکن یہاں ہم اس مختصر سے مضمون میں چند جملے لکھ کر دیتے ہیں:

کرنا میں سید الشہداء اور حضرت امام حسینؑ کی انتہائی مصائب کے عالم میں اپنے منہ سے فرزند حضرت علیؑ کی الم ناک شہادت کے بعد بچنے کے لئے کوئی کفر فرماتے ہیں:

'یہ مصیبت چھ پیمانوں پر ہو جاتی ہے، جب میں یہ عطا ہوں کہ اللہ مجھے بیکار کرے، مجھے تنہا رکھتا تھا، اور بیکار کرے، مجھے جس کی



میں خدا کا رنگ ہے وہ باقی رہنے والی ہے۔ اور جس چیز میں خود نمائی، شہرت، طبعی، ریاکاری ہوگی، اس کا کوئی عوض انسان کو نہیں ملے گا۔

اس آیت میں قرآنی اس ضمن میں یوں راہنمائی فرماتے ہیں:

'تمام عبادتوں کو یہ قصد قربت انجام دینا چاہیے اور اگر عبادت کا کوئی حصہ بھی غیر خدا کے لیے انجام پائے گا تو عبادت باطل ہو جائے گی۔ مثلاً نماز میں ایک واجب بھی غیر خدا کے لیے انجام پائے گا تو نماز باطل ہے۔ اگر کوئی مستحب کام بھی ریاکاری کی بنا پر

مولانا سید شہنشاہ حسین نقوی

غلوں دل انسان کے عمل میں ضروری ہے۔ عبادت میں تو یہ درجہ اولی ضروری ہے۔ اس سلسلے میں ہمیں خاص توجہ دینی چاہیے۔ جب تک دل کا غلوں نہ ہو تو کوئی کام کارگر نہیں ہوتا۔ ہر کام کے لیے خاص ہو کر کرنا چاہیے۔ جس کام میں غلوں اور لہجہ ہو وہی کام ہمیشہ باقی رہتا ہے۔

سورہ مبارکہ توحید سے سورہ اخلاص بھی کہا جاتا ہے، اس لیے کہ اس میں اللہ کی وحدانیت کو بیان کیا گیا ہے، نیز جو اس پر عمل جرا ہو جائے، اس کی کو غلوں کہا جائے گا۔ اللہ تبارک و تعالیٰ اپنے تمام پاک میں ایک اور کجا را شاد فرماتا ہے، مفہوم:

'مسلمانوں سے کہو کہ رنگ تو اللہ ہی کا رنگ ہے جس میں تم رنگے گئے اور اللہ کے رنگ سے بجز کون سا رنگ ہوگا اور ہم تو اسی کی عبادت کرتے ہیں۔'

اخلاص کے چند نمونے دیکھنے کے لیے آئیے ہم مشفقین کی صفات کے ضمن میں نورانی نصیحت حضرت علیؑ کی لکھتے ہیں، جو ہمیں حاضر ہوتے ہیں، آپ فرماتے ہیں:

'جب ان میں سے کسی کی تعریف کی جاتی ہے تو وہ اپنی تعریف سے خوف کھتا ہے۔'

(شیخ ابوالخضر)

'اپنے علم، عقل اور بغض کو اور لین دین اور گویائی اور خاموشی کو صرف خدا کے لیے ادا کرو۔' (فراہم بکرم اخلاص)

اس صورت میں تمہارے آخروا ایمان باقی رہے گا اور جس چیز

مطلق خبر بھی نہ ہوگی۔ یہ یاد رکھنا ہے کہ انتہائی غلوں اور محبت کا عالم تھا، جس کی آج تک مثال ملتی جاتی ہے۔ جب آپؐ نماز کے لیے آ رہے ہوتے تھے تو آپؐ کے بدن کے زوہیں زوہیں سے خوف الہی ظاہر ہوتا تھا کہ اب اللہ الملک کی بارگاہ میں حاضر ہو رہا ہوں۔ یہ اولیاء اللہ کے واقعات ہیں، جو یقیناً ہم سب کے لیے ابد الابد تک بہترین درس و نصیحت ہیں۔ روح کی اس باندی پر غلوں نیت پہنچاتا ہے۔ بعض افراد سب کچھ ہونے کے باوجود اپنے جذبات کو ظاہر نہیں کرتے اور بعض ایسے بھی ہیں

**Indian Handicrafts**  
 भारतीय हस्तशिल्प  
 continuing tradition

**DEVELOPMENT COMMISSIONER (HANDICRAFTS)**  
 Ministry of Textiles, Government of India

**SABZAR SOCIAL WELFARE SOCIETY ARCHANDERHAMA**  
 Organizes Gandhi Shlip Bazar (State)  
 Venue at Sangermal Shopping Complex  
 (SC Category)

Ek desh, kay pardesh aur uss se bhi zyada qasab, sab milay ge ek sath ek he jagah per. ek naayab numayish kay liya.

Office of the Development Commissioner (Handicrafts) Ministry of Textiles Govt of India lay kay aya hi Gandhi Shlip Bazar (State) at Sangermal City Centre Srinagar. 01 se 10 August kay beech jaha stalls lagayge munfarid Crafts kay jo aapko milaygah munasib qumato pe. Aap be aayay aur kaareegari ki iss azeem numayish ka hissa banay

**Indian Handicrafts**  
 भारतीय हस्तशिल्प  
 continuing tradition

**DEVELOPMENT COMMISSIONER (HANDICRAFTS)**  
 Ministry of Textiles, Government of India

**SABZAR SOCIAL WELFARE SOCIETY ARCHANDERHAMA**  
 Organizes Gandhi Shlip Bazar (State)  
 Venue at Sangermal Shopping Complex  
 (General Category)

Ek desh, kay pardesh aur uss se bhi zyada qasab, sab milay ge ek sath ek he jagah per. ek naayab numayish kay liya.

Office of the Development Commissioner (Handicrafts) Ministry of Textiles Govt of India lay kay aya hi Gandhi Shlip Bazar (State) at Sangermal City Centre Srinagar. 01 se 10 August kay beech jaha stalls lagayge munfarid Crafts kay jo aapko milaygah munasib qumato pe. Aap be aayay aur kaareegari ki iss azeem numayish ka hissa banay

# بھنگ..... دوا یا دوا بے

تھمیرا ناہم

مالی وطنی قوم کو کوسا سننے رکھتے ہوئے حکومت پاکستان نے یکم ستمبر 2020 کو بھنگ کی کھلائی میں بھنگ کی کاشت کا محدود اجازت دینی تو رواں برس اگست 2021 میں راولپنڈی میں بی بی روڈ سے بھنگ کر واقع زرعی تحقیقاتی مرکز (رواد) میں ایک ایکڑ زمین پر گریں باؤس بنا گیا، جس میں بھنگ کے چھوٹے بڑے پودے تھاروں کی شکل میں ترتیب سے گلوں میں لگائے گئے۔ ان پودوں کو ڈرپ اریلیشن کے ذریعے پانی دیا گیا جبکہ گریں باؤس میں بڑے ایگزاسٹ فین لگا کر ہاں ہوا کے بہاؤ کا انتظام کیا گیا۔ فیصل 3 کی مختصر مدت میں تیار ہوئی اور گزشتہ دنوں 23 دسمبر 2021 کو وفاقی وزیر سائنس و ٹیکنالوجی شلی فراز نے اس فصل کی کٹائی کا افتتاح کیا۔ بھنگ ایک ایسا پودا ہے، جو اکثر اوقات خوردگی ہوتا ہے، لیکن اس کے پتوں، پھولوں اور ستنے میں موجود تھکنوں کی کمیانی اجزاء کے بارے میں دنیا حال مکمل طور پر واضح نہیں کہ اس کے فوائد یا دوائی ہیں یا نقصانات، تاہم ماہرین کا کہنا ہے کہ کڑی گھرائی میں سائنسی بنیادوں پر اس کی کاشت انسانیت کی خدمت کر سکتی ہے۔ بھنگ کا پودا آدھے میٹر سے ایک میٹر تک لمبا ہوتا ہے، اس کی شاخیں باریک ہوتی ہیں، جن پر چار پانچ پتے لگتے ہیں۔ یہ پتے گہرے سبز اور کھردرے

ہوتے ہیں۔ بھنگ کا پھول سفید رنگ کا ہوتا ہے اور بیج ہلکے اور چھوٹے ہوتے ہیں۔ بھنگ کے پودوں کے پھول دار شاخوں کو جن کے پتوں پر درال دار دودھ لگا رہتا ہے، اس کو گانجا کہتے ہیں اور بھنگ کے پتوں پر جو دھار دھار لگی رہتی ہے، اسے چرس بولتے ہیں۔ یہ طور بھنگ کو جوش دے کر حاصل کی جاتی ہے۔ بھنگ آج کی بات نہیں بلکہ اس کی تاریخ ہزاروں سال پرانی ہے۔ دنیا کی مختلف ثقافتوں میں ہزاروں سال قبل بھی بھنگ کے استعمال کے شواہد ملتے ہیں۔ یہ پودا چین میں 2800 قبل مسیح سے پہلے استعمال کیا جاتا تھا اور ہندوستان میں 1000 قبل مسیح سے اسے دوا کے طور پر استعمال کیا جاتا تھا اور کھانے پینے میں بھی استعمال کیا جاتا تھا۔ اسی طرح تاریخ مصر میں بھی بھنگ کا استعمال ملتا ہے۔ بھنگ کے ابتدائی شواہد مغربی چین کے پامیر پہاڑوں میں واقع جرز اٹھل قبرستان کے 25 سو سال پرانے مقبروں میں پائے گئے ہیں، جہاں بھنگ کی باقیات چائے جانے والے ٹکڑوں کے ساتھ پائی گئی تھیں، جو کھانے طور پر آخری رسومات کے دوران استعمال کی جاتی تھی۔ یہ شواہد 2013ء میں ہونے والی ایک کھدائی کے دوران ملے۔ سنہ 2020ء میں اسرائیل کے ایک 2700 سال پرانے معبد کے آثار سے کچھ ایسے کمیانی اجزاء ملے تھے، جن کا سائنسی تجزیہ کرنے سے معلوم ہوا کہ یہ بھنگ کے اجزاء

