

گامیاب گھرداری

- گھرداری سیکھنا کیوں ضروری ہے؟
- کامیاب گھرداری کے بنیادی اصول کیا ہیں؟
- گھر کے کاموں کے لیے کس طرح منصوبہ بندی کی جائے؟
- گھر میں اچانک مہمان آجائیں تو کس طرح مہمان نوازی کی جائے؟
- مہمانوں کو پیش کرنا بھی ایک ہنر ہے، اچھی پرنٹیشن کی ٹپس!
- ماسیوں سے کام کس طرح لیا جائے؟
- آج کیا بنے گا کا مسئلہ کیسے حل کیا جائے؟
- گھر کی چیزوں کی صفائی کے آسان طریقے
- گھریلو اخراجات میں بچت کے طریقے، منصوبہ بندی
- مردوں کے دفتر اور بچوں کے اسکول جاتے وقت بد نظمی افراتفری سے بچنے کے نسخے
- اوقات کو استعمال کرنے کا فن
- تھوڑے وقت میں اچھے نتائج حاصل کرنے کی منصوبہ بندی کے طریقے

مرتب

مفتی منیر احمد صاحب

استاذ الحدیث

جامعہ معرکہ العلوم الاسلامیہ (ہند)

فاضل: جامعۃ العلوم الاسلامیہ علامہ بنوری ٹاؤن

گامیات گہرائی

مرتب
صفتی منیر احمد صاحب

استاذ الحدیث
جامعہ معہد التعاون الاسلامیہ (دہلی)
فاضل: جامعۃ العلوم الاسلامیہ علامہ بنوری ٹاؤن

{جملہ حقوق بحق ناشر محفوظ ہیں}

- ◀ کتاب کا نام : کامیاب گھرداری
- ◀ مرتب : مفتی منیر احمد صاحب
- ◀ طباعت دوم : رجب المرجب 1442ھ مارچ 2021ء
- ◀ ناشر : المنیر مسرکز تعلیم و تربیت فاؤنڈیشن (پشاور)
- ◀ ای میل : admin@almuneer.pk
- ◀ ویب سائٹ : almuneer.pk
- ◀ فیس بک : AIMuneerOfficia
- ◀ یوٹیوب : AIMuneer

ملنے کا پتہ

جامعہ معہد العلوم الاسلامیہ
متصل جامع مسجد الفلاح بلاک "H" شمالی ناظم آباد، کراچی
فون نمبر: 0331-2607207 - 0331-2607204

فہرست مضامین

صفحہ نمبر	مضامین	نمبر شمار
1	خلاصہ	1
باب نمبر: 1 گھرداری سیکھنا کیوں ضروری ہے		
3	میکے میں سیکھا ہوا سسرال میں پریشانی سے بچائے گا	2
5	سسرال میں پہلا امتحان	3
5	ایک وسوسہ: سب ٹھیک ہو جائے گا	4
5	ایک وسوسہ: ہمیں سب آتا ہے	5
6	ایک وسوسہ: کامیاب گھرداری کوئی مشکل کام نہیں	6
باب نمبر: 2 کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول		
9	پہلا اصول: تواضع، احسان و ایثار کی عادت بنانا	7
9	دوسرا اصول: مخالفین کے ساتھ عدل و انصاف صبر و احسان کا معاملہ کرنا	8
10	تیسرا اصول: سب پر خرچ اور سب کی ضرورتوں کا خیال رکھنا	9
11	چوتھا اصول: سب کی خدمت، اعانت اور سب کے ساتھ تعاون کرنا	10
29	پانچواں اصول: تھوڑے وقت میں اچھے نتائج حاصل کرنے کے لیے مقاصد متعین کر کے کاموں کی منصوبہ بندی کر کے کام کرنا۔	11
36	چھٹا اصول: اشیاء کی خریداری/ استعمال/ حفاظت کے اہم امور کا خیال کرنا	12
40	ساتواں اصول: صفائی ستھرائی اور پاکی ناپاکی کا خیال رکھنا	13
50	آٹھواں اصول: مہمان نوازی سیکھنا	14
53	نواں اصول: کھانے پینے سے متعلق اہم باتوں کو ملحوظ رکھنا	15



تاریخ

حوالہ نمبر

کامیاب گھرداری

مرتب: مولانا مفتی منیر احمد مدظلہ

مولانا مفتی منیر احمد جامعہ معہد العلوم الاسلامیہ کے اُستاذِ حدیث، جامعۃ العلوم الاسلامیہ بنوری ناؤن کے فاضل، تصنیف و تالیف کا سُختر اذوق رکھتے ہیں۔ ان کی کتاب ”کامیاب گھرداری“ میرے سامنے ہے۔ آپ نے گھرداری کے موضوع پر حالات و تبدیلی ماحول کو مد نظر رکھ کر بڑی عمدگی اور کمال دانشمندی سے اس موضوع پر قلم اُٹھایا ہے جس میں صفائی ستھرائی، کھانے پینے کے اُصول و ضوابط، خریداری، مقاصد کی تمیز، کاموں کی منصوبہ بندی اور کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اُصول جیسے اہم موضوعات زیر بحث لائے ہیں۔ اندازِ تحریر بڑا حکیمانہ اور شفقت و محبت سے لبریز ہے۔ یہ کتاب ہر بچی کے لیے اور ہر گھر کے لیے ایک گائیڈ کی حیثیت رکھتی ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ یہ کتاب بنات کے مدارس کی ابتدائی درجات میں درس پڑھی جائے، تاکہ مسلمان بچیاں ان رہنما اُصولوں کو اپنا کر اپنی زندگیاں سنوار سکیں۔

یہ کتاب جامعہ معہد العلوم الاسلامیہ، متصل جامعہ مسجد الفلاح بلاک ”H“، شمالی ناظم آباد کراچی

رابطہ نمبر: 0331-2607204

عبدالقیوم حقانی

صدر، القاسم اکیڈمی جامعہ ابو ہریرہ
خاق آباد (نوشہرہ)

فون: 0923-630237
فیکس: 0923-630094
سول: 0333-9102770

برائے رابطہ:
جامعہ ابو ہریرہ، برائچ پوسٹ آفس خاق آباد نوشہرہ و سرحد پاکستان

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Jamia-Uloom-Islamiyyah
(University of Islamic Sciences)
Allama Muhammad Yousuf Banuri Town
Karachi - Pakistan.



جامعۃ العلوم اسلامیہ
علامہ محمد یوسف بنوری ٹاؤن
کراچی ۷۴۸۰۰ - پاکستان

Ref. No. _____

Date. _____

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

الحمد لله رب العلمین، والصلوة والسلام علی سید المرسلین وعلی آلہ وصحبہ اجمعین۔

اما بعد!

انسانی معاشرے کو سلیقہ بندی اور خوشگوار رہن سہن کی ضرورت اور طلب ہوتی ہے، یہ ضرورت معمولی توجہ اور بنیادی چند آداب کی رعایت کرنے سے پوری ہو سکتی ہے۔ یہ ذمہ داری گھر کی بڑی خواتین پر عائد ہوتی ہے جو اپنی بچیوں کو یہ آداب سکھائیں تاکہ ان بچیوں کی نئی زندگی سلیقہ مندی اور خوشگوار کامظہر ہو، خود بھی سکون سے رہیں اور اپنی عملی زندگی سے وابستہ افراد کے لیے بھی سکون اور راحت کا سامان بنیں۔

مگر آج کل ہماری اکثر خواتین اس ذمہ داری سے غافل یا کابل رہتی ہیں، جس کی وجہ سے ہماری بچیاں گھرداری سے ناواقف رہتی ہیں اور بعد میں انہیں نئے گھر میں مالکن کی بجائے اجنبی کا مقام ملتا ہے، جس کی پاداش میں دونوں گھرانے طرح طرح کی پریشانیوں سے دوچار رہتے ہیں۔

اللہ تعالیٰ مزید توفیق سے نوازے ہمارے فاضل مولانا منیر احمد سلمہ کو جنہوں نے کامیاب گھرداری کے عنوان سے خانگی زندگی کے بنیادی آداب، رہن سہن کے طور طریقہ اور خواتین کی گھریلو ذمہ داریوں سے متعلق بڑی قیمتی مباحث کیجا کی ہیں۔ یہ کتاب اس وقت ہر ماں، ہر بچی، ہر ساس اور ہر بھوکی ضرورت ہے۔ ہماری خواتین کو اس کتاب سے بھرپور استفادہ کرنا چاہیے۔ اللہ تعالیٰ سب کو خیر و اصلاح کی توفیق بخشے اور ہر سکون زندگی اور اخروی نجات سے نوازے۔ آمین

وصلی اللہ وسلم علی سیدنا محمد وعلی آلہ وصحبہ اجمعین

دالہ اللہ منہ سے کفر
عبدالرزاق اسکندر

مستعم جامعہ العلوم الاسلامیہ
علامہ محمد یوسف بنوری ٹاؤن
۱۳/۱۲/۱۳۳۴ھ

کامیاب گھرداری

باب 1: گھرداری سیکھنا کیوں ضروری ہے۔
باب 2: کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

باب نمبر: 1

گھرداری سیکھنا کیوں ضروری ہے

□ میکے میں سیکھا ہوا سسرال میں پریشانی سے بچائے گا

□ سسرال میں پہلا امتحان

□ ایک وسوسہ: سب ٹھیک ہو جائے گا

□ ایک وسوسہ: ہمیں سب آتا ہے

□ ایک وسوسہ: کامیاب گھرداری کوئی مشکل کام نہیں

گھرداری سیکھنا کیوں ضروری ہے

مشہور عالم حضرت مولانا سید ابوالحسن علی ندویؒ کی والدہ خیر النساء صاحبہؒ اپنی ایک کتاب حسن معاشرت میں مسلمان بچیوں کو گھریلو زندگی، پرورش اولاد، حسن اخلاق کا سبق دیتے ہوئے فرماتی ہیں؛

میکے میں سیکھا ہوا سسرال میں پریشانی سے بچائے گا

اُچھو! جس گھر میں تم بھی آرام کے ساتھ زندگی بسر کر رہی ہو اور پھر جس گھر میں تمہیں جانا ہے اس کا پورا پورا نقشہ میں تمہیں دکھاؤں، اگر تم کچھ بھی عقل رکھتی ہو تو فوراً سمجھ لو گی کہ ہم کہاں ہیں اور کہاں جائیں گے، آج ہم کیا کرتے ہیں اور کل ہمیں کیا کرنا چاہیے، اور کیا کیا معاملات درپیش ہیں اور پھر کیا کیا پیش آئیں گے، آج ہم والدین کے زیر سایہ ہیں ہمیں کوئی برائی نہیں پہنچا سکتا، کل ہم کس کے زیر سایہ ہوں گے، ترش روئی، بد اخلاقی، بد مزاجی، آرام طلبی، کاہلی، تنہا خوری، خود غرضی، ان باتوں پر ہمارے والدین خاک ڈالتے رہتے ہیں، پھر ہماری عیب پوشی کون کرے گا، دوسرا کیوں برداشت کرے گا، اگر تم یہ معاملات خوب سمجھ لو گی تو نہایت آرام سے اپنے والدین کے پاس رہ کر بخوبی واقفیت حاصل کر لو گی کہ یہاں کیا کرنا چاہیے اور دوسری جگہ کیا کرنا چاہیے، اس زندگی کا لطف کن باتوں سے حاصل ہو سکتا ہے۔

اے بچو! میں تمہیں بتاؤں اگر تم غور سے سنو۔ اگر تم زندگی یہ آرام و عیش اور لطف کے ساتھ بسر کرنا چاہتی ہو تو جو نصیحتیں میں کروں اس پر عمل کرو۔

پہلے میں تمہارے والدین کے یہاں رہنے کا طریقہ بتاؤں گی جس سے تمہیں بہت کچھ تجربہ ہو سکتا ہے، پھر سسرال کا طرز انداز دکھا کر اس کے برتنے کا طریقہ بتاؤں گی، جس

کے باعث تم معاملات سے واقف ہو جاؤ گی پھر تمہیں کوئی تکلیف نہ پہنچا سکے گا، بلکہ ہر شخص آرام پہنچانے والا ہوگا، تمہارے والدین خوش ہوں گے، تمہارے اخلاق ظاہری و باطنی دیکھ کر ان کی آنکھیں ٹھنڈی ہوں گی، تمہارے شوہر تمہارے مطیع و فرمانبردار رہیں گے تمام کنبہ تمہارا ہمدرد اور ہاتھ بٹانے والا ہوگا، تمہارا انتظام دیکھ کر ہر شخص خوش ہوگا، ہر ایک تمہاری عزت کرے گا، قصہ مختصر پہلے ماں باپ کا گھراپنے بل بوتے پر سنبھالو، اگر یہاں یہ رنگ رہا تو سسرال میں بھی یہی رہے گا۔

نوٹ: آج ہمارے معاشرے میں یہ روایت چل پڑی ہے کہ لڑکیاں بنا کسی مقصد کے، محض مناسبت رشتے کے انتظار میں ڈگریاں لیے جاتی ہیں، اس طرح شریک حیات کے انتخاب کے حوالے سے ان کا معیار بھی اونچا ہوتا چلا جاتا ہے۔ گھریلو امور میں حصہ لینے کا موقع بھی نہیں ملتا یا دلچسپی ہی مفقود ہو جاتی ہے۔ یہ خوش کن صورتحال نہیں۔ اعلیٰ ڈگریوں کے حصول کے لئے اب اس قدر بھی اپنے آپ کو نہیں کھپانا چاہیے کہ کسی اور کام کے قابل ہی نہ رہے۔ عصری تعلیم کو یکسر نظر انداز کرنے کی حوصلہ افزائی بھی نہیں کی جاسکتی، بلکہ فطری صلاحیت کے مطابق مناسب تعلیم کے ساتھ گھرداری پر توجہ مرکوز رکھنے میں بہتری ہے۔ بنیادی ضروری تعلیم کے بعد مستقبل میں کام آنے والے امور میں مہارت پیدا کرنا ہی دانش مندی کا تقاضا ہے۔

ایک زمانہ تھا بچیاں بڑے ہونے سے قبل ہی گھر سنبھال لیتی تھیں، مگر اب یہ حال ہے کہ دو ڈھائی سال کی عمر میں جو اسکول میں داخل ہوتی ہیں تو پچیس سال میں جا کر فارغ ہوتی ہیں۔ وہ بھی ایسی لڑکیاں جو اعلیٰ تعلیم کے خبط میں مبتلا نہ ہوں، ورنہ مزید وقت درکار ہوتا ہے۔ اگر اس دوران میں کوئی اچھا رشتہ آجائے تو جواب دیا جاتا ہے کہ بچی ابھی پڑھ رہی ہے اور جب بچی پڑھ پڑھ کے پڑھانے کے پیشے سے وابستہ ہو جائے اور پیسے آنے لگیں تو تب رشتے کی بجائے فرشتے آنے کا وقت آجاتا ہے۔ اب کوئی بتلائے کہ گھر گریہستی کے لئے وقت کہاں سے نکالا جاسکتا ہے؟

□ سسرال میں پہلا امتحان

اب اسی سلسلہ میں یہ کہتی ہوں کہ سسرال میں جاتے ہی سب سے پہلے جو تمہیں کرنا ہے اور جس میں تمہارا امتحان لیا جائے گا، وہ انتظام خانہ داری ہے، اور گھر کی صفائی، مہمانوں کی خاطر مدارت، عزیزوں کے ساتھ نیک سلوک، اور تمہاری دست کاری، سب سے زیادہ ضروری خانہ داری کا انتظام ہے اگر یہ نہ آیا تو گویا تم کچھ نہ کر سکیں، ابھی تمہیں بتانے والے اور سکھانے والے بھی موجود ہیں، کل کوئی پرساں حال نہ ہوگا، جو تم پر پڑے گی تم ہی اٹھاؤ گی جو تم آج نہ کرو گی تو کل نہ بنے گا اور بنے گا بھی تو ہزار مصیبت اٹھا کے، غفلت تمہاری خصلت ہو جائے گی تو دوسروں کی نظر میں خفیف ہو جاؤ گی، پھر عزت کیسی اور کہاں کی خوشی۔

□ ایک وسوسہ: سب ٹھیک ہو جائے گا

اے بچو! میں یہ خوب سمجھتی ہوں کہ تم کبھی ٹھیک ہو جاؤ گی جو نہیں آتا وہ سب آ جائے گا، جو عیب ہیں وہ ہنر پیدا کر لیں گے، کیونکہ یہی دنیا کی مصیبتیں تمہیں سنواریں گی مگر کس کام کا سنو نا جب تمہارے بھلا چاہنے والے آرزو کرنے والے نہ رہیں گے۔ میری تو یہ خواہش ہے کہ ابھی سے تم وہ خوبیاں اور ہنر پیدا کر لو کہ جو مصیبتیں آنے والی ہوں ان کی یہ ڈھال بن جائیں۔

□ ایک وسوسہ: ہمیں سب آتا ہے

تمہیں اگر یہ خیال ہے کہ ہمیں سب کچھ آتا ہے اور موقع پر سب کچھ کر سکتے ہیں تو یہ غلط ہے اگرچہ تم نے کبھی کبھار اپنے کپڑے سی لیے یا کسی کپڑے کی کٹنگ کر لی، یا کبھی ایک کھانا تیار کر لیا، یا کسی کرتے، ٹوپی، بٹوے میں ایک ڈیزائن بنا دیا، کلام مجید پڑھ کر صرف دو چار کتابیں لے بھاگیں؟؟ کہ اس کے مسئلے مسائل اور ان کتابوں کے سبب تالیف سے بھی واقف نہ ہوئیں، یہ بھی قابلیت کوئی قابلیت ہے اگر کوئی کچھ پوچھ بیٹھے تو دیکھتی رہ جاؤ،

تمہیں لازم ہے کہ جس کام کی طرف جھکو چاہے وہ کتنا ہی دشوار ہو باسانی کر کے رکھ دو، کسی کی مدد کی حاجت نہ ہو، نہ تمہیں ماسی رکھنے کی ضرورت ہو، نہ اپنے بزرگوں کی تم محتاج ہو، نہ مردوں کی، ایسی ہوشیاری اور پھرتی سے کام کرو کہ مرد بھی حیران رہ جائیں، بچوں کی خدمت بھی اچھی طرح سے کرو، ان کی تیمارداری اور خانہ داری بھی کرتی رہو۔ یہ نہ کرو کہ ایک ضرورت پڑ جائے تو سوزورتوں کو کھو بیٹھو، ہر بات کا خیال رکھو، کبھی کبھی باہر کی بھی خبر لیتی رہو، اگر یہ سب وصف موجود ہوں تو بگڑی بھی بنا سکتی ہو اور اگر کوئی نقصان ہو جائے گا تو تمہاری عقل اسے ٹھیک کر دے گی، دوست کو دوست سمجھو گی اور دشمن کو دشمن، جو بات کہو گی سمجھ کر کہو گی، نہ خود نقصان اٹھاؤ گی نہ دوسروں کو پہنچاؤ گی، لڑائی جھگڑے تم سے کوسوں دور رہیں گے ہر جگہ تمہاری آؤ بھگت ہو گی، دشمن بھی تمہارے دوست بن جائیں گے کسی کو تم سے شکایت کا موقع نہ رہے گا، تمہارے عاقلانہ برتاؤ سے ہر شخص محبت سے پیش آئے گا، اگر کوئی خلاف بات بھی ہو جائے گی تو وہ خلاف نہ معلوم ہو گی، عقل مند اگر بیوقوفی کی بھی کوئی بات کرتا ہے تو وہ بہتر سمجھی جاتی ہے اور بیوقوف بعض اوقات اچھی بات بھی کہتا ہے تو وہ اچھی نہیں سمجھی جاتی، بیوقوف اپنی نادانی سے بنے ہوئے کام بگاڑ دیتا ہے، دوست کو دشمن بنا لیتا ہے اور عقل مند دشمن کو دوست، جو جو نصیحتیں میں کر چکی ہوں اور کروں گی ان کا سمجھنا اور کرنا سب عقل پر موقوف ہے، یہ خوب سمجھ لو کہ دنیا اور آخرت کی کل خوبیاں اسی عقل سے حاصل ہو سکتی ہیں، عقل و حیا دو بڑے جو ہر ہیں، شرم بھی وہ چیز ہے کہ تمام عیبوں سے بچاتی ہے۔

□ ایک وسوسہ: کامیاب گھرداری کوئی مشکل کام نہیں

خانہ داری کوئی ایسا آسان کام نہیں ہے، نا تجربہ کاروں کے لیے سخت دشوار ہے گھر داری یہ نہیں ہے کہ گھر میں جو چیز ہو سر پر اٹھا کر رکھ لو، یا صندوقچہ سے روپیہ نکال کر جنس منگوا اور پکا کر کھاپی کے بستر پر لیٹ کے سو رہو، کتابلی آئے یا چور تمہاری بلا سے، گھرداری وہ چیز ہے جس کے لیے عقل و ہمت، اخلاق و مروت، سلیقہ شعاری اور بردباری سب بہت ضروری ہیں، اگر یہ باتیں نہ ہوں تو گھرداری کیا خاک ہے، بعض نا تجربہ کار بیسیوں کا خیال

ہے کہ خانہ داری کوئی دشوار نہیں ہے، وہ ان معاملات کو سمجھتی نہیں ہیں، خانہ داری ایک جھنجھٹ کا کام ہے جس میں پھنس کر نہ سرچھوٹتا ہے نہ پاؤں، اطمینان سے بیٹھنا دشوار ہو جاتا ہے، بقول تجربہ کاروں کے جس کو بددعا دو تو یہی کافی ہے کہ تجھ پر گھر پڑے۔ زندگی میں عورتوں کو دو مرحلے طے کرنے ہوتے ہیں ایک خانہ داری کا دوسرے بچوں کی پرورش، اگر یہ دونوں کام سرانجام ہو جائیں تو گویا دنیا کا پل صراط طے ہو گیا۔

خانہ داری میں ہزار قسم کے معاملے پیش آتے ہیں، جن کے باعث بدنامی ہی بدنامی ہوتی ہے۔ (بدنامی کا خوف نیک نامی کا احساس بھی ضرور ہونا چاہیے۔ اچھے گھرانوں کی بیبیاں اس بات کا خاص خیال رکھتی ہیں کہ ان کے گھر کی ساکھ بندھے۔ وہ پھوٹے اور بدسلیقہ نہ کہلائیں۔ اس ساکھ میں نیک نامی کو قائم اور برقرار رکھنے کے لئے خاصی محنت برداشت کرنا پڑتی ہے اور یہ آپ جانتی ہیں کہ بغیر محنت یا تکلیف برداشت کیے کوئی شے حاصل نہیں ہوتی) جو بیبیاں آزاد مزاج، آرام طلب ہیں جن کو بدنامی کا مطلق خیال نہیں، ان کو کچھ دشوار نہیں، وہ ہر حال میں خوش ہیں، میاں نے جو پایا ہاتھ میں دھر دیا، الے تلکے کیا، کھایا پیا، آرام سے ٹانگ پھیلا کر سو گئیں، دنیا و مافیہا کی خبر نہیں رہی، کوئی بھوکا ہو یا ننگا، ماں ہو یا بہن، رشتہ داروں اور ساس نندوں کا کیا ذکر، کسی کی پرواہ نہیں، کسی پر چاہے کچھ گزر جائے، ٹف ہے ایسی زندگی پر جس سے کسی کو فیض نہ پہنچے، ایسے بے فیض و کم ہمتوں کا پڑوس بھی اچھا نہیں چہ جائے کہ یکجائی۔ اے بچیو! شریفوں سے یہ خصلتیں دور ہونا چاہئیں، ان کے لیے خانہ داری، سلیقہ شعاری بچوں کی تربیت، شوہر کی تابع داری، حق شناسی اور کنبہ پروری بہت بڑی کامیابی و خوش نصیبی ہے۔

باب نمبر: 2

کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

- پہلا اصول: تواضع، احسان و ایثار کی عادت بنانا
- دوسرا اصول: مخالفین کے ساتھ عدل و انصاف صبر و احسان کا معاملہ کرنا
- تیسرا اصول: سب پر خرچ اور سب کی ضرورتوں کا خیال رکھنا
- چوتھا اصول: سب کی خدمت، اعانت اور سب کے ساتھ تعاون کرنا
- پانچواں اصول: تھوڑے وقت میں اچھے نتائج حاصل کرنے کیلئے مقاصد متعین کر کے کاموں کی منصوبہ بندی کر کے کام کرنا۔
- چھٹا اصول: اشیاء کی خریداری / استعمال / حفاظت کے اہم امور کا خیال کرنا
- ساتواں اصول: صفائی ستھرائی اور پاپا کی ناپاکی کا خیال رکھنا
- آٹھواں اصول: مہمان نوازی سیکھنا
- نواں اصول: کھانے پینے سے متعلق اہم باتوں کو ملحوظ رکھنا

کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

خیر النساء صاحبہ فرماتی ہیں؛

خانہ داری سے اگر تم واقف نہیں ہو تو میں تمہارے سامنے تمام معاملات خانہ داری پیش کرتی ہوں، اگر غور کرو گی اور عمل میں لاؤ گی تو ہمیشہ کامیاب رہو گی، کبھی ناکام نہ ہو گی۔ اور نہ کبھی تم پر اعتراض ہو گا، ہر ایک تمہارا ہمدرد اور ہاتھ بٹانے والا ہو گا، یہ یاد رکھو کہ بہونے سسرال میں قدم رکھا، آزمائش شروع ہو گی، یہ عام دستور ہے، خدا نے تمہیں سمجھ دی ہے تو خوب سمجھ بوجھ کر قدم اٹھاؤ۔

□ پہلا اصول: تواضع، احسان اور ایثار کی عادت بنانا

جس وقت سے تمہارے ہاتھ میں کام دیا جائے اس وقت سے اپنے کو سب کا تابع دار سمجھو، ہر ایک کی ناز بردار، فرمانبردار بن جاؤ، جو تمہارے ناز بردار تھے اب تم ان کی ناز اٹھانے والی ہو جاؤ، گویا تم سب کی بڑی ہو۔ کوئی کام اپنی رائے سے نہ کرو، ان باتوں میں اپنا مرتبہ بڑا نہ سمجھو، ان کی رائے اور خوشی کو مقدم سمجھو، ان سے چھپا کر کوئی چیز نہ کھاؤ، اپنی ضرورتوں کے ساتھ ان کی ضرورتیں پوری کرتی رہو مگر موقع دیکھ کر، اگر وہ تمہارے ہم خیال ہیں تو تم ان کا ساتھ دو۔

□ دوسرا اصول: مخالفین کے ساتھ عدل و انصاف صبر و احسان کا معاملہ کرنا

اگر مخالف ہیں تو حق تلفی نہ کرو، یہ معاملے خود اپنی رائے سے نہیں سمجھے جاسکتے، دوسری اور رائیں درکار ہیں، اپنے منہ میاں مٹھو بننے سے کیا ہوتا ہے، اپنے دہی کو کوئی کھٹا نہیں کہتا، یہ ضرور ہے کہ ”سو نا جانے گسے آدمی جانے بسے“۔ مگر خود رائی سے کسی کی طبیعت مشکل سے سمجھ میں آتی ہے۔

یہ تسلیم ہے کہ انداز کسی کا چھپا نہیں رہتا، لیکن بیٹھ کے، پوچھ کے، سن کے، دیکھ کے جب معلوم ہوتا ہے، اگر خدا نے تمہیں توفیق دی تو جیسا ہوتم بھلائی کرتی رہو، ورنہ تمہاری ہی بے صبری، بد اخلاقی ظاہر ہوگی، احسان سر جھکا دیتا ہے، اچھے برتاؤ سے دشمن بھی دوست ہو جاتے ہیں۔

□ تیسرا اصول: سب پر خرچ اور سب کی ضرورتوں کا خیال رکھنا

حق تلفی اور بخل سے کچھ دولت نہیں جمع ہو جاتی بلکہ برے طریقے سے خرچ ہوتی ہے، ایک کی بچت سے دس کا نقصان ہوتا ہے، دانش مندوں کو تجربہ ہو چکا ہے، اگر تمہیں خرچ معقول نہیں ملتا اور تم بھی کسی قابل نہیں ہو تو البتہ تمہاری مجبوری دیکھی جاسکتی ہے، جب تک تمہارے ظاہری و باطنی برتاؤ اچھے رہیں گے، اگر خدا نے تمہیں کسی قابل کیا ہے تو یہ لازم نہیں کہ بخل پراڑی رہو، دوسروں کو نہ دو، اپنے اور اپنے بچوں پر دل کھول کر صرف کرو، زیور بناؤ، کپڑے عمدہ سے عمدہ پہنو، جمع بھی کرو اور گھر کی ضرورتیں مردوں پر رکھو، یہ سراسر غلطی اور بد اخلاقی ہے، تنگ دلی و کم ہمتی ہے بلکہ یہ اپنی جان پر ظلم ہے ایسوں کا کوئی ساتھ نہیں دیتا، ہر ایک مخالف رہتا ہے۔

اے بچیو! اگر تمہارے ہاتھ میں گھر کا کام ہے اور تم گھر کی مالک کہلاتی ہو تو تم حویلیوں کی بھی مالک بنو، صرف روپیوں کی ملکیت سے مالک نہیں ہوتا، گھر کی تمام ضرورتیں تم ہی کو پوری کرنا پڑیں گی، مہینہ اور سال کے درمیان میں جو کچھ ضرورتیں پیش آئیں گی لامحالہ تم ہی پوری کرو گی، شادی بیاہ وغیرہ اور بہت سے ایسے کام پیش آتے رہتے ہیں جو کسی حال میں مل نہیں سکتے اس وقت یہ بہانہ چل نہیں سکتا کہ ہمارے پاس نہیں ہے ہم کیسے کر سکتے ہیں، جیسا اکثر عورتیں کہہ کر ٹال دیتی ہیں مگر پھر کسی بدنام و ناکام ہوتی ہیں، پھر بھی وہ افسوس یہی انداز رکھتی ہیں، اگر تم گھر نہ سنبھالو گی تو ہر ایک کرنے والے سے بدگمان ہوگی، کیونکہ تمہیں تجربہ نہیں ہے تم ضرورت کو ضرورت نہیں سمجھ سکتیں علاوہ اس کے تمہیں غلے کا نرخ معلوم نہ ہوگا،

کامیاب گھرداری {11} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

نہ کپڑے کی قیمت، نہ کام کرنے کا مادہ رکھوگی جیسا کہ دنیا میں دستور ہے، کرنا، کرانا، دینا لینا، حق و ناحق سمجھنا، گھر کی مرمت و صفائی اور جو حوصلہ، شوق یا دستور کے موافق کرنا ہوتا ہے، ان باتوں کو تم کیوں کر سمجھوگی، جب یہ ہوگا تو دوسرے کرنے والے سے بدگمانی، پھر بدگمانی سے رنجش، رنجش سے کدورت پیدا ہوگی، کام بگڑ کے رہ جائے گا، اس وقت تم کو اپنی خاص ضرورتوں کے سوا کوئی اور ضرورتیں معلوم نہیں ہیں، ابھی تمہیں میری یہ نصیحتیں فضول معلوم ہوتی ہیں بلکہ یہ خیال ہوگا کہ جو میں کہہ آئی ہوں اگر کریں تو اس سے بہتر کر سکتے ہیں یا جو کر رہے ہیں اس سے بہتر، مگر نہیں یہ محض خیال ہے، جس وقت تمہارے ہاتھ میں گھر دیا جائے اور ضرورتیں درپیش ہوں تو پھر حقیقت ساری کھل جائے کچھ کرتے دھرتے نہ بنے، آئی ہوئی عقل جاتی رہے۔

□ چوتھا اصول: سب کی خدمت، اعانت اور سب کے ساتھ تعاون کرنا

کچھ عرصے سے خواتین میں ایک سوچ بہت پروان چڑھ رہی ہے، اس میں، دینی تربیت، دینی ماحول کا فقدان اور میڈیا کا کردار بھی شامل ہے وہ یہ کہ خواتین یہ کہتی نظر آتی ہیں کہ شوہر کی یا شوہر کے ماں باپ گھر والوں کی خدمت میرے فرائض میں سے نہیں یہ انکا حق نہیں یہ ہمارے اوپر فرض نہیں تو اصل بات یہ ہے کہ ازدواجی رشتہ قاعدوں ضابطوں کے بجائے رابطوں سے نبھایا جائے تب کامیاب ہوتا ہے یہی اس کی کامیابی کا راز ہے۔

بہت سارے کام انسان پر فرض و لازم نہیں ہوتے مگر انسان مروتاً اور اخلاقاً کام کرتا ہے فرائض کے بجائے اخلاقی فرائض بھی انجام دیتا ہے دوسروں سے بھی یہ تقاضہ ہوتا ہے اگر چہ دل میں ہی سہی ان کو مروتاً اور اخلاقاً تو ایسا کرنا چاہئے، اتنی بے مروتی کا مظاہرہ تو نہیں کرنا چاہیے تھا، لہذا بیوی کا اخلاقی فریضہ ہے اور ایسی نیکی ہے جس پر اسے مجبور نہیں کیا جاسکتا کہ وہ حسب استطاعت و ہمت جتنی اس کی صحت اجازت دے شوہر اور اسکے گھر والوں کی خدمت کرے انکی ضروریات کا خیال رکھے اور اپنے لیے اسکو سعادت اور نیک بختی سمجھے اور یہ

کامیاب گھرداری {12} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

سوچے کہ بہت ساری چیزیں جیسے بیوی کا علاج معالجہ وغیرہ شوہر کے ذمہ بھی لازم نہیں ہوتیں قضا اس پر واجب نہیں ہوتیں عدالت اس سلسلے اس پر جبر نہیں کر سکتی لیکن شوہران کو انجام دینا ہے لہذا بیوی کو بھی بغیر کسی عذر کے یہ نہیں کہنا چاہیے کہ میرے ذمہ کسی کی خدمت لازم نہیں یہ میرے فرائض میں سے نہیں ہاں شوہر اور اس کے گھر والوں کو بھی چاہیے کہ بیوی کو نوکرانی اور خادمہ نہ بنالیں کہ نہ اسے اپنی اپنے بچوں کی ضروریات کیلئے وقت ملے، نہ وہ کہیں آجا سکے، نہ اسکی صحت بیماری خوشی غمی کا احساس کیا جائے ہر ایک اس پر آرڈر چلائے یہ سب غلط ہے جو کہ نہیں ہونا چاہیے۔ (1)

میرا ایک خاتون کو جو آج یہ کہہ رہی ہے ساس سسر کی خدمت میرے ذمہ نہیں یہ بھی سوچنا چاہیے کہ آپ بوڑھی ہو گئی ہیں ہڈیاں کمزور ہو چکی ہیں نظر میں بھی فرق آ گیا ہے اٹھنا بیٹھنا مشکل ہو گیا ہے، خود سے کوئی کام ہوتا نہیں اولاد کی شادی ہو گئی ہے اور بہونے یہ کہہ کر آپ کے کام کرنے سے انکار کر دیا ہے کہ ساس سسر کی خدمت مجھ پر فرض نہیں اور بیٹا بھی چپ ہے کہ میری ماں نے بھی تو ایسا ہی کیا تھا تو اس وقت آپ کے دل پر کیا گزرے گی۔

□ خدمت پر کیا ملے گا

خدمت پر دنیا و آخرت میں بہت کچھ ملے گا۔

(1) گھر کے کام کاج خود اپنے ہاتھ سے کرنا ایک مسلمان عورت کے لیے سعادت کی بات ہے کیونکہ جنت کی عورتوں کی سردار خود اپنے ہاتھ سے کام کاج کیا کرتی تھی۔

حضرت علیؑ نے اپنے ایک شاگرد سے فرمایا کہ میں تمہیں اپنا اور فاطمہؑ کا جو حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی سب سے زیادہ لاڈلی بیٹی تھیں قصہ سناؤں، شاگرد نے کہا ضرور، فرمایا کہ وہ اپنے ہاتھ سے چکی پیستی تھیں جس کی وجہ سے ہاتھ میں نشان پڑ گئے تھے اور خود پانی کی مٹک بھر کر لاتی تھیں جس کی وجہ سے سینہ پر مٹک کی رسی کے نشان پڑ گئے تھے اور گھر کی جھاڑو وغیرہ بھی خود ہی دیتی تھیں جس کی وجہ سے تمام کپڑے میلے کچیلے رہتے تھے، ایک

مرتبہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس کچھ غلام باندیاں آئیں، میں نے فاطمہؓ سے کہا کہ تم بھی جا کر حضور صلی اللہ علیہ وسلم سے ایک خدمت گار مانگ لو تا کہ تم کو کچھ مدد مل جاوے، وہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئیں، وہاں مجمع تھا اور شرم مزاج میں بہت زیادہ تھی، اس لیے شرم کی وجہ سے سب کے سامنے باپ سے بھی مانگتے ہوئے شرم آئی، واپس آگئیں، دوسرے دن حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم خود تشریف لائے، ارشاد فرمایا کہ فاطمہ کل تم کس کام کے لیے گئی تھیں، وہ شرم کی وجہ سے چپ ہو گئیں، میں نے عرض کیا کہ یا رسول اللہ ان کی یہ حالت ہے کہ چپکی کی وجہ سے ہاتھوں میں گٹے پڑ گئے اور مشک کی وجہ سے سینہ پر رسی کے نشان ہو گئے ہر وقت کے کاروبار کی وجہ سے کپڑے میلے رہتے ہیں، میں نے ان سے کل کہا تھا کہ آپ کے پاس خادم آئے ہوئے ہیں ایک یہ بھی مانگ لیں اس لیے گئی تھیں، بعض روایات میں آیا ہے کہ حضرت فاطمہؓ نے عرض کیا کہ یا رسول اللہ میرے اور علیؓ کے پاس ایک ہی بسترہ ہے اور وہ بھی مینڈھے کی ایک کھال ہے، رات کو اس کو بچھا کر سو جاتے ہیں، صبح کو اسی پر گھاس دانہ ڈال کر اونٹ کو کھلاتے ہیں، حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ بیٹی صبر کر، حضرت موسیٰ اور ان کی بیوی کے پاس دس برس تک ایک ہی بچھونا (بسترہ) تھا وہ بھی حضرت موسیٰ کا چوغہ تھا، رات کو اسی کو بچھا کر سو جاتے تھے۔ تو تقویٰ حاصل کر اور اللہ سے ڈر اور اپنے پروردگار کا فریضہ ادا کرتی رہ اور گھر کے کاروبار کو انجام دیتی رہ اور جب سونے کے واسطے لیٹا کرے تو سبحان اللہ 33 مرتبہ، الحمد للہ 33 مرتبہ اور اللہ اکبر 34 مرتبہ پڑھ لیا کرو، یہ خادم سے زیادہ اچھی چیز ہے۔ حضرت فاطمہؓ نے عرض کیا میں اللہ اور اس کے رسولؐ سے راضی ہوں (2)

فائدہ: یعنی جو اللہ اور اس کے رسولؐ کی رضا میرے بارہ میں ہو مجھے بخوشی منظور ہے، یہ تھی زندگی دو جہاں کے بادشاہ کی بیٹی کی، آج ہم لوگوں میں سے کسی کے پاس دو پیسہ ہو جائیں تو اس کے گھر والے گھر کا کام کاج درکنار اپنا کام بھی نہ کر سکیں، پاخانہ میں لوٹا بھی ماما ہی رکھ آئے، اس واقعہ میں جو اوپر ذکر کیا گیا صرف سونے کے وقت کا ذکر ہے، دوسری حدیثوں

میں ہر نماز کے بعد ۳۳ مرتبہ یہ تینوں کلمے اور ایک مرتبہ لا الہ الا اللہ وحدہ لا شریک
 لہ لہ الملک ولہ الحمد وھو علی کل شیء قدید بھی آیا ہے۔ (3)
 (2) صحابہ کی عورتیں گھر کے کاموں کو اپنے ذمہ لے کر مردوں کو دین کی خدمت کے لیے
 فارغ کر دیا کرتی تھی۔

حضرت اسماء بنت ابوبکرؓ حضرت ابوبکرؓ کی بیٹی اور عبداللہ بن زبیرؓ کی والدہ اور
 حضرت عائشہؓ کی سوتیلی بہن مشہور صحابیات میں سے ہیں، شروع ہی میں مسلمان ہو گئی
 تھیں، کہتے ہیں کہ سترہ آدمیوں کے بعد یہ مسلمان ہوئی تھیں، ہجرت سے ستائیس سال پہلے
 پیدا ہوئیں اور جب حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم اور حضرت ابوبکرؓ ہجرت کے بعد مدینہ طیبہ پہنچ گئے
 تو حضرت زبیرؓ وغیرہ کو بھیجا کہ ان دونوں حضرات کے اہل و عیال کو لے آئیں، ان کے ساتھ
 ہی حضرت اسماءؓ بھی چلی آئیں جب قبا میں پہنچیں تو عبداللہ بن زبیرؓ پیدا ہوئے اور ہجرت
 کے بعد سب سے پہلی پیدائش ان کی ہوئی، اس زمانہ کی عام غربت، تنگ دستی، فقر و فاقہ
 مشہور و معروف ہے اور اس کے ساتھ ہی اس زمانہ کی ہمت، جفاکشی، بہادری، جرأت ضرب
 المثل ہیں، بخاری میں حضرت اسماءؓ کا طرز زندگی خود ان کی زبان سے نقل کیا ہے۔ فرماتی
 ہیں کہ جب میرا نکاح زبیرؓ سے ہوا تو ان کے پاس نہ مال تھا نہ جائداد، نہ کوئی خادم کام
 کرنے والا نہ کوئی اور چیز، ایک اونٹ پانی لاد کر لانے والا اور ایک گھوڑا، میں ہی اونٹ کے
 لیے گھاس وغیرہ لاتی تھی اور کھجور کی گٹھلیاں کوٹ کر دانہ کے طور پر کھلاتی تھی، خود میں پانی
 بھر کر لاتی اور پانی کا ڈول پھٹ جاتا تو اس کو آپ ہی سیتی تھی اور خود ہی گھوڑے کی ساری
 خدمت گھاس دانہ وغیرہ کرتی تھی اور گھر کا سارا کاروبار بھی انجام دیتی تھی مگر ان سب کاموں
 میں گھوڑے کی خبر گیری اور خدمت میرے لیے زیادہ مشقت کی چیز تھی، روٹی البتہ مجھے اچھی
 طرح پکانا نہیں آتی تھی تو میں آٹا گوندھ کر اپنے پڑوس کی انصار عورتوں کے یہاں لے جاتی
 وہ بڑی سچی مخلص عورتیں تھیں، میری روٹی بھی پکا دیتی تھیں۔ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے مدینہ
 پہنچنے پر زبیرؓ کو ایک زمین جاگیر کے طور پر دے دی جو دو میل کے قریب تھی میں وہاں سے
 اپنے سر پر کھجور کی گٹھلیاں لاد کر لایا کرتی تھی میں ایک مرتبہ اسی طرح آرہی تھی اور گٹھری

کامیاب گھرداری {15} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

میرے سر پر تھی راستہ میں حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم مل گئے، اونٹ پر تشریف لا رہے تھے اور انصار کی ایک جماعت ساتھ تھی، حضور نے مجھے دیکھ کر اونٹ ٹھہرایا اور اسے بیٹھنے کا اشارہ کیا تاکہ میں اس پر سوار ہو جاؤں مجھے مردوں کے ساتھ جاتے ہوئے شرم آئی اور یہ بھی خیال آیا کہ زبیرؓ کو غیرت بہت ہی زیادہ ہے، ان کو بھی ناگوار ہوگا، حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم میرے انداز سے سمجھ گئے کہ مجھے اس پر بیٹھتے ہوئے شرم آتی ہے، حضور صلی اللہ علیہ وسلم تشریف لے گئے میں گھر آئی اور زبیرؓ کو قصہ سنایا کہ اس طرح حضورؐ ملے اور یہ ارشاد فرمایا، مجھے شرم آئی اور تمہاری غیرت کا خیال بھی آیا، زبیرؓ نے کہا کہ خدا کی قسم تمہارا گٹھلیاں سر پر رکھ کر لانا میرے لیے اس سے بہت زیادہ گراں ہے (مگر مجبوری یہ تھی کہ یہ حضرات خود تو زیادہ تر جہاد میں اور دین کے دوسرے امور میں مشغول رہتے تھے اس لیے گھر کے کاروبار عام طور پر عورتوں ہی کو کرنا پڑتے تھے) اس کے بعد میرے باپ حضرت ابوبکرؓ نے ایک خادم جو حضورؐ نے ان کو دیا تھا میرے پاس بھیج دیا جس کی وجہ سے گھوڑے کی خدمت سے مجھے خلاصی ملی گویا بڑی قید سے آزاد ہو گئی۔ (4)

فائدہ: عرب کا دستور پہلے بھی تھا اور اب بھی ہے کہ کھجور کی گٹھلیاں کوٹ کر یا چکی میں دل کر پھر پانی میں بھگو کر جانوروں کو دانہ کے طور پر کھلاتے ہیں۔ (5)

(2) صحابہ کی عورتیں شادی کے پہلے دن ہی سے گھرداری کے امور انجام دیتی تھیں اور ان میں دلچسپی رکھتی تھیں۔

حضرت سہل بن سعد ساعدیؓ سے روایت ہے کہ جب حضرت ابواسید ساعدیؓ نے شادی کی تو انہوں نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم اور آپ کے صحابہ کو دعوت دی، اس موقع پر کھانا ان کی دلہن ام اسید ہی نے تیار کیا تھا اور انہوں نے ہی مردوں کے سامنے کھانا رکھا۔ انہوں نے پتھر کے ایک بڑے پیالے میں رات کے وقت کھجوریں بھگو دی تھیں اور جب نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کھانے سے فارغ ہوئے تو انہوں نے ہی اس کا شربت بنایا اور نبی کریم (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے سامنے (تحفہ کے طور پر) پینے کے لیے پیش کیا۔ (6)

□ کیسے خدمت کریں؟

(1) خدمت کو بوجھ نہیں، ناگواری سے نہیں بلکہ اپنا فرض اور عبادت ثواب سمجھ کر کریں

جس طرح مصلے پر بیٹھ کر عبادت کرے تو آپ سمجھتی ہیں کہ اس کو اجر مل رہا ہے، اس سے زیادہ آپ کو اجر اس وقت ملتا ہے جب آپ گھر کے کام کاج کو سمیٹ رہی ہوتی ہیں۔

بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ نے ایک نوجوان کو دیکھا کہ ہر وقت مسجد میں نوافل میں

مصروف رہتا۔ انہوں نے پوچھا، تیرا کیا حال ہے؟ کہنے لگا کہ میرا بڑا بھائی ہے، اس نے

میرے کاروبار کو سنبھال لیا ہے اور میری روزی کا ذمہ لے لیا ہے، مجھے عبادت کے لئے

فارغ کر دیا ہے، بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ فرمانے لگے، تیرا بھائی بڑا عقلمند ہے کہ تیری

ساری عبادت کا اجر تیرے بھائی کو بھی ملے گا اور تیرا بھائی تجھ سے افضل کام میں لگا ہوا

ہے۔ تو کہنے کا مقصد یہ ہے کہ مصلے پہ ہی فقط عبادت نہیں ہوتی بلکہ عورت جو گھر کے کام کاج

کر رہی ہوتی ہے۔ سب کچھ اس کا عبادت میں لکھا جاتا ہے۔

آج مصیبت یہ ہے کہ گھر میں کام کو عورتیں عبادت سمجھ کر نہیں سمجھ کر کرتی

ہیں۔ چنانچہ ان کی ہر وقت یہ خواہش ہوتی ہے کوئی کام کرنے والی مل جائے کہ میں صرف

بتاؤں اور وہ آ کے کام کرے۔ اب بتا کے کام کروالیا تو جو جسم نے کام کرنے کی مشقت

اٹھانی تھیں اور اس پر آپ کے نامہ اعمال میں اجر لکھا جانا تھا وہ اجر تو نہیں لکھا جائے گا۔ آپ

کے درجے پھر کیسے اللہ کے ہاں بڑھیں گے۔ اس لئے گھر کے کام میں پسینہ بہانا، مشقت

اٹھانا ایسا ہی ہے کہ جیسے عشا کے وضو سے فجر کی نماز کی عبادت کا اجر پانا۔ اس لئے عورت گھر

کے کاموں کو خوشی سے قبول کرے اور اپنے دل میں یہ سوچے کہ ان کاموں کی وجہ سے میرا

رب مجھ سے راضی ہوگا۔ چنانچہ ایک حدیث پاک میں نبی علیہ السلام نے فرمایا کہ نیک

عورت وہ ہے جس کا دل اللہ کی یاد میں مصروف ہو اور اس کے ہاتھ کام کاج میں مصروف

ہوں۔ جب نبی علیہ السلام یہ فرماتے ہیں تو اس کا مطلب یہ ہے کہ عورت کو گھر کے کام کاج خود کرنے کی عادت ڈالنی چاہئے۔ اس کے دو فائدے ہیں ایک تو یہ کہ کام سمٹیں گے اور اجر ملے گا اور دوسری بات کہ اپنی صحت بھی ٹھیک رہے گی۔ چونکہ آج گھر کے کام کاج کی عادت نہیں اس لئے لڑکپن کی عمر ہوتی ہے اور بیماریوں میں مبتلا ہو جاتی ہیں کوئی کہتی ہے میرے سر میں درد ہے، ذرا سانس کوئی بات سوچتی ہوں تو سر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ کوئی کہتی ہے، مجھے Lowback Pain (کمردرد) شروع ہوگئی ہے کسی کی آنکھوں میں اندھیرا محسوس ہوتا ہے۔ اور کوئی تو ماسیوں سے کام لینے میں بھی اتنی تھک جاتی ہیں کہ انہیں ڈرپ لگوانی پڑتی ہے۔

کیلے کھانے سے میرے دانت ہلے جاتے ہیں
فرش محمل پر مرے پاؤں چھلے جاتے ہیں
یہ ساری مصیبتیں ہاتھ سے کام نہ کرنے کی وجہ سے ہیں۔

سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کے گھر میں ایک چکی تھی اور وہ چکی کے اوپر گندم خود پیستی تھیں جس سے روٹی بنائی جاتی تھی۔ سوچنے کی بات ہے اگر ام المؤمنین اپنے ہاتھوں سے چکی خود پیستی تھیں تو پھر آج کی عورت اپنے گھر کا کام خود کیوں نہیں کرتی۔ جب گھر کا کام نہیں کریں گے تو پھر کہیں گے جی اب ہمیں سوئمنگ کلب میں جانے کی ضرورت ہے، چربی چڑھ رہی ہے۔ پھر ہمیں ٹریڈ مل لا کر دیں تاکہ ہم اس پر چلا کریں۔ کیا ضرورت ہے ان کی، گھر کے کام کاج میں ایک تو اجر ملے گا دوسرا خاوند کا دل جیت لوگی اور پھر تیسرا یہ کہ خود بخود آپ کے جسم کی شوگر تو انائی میں بدل جائے گی اور آپ کی صحت بھی درست رہے گی۔ تو گھر کے کام کاج کو اپنی عزت سمجھیں اور اپنا فرض منصبی سمجھیں۔ اور اس کو سمجھیں کہ میں مصلے پہ بیٹھ کر جو عبادت کروں گی اس سے زیادہ گھر کے کام کاج کرنے سے مجھے اللہ تعالیٰ کا قرب نصیب ہوگا۔ (7)

• کھانا پکانے والی کو ان سب کی عبادتوں کا ثواب ملتا ہے جن جن لوگوں نے یہ کھانا کھایا نیز

اگر باہر کے کسی آدمی کو یہ کھانا دیا گیا تو بھی پکانے والی کو اجر ملے گا۔

ایک حدیث میں حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا پاک ارشاد وارد ہوا ہے؛

اللہ جل شانہ روٹی کے ایک لقمہ اور کھجور کی ایک مٹھی کی وجہ سے تین آدمیوں کو جنت میں داخل فرماتے ہیں، ایک گھر کے مالک کو یعنی خاوند کو، دوسرے بیوی کو جس نے یہ کھانا پکایا، تیسرے اس خادم کو جو دروازہ تک مسکین کو دے کر آیا۔ (8)

● کھانا کھلانا جنت کو واجب کرنے والا عمل ہے

حضرت ام ہانیؓ سے روایت ہے؛

جب وہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئے تو عرض کیا: یا رسول اللہ! کون سا عمل جنت کو واجب کرنے والا ہے؟ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: تم اچھی طرح بات کرنے اور کھانا کھلانے کو لازم پکڑ لو۔ (9)

حضرت ابو موسیٰ اشعریؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا؛

بھوکے کو کھانا کھلاؤ، بیماری کی عیادت کرو اور (ناحق) قیدی کو رہائی دلانے کی کوشش کرو۔ (10)

● جو شخص خدمت کرنے میں ساتھیوں سے آگے بڑھ گیا تو اس کے ساتھی شہادت کے علاوہ کسی اور عمل کے ذریعہ اس سے آگے نہیں بڑھ سکتے۔

حضرت سہل بن سعدؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

سفر میں جماعت کا ذمہ دار ان کا خادم ہے اور جو شخص خدمت کرنے میں ساتھیوں سے آگے بڑھ گیا تو اس کے ساتھی شہادت کے علاوہ کسی اور عمل کے ذریعہ اس سے آگے نہیں بڑھ سکتے یعنی سب سے بڑا عمل شہادت ہے اس کے بعد خدمت ہے۔ (11)

• خدمت کرنے والے سارا اجر لے اڑے۔

حضرت انسؓ فرماتے ہیں؛

ہم لوگ حضور اقدس ﷺ کے ساتھ ایک سفر میں تھے ہم لوگوں میں سے کچھ لوگوں نے روزہ رکھا ہوا تھا اور کچھ بغیر روزے کے تھے، ہم لوگوں نے ایک جگہ پڑاؤ ڈالا، اس دن گرمی بہت زیادہ تھی ہم میں سب سے زیادہ سایہ والا وہ تھا جس نے چادر سے سایہ کیا ہوا تھا، بعض لوگ اپنے ہاتھ کے ذریعہ دھوپ سے بچاؤ کر رہے تھے، پڑاؤ ڈالتے ہی روزے دار تو گر گئے اور جن کا روزہ نہیں تھا، انہوں نے کھڑے ہو کر خیمے لگائے اور سواریوں کو پانی پلایا، اس پر حضورؐ نے فرمایا جنہوں نے روزہ نہیں رکھا وہ آج سارا ثواب لے گئے۔ (12)

حضرت ابو قلابہؓ فرماتے ہیں؛

حضور ﷺ کے کچھ صحابہ ایک سفر سے واپس آ کر اپنے ایک ساتھی کی بڑی تعریف کرنے لگے، چنانچہ انہوں نے کہا کہ ہم نے فلاں جیسا کوئی آدمی کبھی نہیں دیکھا، جب تک یہ چلتے رہتے قرآن پڑھتے رہتے اور جب ہم کسی جگہ پڑاؤ ڈالتے تو یہ اترتے ہی نماز شروع کر دیتے، آپ نے پوچھا اس کے کام کاج کون کرتا تھا؟ بہت سی باتیں اور پوچھیں اور یہ بھی پوچھا کہ اس کے اونٹ یا سواری کو چارہ کون ڈالتا تھا؟ ان صحابہؓ نے عرض کیا ہم یہ سارے کام کرتے تھے، آپ نے فرمایا تم سب اس سے بہتر ہو (اس کی خدمت کر کے تم نے اس کے تمام نیک اعمال کا ثواب لے لیا ہے)

حضرت سعید بن جہان کہتے ہیں؛

میں نے حضرت سفینہؓ سے ان کے نام کے بارے میں پوچھا کہ یہ نام کس نے رکھا ہے؟ انہوں نے کہا میں تمہیں اپنے نام کے بارے میں بتاتا ہوں، حضور اقدس نے میرا نام سفینہ رکھا، میں نے پوچھا حضور ﷺ نے آپ کا نام سفینہ کیوں رکھا؟ انہوں نے فرمایا حضور

کامیاب گھرداری {20} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

صلی اللہ علیہ وسلم ایک دفعہ سفر میں تشریف لے گئے اور آپ کے ساتھ آپ کے صحابہ بھی تھے، صحابہ کو اپنا سامان بھاری لگ رہا تھا، حضورؐ نے مجھ سے فرمایا اپنی چادر بچھاؤ میں نے بچھا دی، حضورؐ نے اس چادر میں صحابہؓ کا سامان باندھ کر اسے میرے اوپر رکھ دیا اور فرمایا ارے اسے اٹھا لو تم تو بس سفینہ یعنی کشتی ہی ہو۔ حضرت سفینہؓ فرماتے ہیں کہ اگر اس دن میرے اوپر ایک یاد تو کیا پانچ یا چھ اونٹوں کا بھی بوجھ رکھ دیا جاتا تو وہ مجھے بھاری نہ لگتا۔

حضرت ام سلمہؓ کے آزاد کردہ غلام حضرت احمرؓ فرماتے ہیں؛

ہم لوگ ایک غزوہ میں حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ تھے ایک نالے پر سے ہم لوگوں کا گزر ہوا تو میں لوگوں کو وہ نالہ پار کرانے لگا اسے دیکھ کر حضورؐ نے مجھ سے فرمایا تم تو آج سفینہ (کشتی) بن گئے ہو۔

حضرت مجاہد کہتے ہیں؛

میں ایک سفر میں حضرت ابن عمرؓ کے ساتھ تھا جب میں سواری پر سوار ہونے لگتا تو وہ میرے پاس آ کر میری رکاب پکڑ لیتے اور جب میں سوار ہو جاتا تو وہ میرے کپڑے ٹھیک کر دیتے، چنانچہ ایک مرتبہ وہ میرے پاس (اسی کام کے لیے) آئے تو میں نے کچھ ناگواری کا اظہار کیا تو انہوں نے فرمایا اے مجاہد تم بڑے تنگ اخلاق ہو۔ (13)

• آپ اللہ تعالیٰ کی تمام عمر عبادت کرنے کا ثواب لینا چاہتے ہیں تو اپنے مسلمان بھائی کا کوئی کام کر دیجیے۔

ایک حدیث میں ہے؛

جو شخص اپنے کسی مسلمان بھائی کی حاجت پوری کرے اس کو ایسا ثواب ہے جیسا کہ حق تعالیٰ شانہ کی تمام عمر خدمت (عبادت) کی ہو۔ (14)

(2) گھر کے کام اتباع سنت کی نیت سے کریں

1. گھر کے کام کرنے والے کو اتباع سنت کی برکات حاصل ہو جاتی ہیں۔

یاد رکھیے! دین حاصل کرنے کی کلید ”تواضع اور فنائیت“ ہے، اپنے آپ کو اللہ تعالیٰ کے سامنے مٹانا اور یہ اعمال افعال انسان کے اندر تواضع اور فنائیت پیدا کرتے ہیں، عبدیت پیدا کرتے ہیں، اس لیے اس کی عادت ڈالنی چاہیے، اللہ تبارک و تعالیٰ مجھے اور آپ سب کو اس پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے، آمین اور جس وقت گھر کے برتن دھو اس وقت دل میں یہ نیت کر لو کہ میں یہ کام نبی کریم ﷺ کی اتباع میں کر رہا ہوں جب کپڑے دھو تو اس وقت بھی یہی نیت کر لو، جب جوتے گانٹھو اس وقت بھی یہی نیت کر لو اور جب تم نے اتباع سنت کی نیت کر لی تو اب تمہارا کپڑے دھونا بھی عبادت، تمہارا جوتے گانٹھنا بھی عبادت، تمہارا برتن دھونا بھی عبادت، یہ سارے کام عبادت بن جائیں گے، اب اگر پانچ منٹ ان کاموں میں صرف ہو گئے اور اس کے نتیجے میں تمہیں اتباع سنت کی برکات حاصل ہو گئیں تو یہ کتنا سستا سودا ہے۔ (15)

2. آپ ﷺ اس بات کو فضیلت سمجھتے تھے کہ آدمی اپنا کام خود اپنے ہاتھ سے انجام دے حضور اقدس ﷺ اپنے جوتے خود گانٹھ لیتے تھے، اپنے کپڑے خود دھولیتے تھے جبکہ ازواج مطہرات گھر میں موجود ہیں اور دیکھ بھی رہی ہیں کہ حضور ﷺ یہ سب کام کر رہے ہیں اور ازواج مطہرات نے ضرور یہ پیش کش کی ہوگی کہ ہم یہ کام کر لیں لیکن حضور ﷺ نے جان بوجھ کے ان سب کاموں کو اپنے ہاتھ سے کرنے کا اہتمام فرمایا کیوں؟ پہلی بات یہ ہے کہ آپ اس بات کو فضیلت سمجھتے تھے کہ آدمی اپنے کام خود اپنے ہاتھ سے انجام دے، یہ فضیلت کی بات ہے اور اس کے ذریعہ اپنی امت کو تعلیم دینا چاہتے تھے کہ خواہ تمہارے پاس کتنے ہی خشم و خمد ہو جائیں، نوکر چاکر ہو جائیں لیکن جہاں موقع آئے وہاں اپنے کام کو اپنے ہاتھ سے انجام دینے کو اپنے لیے سعادت سمجھو، یہ بندگی کا تقاضہ ہے۔ (16)

3. گھر کی صفائی کرتے ہوئے یہ دھیان کہ اللہ صفائی کو پسند کرتے ہیں۔

واللہ یحب المطہرین (توبہ: 108) کہ اللہ خوب پاکیزگی اختیار کرنے والوں کو

دوست رکھتا ہے اس میں یہ بتا دیا کہ جو شخص بھی ناپاکیوں سے بچنے اور ان سے دور رہنے اور ناپاکی لگ جائے تو اس کے دھونے کا اہتمام کرے گا وہ اللہ تعالیٰ کو محبوب ہوگا، جب ظاہری ناپاکی سے بچنے پر اللہ تعالیٰ کی محبوبیت حاصل ہوتی ہے تو گناہوں سے بچنا تو اور زیادہ محبوبیت کا ذریعہ بنے گا کیونکہ باطنی ناپاکی زیادہ گندی ہے اس پر غور کر لیا جائے، اس بات کے پیش نظر حضرت ابوالعالیہؓ نے فرمایا کہ پانی سے طہارت حاصل کرنا تو بلاشبہ اچھی بات ہے لیکن آیت میں گناہوں سے پاک ہونے والوں کو اللہ کا محبوب بتایا ہے، درحقیقت الفاظ کا عموم ہر طرح کی تطہیر کو شامل ہے، گناہوں سے پاک ہونا بھی اللہ تعالیٰ کے نزدیک محبوب ہے اور ظاہری ناپاکیوں سے پاک ہونا بھی اللہ تعالیٰ کو پسند ہے۔ (17)

4. گھر کے مردوں کی خدمت و آرام کے ذریعے ان کی کارکردگی کو فعال بنانے کی نیت کریں۔

- اس میں دو رائیں نہیں ہو سکتیں ملک و ملت اور قوم کی تعمیر و ترقی صرف سائنسدانوں اور پروفیسروں ہی سے نہیں مزدوروں اور پرائمری کے اساتذہ سے نہیں بلکہ ہر شعبہ میں درکار افراد سے بھی ہوتی ہے۔

- ملک و ملت دین و اسلام کی ترقی کیلئے ہر شعبہ میں کام کرنے والے افراد جتنے بااخلاق با کردار کاموں میں فعال (Active) ہوں گے اتنا ہی وہ شعبہ ترقی کریگا۔ اور مرد اپنے شعبوں میں فعال (Active) اس وقت ہوں گے جب انکی گھریلو زندگی پرسکون ہوگی۔

لہذا گھریلو خواتین مردوں کی خدمت و آرام کا خیال کر کے جتنا ان کو سکون پہنچائیں گی اتنا ہی ان مردوں کی کارکردگی میں اضافہ ہوگا، اس طرح مردوں کی خدمت کر کے عورتیں بل واسطہ ملک و ملت کی تعمیر و ترقی میں اپنا حصہ ڈال سکتی ہیں، اور اس خدمت کے ذریعہ بہت بڑا ثواب لے سکتی ہیں۔ اور بصورت دیگر مرد کی بے سکونی بے آرامی کی وجہ سے دین و دنیا کے جن جن شعبوں میں جو جو نقصان ہوگا ایک جہت سے گھریلو خواتین بھی اسکی ذمہ دار ہوں گی۔

پرانے زمانہ کی بات ہے کہ ایک دن بادشاہ کا گزر ایک راستے سے ہو رہا تھا۔ راستے پر جاتے ہوئے بادشاہ کی نظر ایک مزدور پر پڑی مزدور زمین سے ایک اونچے مقام تک بغیر

کسی پریشانی اور تھکاوٹ کے بڑے بڑے پتھر اوپر پھینک رہا تھا بادشاہ یہ منظر دیکھ کر حیران ہو جاتا ہے اور اپنے وزیر سے پوچھتا ہے ”ایسی کیا خاص بات ہے اس آدمی میں جو یہ اتنا توانا، مضبوط اور طاقتور ہے؟“

وزیر کچھ دیر غور سے سوچ میں پڑ جاتا ہے اور پھر قدرے وثوق سے جواب دینا شروع کرتا ہے۔ عالم پناہ جان کی امان چاہتے ہوئے بالکل یقین سے کہہ سکتا ہوں کہ یہ مزدور گھریلو ناپاچیوں سے بالکل بے خبر ہے۔ اس کی بیوی اسے دل و جان سے پیار کرتی ہے اور ہر وہ کام کرتی ہے جس سے مزدور کو خوشی ملتی ہے، اور اس کام سے دور رہتی ہے جس سے مزدور کو ٹھیس پہنچتی ہو، دربار میں آتے ہی بادشاہ نے اپنے دو تین درباریوں کو حکم دیا کہ جا کر مزدور کی زندگی کی بارے میں سب کچھ معلوم کر کے آؤ۔

درباری مزدور کے پاس پہنچ گئے اور مزدور کی زندگی کا ایک ایک لمحہ نوٹ کرتے گئے۔ ہفتہ بھر درباریوں نے مزدور کے بارے میں کافی معلومات اکٹھا کر لیں اور واپس دربار گئے۔ بادشاہ نے بنفس نفیس سب سے پوچھنا شروع کیا۔ سب سے پہلے بادشاہ نے طاقت اور مضبوطی کا راز جاننے کے لئے پوچھا کہ وہ کیا کھاتا ہے۔ ان میں سے ایک درباری نے جواب دیا۔ بادشاہ سلامت ہم نے ایسی کوئی خوراک گھر میں جاتے ہوئے نہیں دیکھی جو مضبوطی اور طاقت پیدا کرے۔ بادشاہ سلامت عام سا کھانا ہی وہ گھر لیکر آتا ہے۔ بادشاہ نے اس کی زندگی کے بارے میں سب کچھ دریافت کیا قیام و طعام عبادات معاملات لیکن کچھ بھی خاص نظر نہیں آ رہا تھا۔

آخر میں وزیر نے درباریوں سے دریافت کیا ”آپ لوگوں نے کبھی مزدور کو گھر میں تیز آواز سے بات کرتے ہوئے سنا ہے سب درباریوں نے یک زبان ہو کر نفی میں جواب دیا۔ پھر پوچھا گیا ”کبھی ہنسی کی آواز سنی تو سب درباریوں نے ایک بار پھر یک زبان ہو کر ہاں میں منڈی ہلائی۔“

وزیر نے بادشاہ سے اجازت مانگی کہ میں کچھ وقت لے کر مزدور کی بیوی کو اس سے بدظن کرنا

چاہوں گا اس کے بعد آپ دیکھ لینا وہ کام تو کیا صحیح طرح چلنا بھی بھول جائے گا۔ بادشاہ نے اجازت دی۔

وزیر نے روپیہ پیسہ دے کر ایک خوبصورت نوجوان کو مزدور کی بیوی کو درغلانے کے لئے بھیجا۔ مزدور جب مزدوری کرنے جاتا تو خوبرونوجوان مختلف قسم کے تحفہ تحائف لیکر مزدور کی بیوی کو دیا کرتا تھا۔ مزدور کی بیوی بے راہ روی اختیار کر گئی

اب مزدور کی بیوی مزدور سے میٹھی منہ بات کرنا بھی گوارا نہیں کرتی۔ دونوں میاں بیوی کے درمیان ان بن شروع ہو گئی۔ مزدور پر جیسے غم کے پہاڑ ٹوٹ پڑے اب وہ محنت مزدوری اچھی طرح سے نہیں کر سکتا تھا۔ اب وہ کمر پکڑ کر کام کرتا تھا۔

وزیر نے اب بادشاہ سے کہا کہ اب مزدور کی حالت دیکھنے چلتے ہیں۔ دونوں اس جگہ چلے جہاں مزدور کام کر رہا تھا۔ بادشاہ اس کی حالت دیکھ کر حیران رہ گیا۔ اب وہ ایک پتھر اٹھانے میں دقت محسوس کر رہا تھا۔ ایک پتھر اٹھا کر وہ آہستہ آہستہ چلتا ہوا پتھر رکھ کر آتا۔ بادشاہ سے اس کی حالت دیکھی نہیں جا رہی تھی۔ اس نے فوراً حکم دیا اب اس بے چارے کی جان بخش دی جائے۔

وزیر نے مزدور کو بلا کر سب کچھ سمجھا دیا۔ کہ دراصل آپ کی بیوی آپ سے بہت پیار کرتی ہے لیکن بادشاہ سلامت کو یہ بات ثابت کرنے کے لئے ہم نے چال چلی اور آپ کی بیوی آپ سے بے وفائی کر گئی۔

مزدور سمجھ دار آدمی تھا گھر آ کر جب مغرب کی اذان ہونے لگی مزدور لوٹا اٹھا کر وضو کیلئے چلا گیا۔ راستے میں زبردستی اس نے لوٹا گرا یا لوٹا ٹوٹ گیا مزدور دھاڑے مار کر رونے لگا۔ بیوی نے جب شوہر کے رونے کی آواز سنی تو فوراً وہاں چلی گئی شوہر سے پوچھنے لگی کیوں رو رہے ہو؟

شوہر نے جواب دیا لوٹا ٹوٹ گیا بیوی نے حیرانی سے کہا اس میں رونے کی کیا بات ہے؟ نیا لوٹا لے لینا۔

کامیاب گھرداری {25} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

شوہر اب لوٹے کے ٹکڑوں کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہنے لگا ”میرا اس لوٹے سے پردہ ختم ہو گیا تھا اب دوسرے لوٹے کے سامنے خود کو بے پردہ ہونے کی وجہ سے رو رہا ہوں“ بے شک لوٹے اتنے مہنگے نہیں ہیں پر میری عزت مہنگی ہے۔
بیوی بھی سمجھ رہی تھی فوراً اپنے شوہر کا اشارہ سمجھ گئی۔ اور اپنے شوہر کے قدموں میں گر کر معافی مانگنے لگی۔ اور یوں مزدور اب دوبارہ توانا، مضبوط اور طاقتور بن گیا۔

□ کس کس کی کیا خدمت کریں؟

1. ہر ایک پر احسان کرنے کی عادت ڈالیں اگر اس کے لیے جنت کا فیصلہ ہو گیا تو وہ آپ کے بغیر نہیں جائے گا۔
ایک حدیث میں ہے؛

قیامت کے دن جنتی اور جہنمی لوگوں کی جب صفیں لگ جائیں گی تو جہنمی صفوں میں سے ایک شخص کی نظر جنتی صفوں میں سے کسی شخص پر پڑے گی اور وہ اس کو یاد دلائے گا کہ میں نے دنیا میں تیرے ساتھ فلاں احسان کیا تھا، اس پر وہ جنتی شخص اس کا ہاتھ پکڑ کر حق تعالیٰ شانہ کی بارگاہ میں عرض کرے گا کہ یا اللہ اس کا مجھ پر فلاں احسان ہے اللہ پاک کی طرف سے ارشاد ہوگا کہ اللہ تعالیٰ کی رحمت کے طفیل اس کو جنت میں داخل کر دیا جائے۔ (18)

2. ہر جاندار پر احسان کرنے پر ثواب ہے، پھر ایک مسلمان / رشتہ دار کی خدمت پر کتنا زیادہ ہوگا حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے؛

ایک فاحشہ عورت (رنڈی) کی اتنی بات پر بخشش کر دی گئی کہ وہ چلی جا رہی تھی اس نے ایک کنویں پر دیکھا کہ ایک کتا کھڑا ہوا ہے جس کی زبان پیاس کی شدت کی وجہ سے باہر نکلی پڑی ہے اور وہ مرنے کو ہے۔ اس عورت نے اپنے پاؤں کا (چمڑہ کا) موزہ نکالا اور اس کو اپنی اوڑھنی

کامیاب گھرداری {26} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

میں باندھ کر کنویں میں سے پانی نکالا اور اس کتے کو پلایا، حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم سے کسی نے پوچھا کیا ہم لوگوں کو جانوروں کے صلہ میں بھی ثواب ملتا ہے، حضور نے فرمایا ہر جگر رکھنے والے (یعنی جاندار) پر احسان کرنے میں ثواب ہے (مسلمان ہو یا کافر، آدمی ہو یا جانور) (19)

3. بیٹی بہن کی پرورش، خدمت پر بھی بہت اجر و ثواب ہے

(1) بیٹیاں والدین کے لئے مغفرت و نجات کا سامان ہیں بشرطیکہ ان کے ساتھ اچھا سلوک کیا جائے۔ (20)

(2) بیٹیاں والدین کی جنت ہیں بشرطیکہ ان کے حقوق ادا کئے جائیں۔ (21)

(3) بیٹیوں کے ساتھ حسن سلوک آخرت میں حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے قرب کا باعث ہے۔ (22)

(4) بچیوں کے لئے اپنی جوانی قربان کر دینے والی ماں قیامت میں حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ ہوں گی۔ (23)

4. گھر کا کوئی فرد (والدین، بہن بھائی، شوہر، بچے، ساس، سسر، نند، بھاونج، دیورانی) بیمار ہے تو اس کی ذرا سی مدد پر آپ مغفرت کے 73 درجات کی مستحق بن جائیں گی
ایک حدیث میں ہے؛

جو شخص کسی مصیبت زدہ آدمی کی مدد کرتا ہے اس کے لیے تہتر درجے مغفرت کے لکھے جاتے ہیں جن میں سے ایک درجہ سے تو اس کی درستگی ہوتی ہے (یعنی لغزشوں کا بدلہ ہو جاتا ہے) باقی بہتر درجے رفع درجات کا سبب ہوتے ہیں۔ (24)

5. گھر کے افراد نیز مہمانوں کے ساتھ (چاہے وہ اپنے خاندان کے ہو یا شوہر کے) اچھا سلوک کرنا ایک اور حدیث میں ہے؛

مخلوق ساری کی ساری اللہ تعالیٰ کی عیال ہے، آدمیوں میں سب سے زیادہ محبوب اللہ جل شانہ کے نزدیک وہ ہے جو اس کے عیال کے ساتھ اچھا برتاؤ کرے۔ (25)

دوسروں کے کام آنے کی شکلیں {دینے کی مختلف شکلیں}

نمبر شمار	دینے کی مختلف شکلیں	نمبر شمار	دینے کی مختلف شکلیں
1	اپنے کمرے کی کھڑکی میں یا چھت پر پرندوں کے لیے پانی یا دانہ رکھیے۔	2	اپنی مسجد میں کچھ کرسیاں رکھ دیجیے، جس پر لوگ بیٹھ کر نماز پڑھیں۔
3	سردیوں میں جرابیں/مفلر ٹوپی گلی کے جمعدار یا ملازم کو تحفہ کر دیجیے۔	4	گرمی میں سڑک پر کام کرنے والوں کو پانی لیکر دیجیے۔
5	اپنی مسجد یا کسی اجتماع میں پانی پلانے کا انتظام کیجیے۔	6	ایک قرآن مجید لیکر کسی کو دیدیجیے یا مسجد میں رکھیے۔
7	کسی معذور کو پھوپھوں والی کرسی لے دیجیے۔	8	باقی کی ریزگاری ملازم کو واپس کر دیجیے۔
9	اپنی پانی کی بوتل کا بچا ہو پانی کسی پودے کو لگائیے۔	10	کسی غم زدہ کے لیے مسرت کا سبب بنیے۔
11	لوگوں سے مسکرا کر پیش آئے اور اچھی بات کیجیے۔	12	کھانے پارسل کراتے ہوئے ایک زیادہ لے لیجیے کسی کو صدقہ کرنے کے لیے۔
13	ہوٹل میں بچا کھانا پیک کر کر باہر بیٹھے کسی مسکین کو دیجیے۔	14	گلی محلے کے مریض کی عیادت کو جانا اپنے آپ پر لازم کر لیجیے۔
15	ہسپتال جائیں تو ساتھ والے مریض کے لیے بھی کچھ لے کر جائیں۔	16	حیثیت ہے تو مناسب جگہ پر پانی کا کولر لگوائیں۔
17	حیثیت ہے تو سایہ دار جگہ یا درخت کا انتظام کر دیجیے۔	18	آن لائن اکاؤنٹ ہے تو کچھ پیسے رفاہی اکاؤنٹ میں بھی ڈالیے
19	زندوں پر خرچ کیجئے مردوں کے ایصال ثواب کے لیے۔	20	اپنے محلے کی مسجد کے کولر کا فلٹر تبدیل کر دیجیے۔
21	گلی اندھیری ہے تو ایک بلب روشن رکھ چھوڑ دیجیے۔	22	مسجد کی ٹوپیاں گھرا کر دھو کر واپس رکھا آئیے۔
23	مسجدوں کے گندے حمام سودو سودے کر کسی سے دھلوا دیجیے۔	24	گھر بیو ملازمین سے شفقت کیجئے، ان کے تن اور سر ڈھانپنے۔
25	گزارش جب اپنے بچے کے لیے کتابیں، کاپیاں خریدیں تو کم از کم ایک غریب بچے کو بھی اپنا بچہ سمجھ کر کتابیں خریدیں۔		

{ صدقہ احادیث کی روشنی میں }

نمبر شمار	صدقہ احادیث کی روشنی میں	نمبر شمار	صدقہ احادیث کی روشنی میں
1	برائی سے روکنا صدقہ ہے۔ (26)	2	نیکی کا حکم دینا صدقہ ہے۔ (27)
3	لا الہ الا اللہ کہنا صدقہ ہے۔ (28)	4	سبحان اللہ کہنا صدقہ ہے۔ (29)
5	الحمد لله کہنا صدقہ ہے۔ (30)	6	اللہ اکبر کہنا صدقہ ہے۔ (31)
7	استغفر اللہ کہنا صدقہ ہے۔ (32)	8	راستے سے پتھر کاٹنا اور بڑی ہٹانا صدقہ ہے۔ (33)
9	اپنے ڈول سے کسی بھائی کو پانی دینا صدقہ ہے۔ (34)	10	بھٹکے ہوئے شخص کو راستہ بتانا صدقہ ہے۔ (35)
11	اندھے کو راستہ بتانا صدقہ ہے۔ (36)	12	بہرے سے تیز آواز میں بات کرنا صدقہ ہے۔ (37)
13	گوٹے کو اس طرح بتانا کہ وہ سمجھ سکے صدقہ ہے۔ (38)	14	گمراہ آدمی کی مدد کرنا صدقہ ہے۔ (39)
15	مدد کے لیے پکارنے والے کی دوڑ کر مدد کرنا صدقہ ہے۔ (40)	16	ثواب کی نیت سے اپنے گھر والوں پر خرچ کرنا صدقہ ہے۔ (41)
17	دو لوگوں کے بیچ انصاف کرنا صدقہ ہے۔ (42)	18	کسی آدمی کو سواری پر بٹھانا یا اس کا سامان اٹھا کر سواری پر رکھنا صدقہ ہے۔ (43)
19	دوسرے کو نقصان پہنچانے سے بچنا صدقہ ہے۔ (44)	20	نماز کے لیے چل کر جانے والا ہر قدم صدقہ ہے۔ (45)
21	راستہ سے تکلیف دہ چیز ہٹانا صدقہ ہے۔ (46)	22	خود کھانا صدقہ ہے۔ (47)
23	اپنے بیٹے کو کھانا صدقہ ہے۔ (48)	24	اپنی بیوی کو کھانا صدقہ ہے۔ (49)
25	اپنے خادم کو کھانا صدقہ ہے۔ (50)	26	کسی مصیبت زدہ حاجت مند کی مدد کرنا صدقہ ہے۔ (51)
27	اپنے بھائی سے مسکرا کر ملنا صدقہ ہے۔ (52)	28	پانی کا ایک گھونٹ پلانا صدقہ ہے۔ (53)
29	اپنے بھائی کی مدد کرنا صدقہ ہے۔ (54)	30	ملنے والے کو سلام کرنا صدقہ ہے۔ (55)
31	آپس میں صلح کروانا صدقہ ہے۔ (56)	32	تمہارے درخت یا فصل سے جو کچھ کھائے وہ تمہارے لیے صدقہ ہے۔ (57)
33	بھوکے کو کھانا کھلانا صدقہ ہے۔ (58)	34	پانی پلانا صدقہ ہے۔ (59)
35	دو مرتبہ قرض دینا ایک مرتبہ صدقہ دینے کے بعد برابر ہے۔ (60)	36	کسی آدمی کو اپنی سواری پر بٹھالینا صدقہ ہے۔ (61)

کامیاب گھرداری {29} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

37	گمراہی کی سرزمین پر کسی کو ہدایت دینا صدقہ ہے۔ (62)	38	ضرورت مند کے کام آنا صدقہ ہے۔ (63)
39	علم سیکھ کر مسلمان بھائی کو سکھانا صدقہ ہے۔ (64)		

□ پانچواں اصول: تھوڑے وقت میں اچھے نتائج حاصل کرنے کے لیے مقاصد متعین کر کے کاموں کی منصوبہ بندی کر کے کام کریں۔

انتظام

گھرداری کے لئے تدبیر و انتظام کی بڑی ضرورت ہے بغیر انتظام گھر جہنم کا نمونہ بن جاتا ہے، اگر تدبیر کے ساتھ نہ کرو گی تو تمہارا صرف زیادہ ہوگا اور بجائے آرام کے تکلیف اٹھاؤ گی۔ (65)

(1) آپ خواہ کھانا پکا رہے ہو، کوئی مضمون لکھ رہے ہو، یا تقریر کر رہے ہو، تمام متعلقہ چیزیں کام شروع کرنے سے پہلے اپنے پاس رکھ لیں تاکہ آپ کو بار بار اٹھنا نہ پڑے۔ اسے تیاری کہتے ہیں اور کسی بھی کام کے لئے یہ بڑی اہم چیز ہے۔
(2) اگر آپ کو کوئی کام ہو یا کہیں سے خریداری کرنی ہو تو تمام چیزیں ایک نوٹ بک، کارڈ یا کاغذ پر لکھ لیں اور اپنی سرگرمیوں کا پورا نقشہ تیار کر لیں تاکہ آپ کو دوبارہ سفر نہ کرنا پڑے اور کم از کم فاصلہ طے کر کے آپ کا سارا کام مکمل ہو جائے۔

(3) سہولیات کے بل وقت پر ادا کر دیجئے اور تاخیر کر کے آخری وقت میں مشکلات مت پیدا کیجئے۔

(4) ہفتہ وار خوراک کا چاٹ بنالیں مرغن اور مہنگی غذاؤں کی جگہ سادہ اور کم خرچ غذاؤں پر گزارا کریں۔

(5) اپنے وقت کا ریکارڈ رکھیے اور جائزہ لیتے رہیے کہ کتنا کارآمد اور کتنا غیر کارآمد خرچ کیا۔

- (6) مناسب شیڈول تو بنائیے لیکن شیڈولنگ کے جال میں مت پھنسیں۔
- (7) کام میں حارج ہونے والی باتوں اور مداخلت کو کنٹرول میں رکھنے کی کوشش کیجئے۔
- (8) اپنے قیمتی وقت (پرائم ٹائم) کی شناخت کیجئے اور اس سے بھرپور فائدہ اٹھائیے۔
- (9) اپنے اہم کاموں کو اس وقت کرنے کی کوشش کیجئے، جب آپ کے جسم میں قوت زیادہ ہو اور یہ آپ خود اپنا جائزہ لے کر معلوم کر سکتے ہیں۔
- (10) وہ کام جن کو کرنے کو طبیعت نہیں چاہ رہی ہے (جائز کام)، انہیں کرنے کے لئے اپنے آپ پر جبر کر کے جلد از جلد کرنے کی کوشش کیجئے۔
- (11) غیر متوقع امور کے لئے بھی تیار رہیے اور ان کاموں کو بھی اپنے شیڈول کا حصہ بنائیے۔
- (12) سفری اوقات کو استعمال کرنے کا فن سیکھیے۔ اس وقت کو بھی بہتر طور پر استعمال کرنے کی کوشش کیجئے اور دور حاضر کی ٹیکنالوجی سے بھرپور فائدہ اٹھائیے۔
- (13) 80/20 کے قاعدے کے مطابق کام کیجئے، یعنی وہ کام کریں جن میں محنت کم اور استفادہ یا نتائج زیادہ ہوں اور اسی کے مطابق ترجیحات کا تعین کیجئے۔
- (14) جب بہت زیادہ کام آجائیں تو اپنے کاموں کو تقسیم کرنے کی کوشش کریں۔ اس کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ کارڈز لیں اور اپنے کاموں کے دو گروپ بنالیں: آج کے کرنے کے کام اور وہ کام جو کل ہو سکتے ہو۔ دو گروپ بنا کر کرنے کی کوشش کریں۔
- (15) ہر 45 منٹ کے بعد آپ چند منٹوں کا وقفہ لینے کی کوشش کریں تاکہ آپ زیادہ توجہ اور توانائی کے ساتھ کام کر سکیں۔
- (16) اپنے مسائل حل کرنے کے لئے اور اپنی سوچ کو منظم کرنے کے لئے آپ کاغذ اور قلم کے استعمال کی عادت ڈالیں۔ نوٹ بک ہو تو بہتر ہے۔ اسمارٹ فون بھی معاون ہیں۔
- (17) کاملیت پسند آدمی بننے کی کوشش نہ کریں بلکہ کام کو اپنی استعداد کے مطابق احسن طریقے سے کریں۔
- (18) بعض اوقات غیر ضروری سوچ اور بہت بڑی منصوبہ بندی بھی آپ کے کام میں

رکاوٹ کا باعث بنتی ہے۔ ایسی صورت میں فوری عمل بھی فائدہ مند ہوتا ہے۔ تساہل آپ کو کام شروع کرنے سے روکتا ہے اور کاملیت آپ کو کام ختم کرنے سے روکتی ہے۔
(19) ایک جیسے کام ایک جگہ جمع کر لیں۔

(20) اپنے موجودہ طریقہ کام کا جائزہ لیں اور حسب ضرورت تبدیلی کریں۔

(21) کام کرنے کے فنکار بنیے۔ محض محنت کافی نہیں بلکہ بہترین طریقے سے کام کیجیے۔

(22) اپنے کاموں اور معاملات کی چیک لسٹ بنائیے، یعنی یہ کہ کیا کیا کام کرنے ہیں۔

(23) بیک ورڈ شیڈول بنائیے، یعنی کام ختم کرنے کی مطلوبہ تاریخ سے پیچھے کی جانب

منصوبہ بندی کیجیے۔

(24) چھوٹے چھوٹے کاموں کو ایک وقت میں نمٹائیے۔

(25) ہمیشہ اپنی ترجیحات پر توجہ دیں اپنی مصروفیات پر نہیں۔

(26) فیصلے کرنے میں تاخیر نہ کیجیے۔

(27) اپنے کاموں کو اپنے لیے رکاوٹ مت بنائیے بلکہ معاون بنائیے۔

(28) جو چیزیں اور معاملات عموماً تنگ کرتے ہیں ان کا حل نکالنے کی کوشش کیجیے۔

(29) ہمیشہ بیک اپ پلان رکھیں جیسے آپ لوڈ شیڈنگ کے پیش نظر یو پی ایس یا جنریٹر کا

انتظام رکھتے ہیں۔

(30) اوقات کو پرائم ٹائم میں تقسیم کریں اور اس کا لحاظ رکھتے ہوئے کام کریں۔

(31) کاموں کے لئے وقت کے گروپ بنالیں اور اس وقت میں تیزی کے ساتھ کام

کرنے کی کوشش کریں۔

(32) جو کام کریں صحیح کریں۔

(33) جب کام ختم کر لیں تو پھر اسے ایک طرف رکھ دیں اور بار بار اس پر نظریں نہ

دوڑائیں۔

(34) اپنے ساتھ کام کرنے والوں کی صلاحیت کا خیال بھی رکھیں۔

- (35) اپنے معاونین کو متحرک رکھنے کے لئے کچھ نہ کچھ کرتے رہیں۔
- (36) جہاں ضرورت ہو دیگر ساتھیوں سے مدد طلب کر لیں۔
- (37) اپنے کام سے لطف اندوز ہوں۔ کام کو پسند بنالیں اور اسے اس حق کے مطابق کرنے کی کوشش کریں۔ زندگی کی جائز تفریحات سے فائدہ اٹھائیں۔
- (38) اپنے کام کرنے کی جگہوں پر کنٹرول حاصل کریں۔
- (39) صحیح وقت پر کام کریں اور کام کو ختم کرنے کی کوشش کریں۔
- (40) مقاصد متعین کریں اور کام مکمل ہونے پر خوشی کا اظہار کریں اور خدا کا شکر ادا کریں۔
- (41) بہتر طریقے سے کام دوسروں کو تفویض کریں۔
- (42) کاموں کا اور فاصلوں کا اندازہ لگائیں اور منصوبہ بنائیں تاکہ صحیح وقت پر کام ختم کر سکیں۔
- (43) بہتر کارکردگی کا مطالبہ کریں، اپنے ساتھیوں کو متحرک رکھیں، انہیں کام کے فوائد بتائیں، انہیں اس معاملے میں ان کے خوش گوار مستقبل کے بارے میں ترغیب دیں۔
- (44) تنظیم وقت اور گھر کے کام کاج کے لئے ٹولز (چیزیں) استعمال کریں۔ یہ کارآمد اور وقت بچانے کا اچھا ذریعہ ہیں، جہاں ممکن ہو ٹولز کو اپنی ضرورت کے مطابق بنائیں۔
- (45) اپنے آپ پر ذمہ داریوں کا بہت زیادہ بوجھ نہ ڈالیں، انسان خود بے وقوفی کر کے اپنے اوپر بوجھ لادتا ہے۔
- (46) ایک وقت میں ایک چیز یا ایک کام کریں۔ بیل گاڑی یا ٹرانسپورٹ کنٹینر بننے کی کوشش نہ کریں۔
- (47) جو کام شروع کریں اسے ختم بھی کریں۔ یہ ایک اچھی عادت ہے اور اس سے آپ کی کامیابی کا راز وابستہ ہے۔ اس عادت سے آپ کی کارکردگی میں اضافہ ہوگا۔
- (48) کام کے بھوت نہ بنیں۔ اچھے انداز میں کام کریں۔
- (49) اچھی طرح سے اور غلطیوں سے پاک کام کرنے کی کوشش کریں۔ احسن طریقے سے کام کریں کیونکہ یہ انسانوں سے مطلوب ہے۔

- (50) ناممکن کاموں کو کرنے کی کوشش نہ کریں، اپنے قدموں سے چھوٹے ہونا یا بونا بنانا ممکن ہے۔
- (51) افراد کی تربیت کریں اور انہیں زیادہ سے زیادہ امور سپرد کریں اور آگے بڑھنے کا موقع دیں۔
- (52) مدخلتی چیزوں کا جائزہ لیں اور انہیں دور کرنے کی کوشش کریں۔ اوقات کو ضائع کرنے والی چیزوں کا جائزہ لیں مدخلتوں کا جائزہ لیں اور پھر انہیں دور کرنے کی کوشش کریں۔
- (53) ہر کام کیلئے ہدف مقرر کریں اور اس وقت میں اسے کرنے کی کوشش کریں۔
- (54) اگر فون پر کام کیا جاسکتا ہے تو خط لکھنے اور ای میل کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔
- (55) پہلے دوبارہ ایجاد نہ کریں جو چیزیں میسر ہیں ان سے فائدہ اٹھائیے۔
- (56) اپنے کام کے سلسلے میں کسی سے معاونت کی ضرورت ہے تو اسے ضرور حاصل کریں۔
- (57) جب کسی کام میں کامیابی ہو جائے تو خوشی منائیے۔ رب کا شکر ادا کیجیے اور اپنے معاونین کو ان کی محنت پر حوصلہ افزائی کیجیے۔ انہیں کریڈٹ دیجیے، یقین کیجیے آپ کی قائدانہ صلاحیتوں کے لیے یہ بہت اہم ہے۔
- (58) غیر متوقع چیزوں اور واقعات کا اندازہ لگائیے اور ان کے لیے بھی وقت نکالنے کی منصوبہ بندی کر لیجیے۔
- (59) اپنے تفریحی اوقات کا عمومی طور سے جائزہ لیتے رہیے اور اس سلسلے میں اپنی اصلاح کرتے رہیے۔
- (60) کام کی منصوبہ بندی کریں پھر کام کریں۔ گاڑی چلانے سے پہلے منزل متعین کر لیں۔
- (61) کام کرنے سے پہلے منطق کے سوالات اپنے آپ سے کریں: کیا؟ کیوں؟ کیسے؟ اور کب؟
- (62) خاص اور منتخب کام کریں، جن کے بغیر گزارا ہو سکتا ہے اسے چھوڑ دیں۔
- (63) وہ کام جو دائمی صلاحیت کا مطالبہ کرتے ہیں انہیں ان اوقات میں کریں جب آپ کا دماغ اس کام کے لیے تیار ہو۔

- (64) ایک وقت میں ایک کام کریں۔
 (65) قابل عمل مقاصد کا تعین کریں۔
 (66) اپنے حافظے کے ساتھ مہربانی فرمائیے اور نوٹ بک کا استعمال کیجیے۔ حافظے کو اہم چیزوں کے لیے رکھیے۔
 (67) ترجیحات کا تعین کریں اور ضبط تحریر میں لائیں۔
 (68) اپنے یومیہ کاموں کے لیے ٹائم ٹیبل بنائیں۔
 (69) کرنے کے کاموں کی فہرست کو اپنے ساتھ بلکہ سامنے رکھیں۔

(مزید تفصیل کیلئے دیکھیں کتاب ”شاہراہ زندگی پر کامیابی کا سفر“)

حضرت پیر ذوالفقار صاحب عورتوں کو نصیحت کرتے ہوئے فرماتے ہیں گھر کے اندر آپ اپنی نوٹ بک خود بنائیں اور اہم باتوں کو اس میں لکھنے کی عادت ڈالیں۔ عورتوں میں یہ چیز بہت کم ہے کچھ نیک بیویاں اس کی پابندی کرتی ہوگی وگرنہ نوٹ بک نہیں بنائی جاتی۔ کئی اہم باتیں خاوند کو کہنی ہوتی ہیں لیکن موقع پر یاد نہیں آتی۔ اور کئی اہم کام کرنے ہوتے ہیں جو خاوند بتا کے جاتا ہے وہ بھول جاتی ہیں۔ چنانچہ گھر کی مصیبتیں اس وجہ سے شروع ہوتی ہیں۔ تو فقط اپنی یادداشت پر بھروسہ نہ کریں۔ اس لئے کہ جب گھر میں عورت کی اولاد ہونی شروع ہو تو عام طور پر اس کی یادداشت اتنی اچھی نہیں رہتی۔ کئی مرتبہ یہ جلدی بھول جاتی ہے۔ جب گھر کے اندر ڈائری ہوگی تو اس ڈائری میں خاوند نے جو کام کہے وہ بھی لکھ لے۔ کسی اور نے کوئی کام کہا تو وہ بھی لکھ لے، کسی کو کام کیلئے کہنا ہے تو وہ بھی لکھ لیا کرے۔ تو روز کا ایک صفحہ متعین کر لیں اور اس کے اوپر آپ نے جو باتیں کرنی ہیں وہ لکھ لیں۔ جو کہنی ہیں وہ بھی لکھ لیں۔ اور پھر شام کو دیکھ لیں کہ میں نے یہ سب کام سمیٹے یا نہیں؟ یہ نوٹ بک کا بنانا جب آپ شروع کریں گی تو آپ دیکھیں گی کہ آپ کی زندگی میں ایک ڈسپلن آجائے گا۔ آپ کی زندگی خود بخود اچھی ترتیب والی زندگی بن جائے گی۔ اور پھر آپ وقت کا خیال بھی رکھیں گی۔ جب آپ کو پتہ ہوگا کہ آج میں نے اتنے کام سمیٹے ہیں، پھر کسی کہ فون

آنے پر اس سے دال پکانے کی باتیں نہیں پوچھیں گی۔ آپ کو پتہ ہوگا کہ میرا وقت بہت قیمتی ہے۔ آج ارجنٹ (فوری نوعیت کے) کاموں کی وجہ سے عورتیں Important (اہم) کاموں کی طرف توجہ نہیں دیتیں۔ یہ بات سنئے اور دل کے کانوں سے سنئے بدانتظامی کی وجہ سے اور زندگی میں ترتیب نہ ہونے کی وجہ سے آج عورتیں ارجنٹ کاموں میں اتنا الجھ جاتی ہیں کہ اہم کاموں کے لئے ان بے چاریوں کے پاس فرصت ہی نہیں ہوتی۔ ہر وقت Fire-fighting کرتی پھر رہی ہوتی ہیں تھوڑا وقت رہ جائے تو کہتی ہیں اچھا یہ کام بھی سمیٹنا ہے، اچھا یہ کام بھی سمیٹنا ہے۔ کل تو فلاں تقریب ہے، ہر وقت Fire-fighting کرنے کی ضرورت نہیں، پلاننگ کے ساتھ زندگی گزارے۔ کسی نے کہا Well plane half done، جب آدمی کسی کام کو اچھا پلان (منصوبہ بندی) کر لیتا ہے تو یوں سمجھو کہ کام ہو جاتا ہے۔ تو یہ نوٹ بک کا بنانا اور اپنے وقت کا خیال رکھنا اور اپنے کاموں کو اس میں لکھ لینا آپ کے لئے فائدے کا سبب بنے گا اور آپ کہیں گی کہ پیر صاحب نے ہمیں بہت اچھی فائدے کی بات بتائی ہے۔ اکثر خاوندوں کے ساتھ جو نوک جھونک ہوتی ہے وہ اسلئے ہوتی ہے کہ بیوی نے خاوند کو کام کہا۔ خود بھی بھول گئی، خاوند بھی بھول گیا۔ کئی دن کے بعد یاد آیا تو الجھ پڑے۔ اگر یہ نوٹ بک میں لکھا ہوتا تو آپ روزانہ اس کو یاد دلا سکتی تھیں، وقت سے پہلے یاد دلا سکتی تھیں۔ یا خاوند نے کوئی بات کہی تو بیوی کرنا بھول گئی۔ اس پر خاوند کے ساتھ نوک جھونک شروع ہو گئی۔ تو اس لئے نوٹ بک کا بنانا آج کے حالات کو سامنے رکھتے ہوئے عورتوں کے لئے بڑے فائدے کا سبب بن سکتا ہے۔ (66)

□ چھٹا اصول: اشیاء کی خریداری / استعمال / حفاظت کے اہم

امور کا خیال رکھنا

یہ معلوم ہونا چاہیے کہ گھرداری میں سب سے زیادہ ضروری باتیں کونسی ہیں، کن کن چیزوں کی روز اور کن اشیا کی مہینے میں ضرورت ہوتی ہے کون سی چیزیں وقتاً فوقتاً موجود رکھنا ضروری ہیں اور ہر وقت کے لیے کیا کیا موجود رکھنا چاہیے۔ (67)

کب خریدنا ہے، کیا خریدنا ہے، کتنا خریدنا ہے، کتنے میں خریدنا ہے، کہاں سے خریدنا ہے، لاکر کہاں رکھنا ہے، کیسے استعمال کرنا ہے، کیسے حفاظت کرنی ہے / نگرانی کرنی ہے ضائع ہونے سے کیسے بچانا ہے۔

کب خریدنا ہے:

● تمام چیزیں ضروری ایک ہی مرتبہ مہینہ یا ہفتے میں منگالو، تھوڑی تھوڑی منگانے میں برکت نہیں ہوتی۔ (68)

● خریداری ایک مرتبہ کیجیے۔ ایک ہفتے میں ایک بار سے زائد خریداری دور حاضر میں وقت کے ضیاع میں شمار ہوگا۔

● عید کی تیاریاں شعبان ہی میں کر لینی چاہئیں رمضان کے مبارک لمحات خاص طور سے شب قدر کی مبارک راتیں بازاروں میں ضائع کرنا انتہائی محرومی کی بات ہے۔ الغرض رمضان سے پہلے ہی اس کے لیے فکر کریں اور کوئی لائحہ عمل ضرور طے کر لیں کیونکہ رمضان کا مہینہ ہے ہی ترک دنیا کے لیے۔

کیا خریدنا ہے:

● ان چیزوں کی خریداری سے بچیں جو آپ کی خصوصی توجہ مانگتی ہیں، مثلاً نقش و نگار والی اشیا اگر چیزیں سستی مل رہی ہیں مگر آپ کو ان کی ضرورت نہیں ہے تو آپ انہیں مت خریدیں۔

کامیاب گھرداری {37} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

- وہ چیزیں بھی نہ خریدیں جن کے لیے جگہ نہیں ہے، یا خصوصی جگہ کے اہتمام کی ضرورت ہوگی۔
- ضروری نہیں ہے کہ آپ مشہور برانڈ والی چیزیں کھائیں۔ اس میں غیر ملکی سرمایہ کاروں کو رائیٹی دینی پڑتی ہے۔ اس کے بجائے آپ اپنے دوستوں اور رشتے داروں کے ساتھ ہفتہ وار یا ماہانہ چھٹیوں کے دوران ون ڈش پارٹی کرنے کی کوشش کریں۔ (69)

کتنا خریدنا ہے:

- خرچ کا اندازہ کر کے جتنا منگاسکتی ہو اتنا ہی منگاؤ، نقد خریدو، قرض نہ لو۔ (70)
- ضرورت کی چیز بقدر ضرورت ہو ایسا نہ ہو کہ ان کے نہ ہونے سے یا کم ہونے سے سخت تکلیف ہو، وقت پر مانگنا پڑے، خود کو شرمندگی ہو دوسروں کو ناگوار گزرتا ہونا اتنی زیادہ کہ گھر میں ڈھیر لگ جائے رکھنے کی جگہ نہ ہو (71)

کتنے میں خریدنا ہے:

- جو چیز منگاؤ اس کا نرخ دوسروں سے معلوم کر لو، اگر چہ پیسوں ہی کی کیوں نہ ہو، اگر تم جانچ نہ کرو گی تو تمہیں بے وقوف سمجھ کر لوگ لوٹیں گے۔ (72)
- کیسے استعمال کرنا ہے:

اچھا انتظام کرتی رہو گی تو تمہیں قریب قریب پندرہ روز کی جنس فالٹو بیچ جائے گی، اس کا خرچ تمہیں بیچ جائے گا، پھر دوسرا کام کر سکتی ہو جو عورتیں منظم ہوتی ہیں وہ اتنا بچا لیتی ہیں کہ اس سے اپنا زبور اور کپڑے ٹھیک کر لیتی ہیں۔ مگر مردوں سے چھپا چھپا کے کرتی ہے ان سے ضرورتیں پوری کراتی رہتی ہیں بعض ایسی ہوتی ہیں کہ پریشان کر کے فرمائشیں پوری کراتی ہیں، یہ برا کرتی ہیں، جب ان کو آرام نہ دیا تو سب بیکار ہے۔ میرا مقصد تو یہ ہے کہ جو کچھ کرو انہیں کے آرام کیلئے کرو جس کی وجہ سے راحت پہنچتی ہے، اگر وہ نہ دیتے تو تم کہاں سے کرتیں، میں تمہیں کل چیزیں ضرورت کی تدبیر کے ساتھ بتا چکی، اگر اس پر بھی تم نہ کر سکو تو تمہاری نالائقی ہے اور تمہارے گھر والوں کی بد قسمتی ہے تم یہ کہو کہ سب تو منگاتی ہوں

مگر پورا نہیں ہوتا، یہ بالکل غلط ہے میں یہی کہوں گی کہ تم میں انتظام کا مادہ نہیں، تم کچھ نہیں کر سکتیں۔ (73)

حضرت پیر ذوالفقار صاحب عورتوں کو نصیحت کرتے ہوئے فرماتے ہیں گھر کے اندر بعض چیزیں ایسی ہوتی ہیں جن کی ہنگامی طور پر اکثر ضرورت پڑتی رہتی ہے۔ ان کو گھر میں مناسب جگہ پر ہر وقت تیار حالت میں رکھیں تاکہ پریشانی سے بچ جائیں۔ مثال کے طور پر ہر عورت کو اپنے گھر کے اندر ایک چھوٹا سا فرسٹ ایڈ بکس (ابتدائی طبی امداد کا بکس) بنانا چاہیے۔ عورتیں عموماً اس طرف توجہ نہیں کرتیں۔ لہذا چھوٹی چھوٹی چیزوں کیلئے ان کو ڈاکٹروں کے پاس جانا پڑتا ہے۔ ذرا سا کسی بچے کو زخم آگیا تو کہتی ہیں، اچھا چلو جی ڈاکٹر کے پاس۔ اب ڈاکٹر کے پاس تو بچے نے جانا ہے ماں اس کے ساتھ ویسے ہی جا رہی ہے۔ جب ایک عورت ایک غیر محرم ڈاکٹر کے پاس جائے گی تو اس سے بات بھی کرنی پڑے گی۔ کئی مرتبہ چہرہ بھی کھول بیٹھے گی اور کئی مرتبہ پھر بات سے بات بھی بڑھ جائے گی۔ اس لئے شیطان کے دروازے کو بند کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ روزمرہ کی جو دوائیں ہوتی ہیں یا چیزیں ہوتی ہیں وہ گھر کے اندر رکھ لی جائیں۔ سردرد کی گولی اور بخار وغیرہ کی دوائی کو سمجھنا بہت آسان ہوتا ہے تو ہر گھر کے اندر عورت اپنا فرسٹ ایڈ بکس بنالے۔ فرض کریں بچے کو کوئی چوٹ لگ سکتی ہے یا آپ کا ہاتھ جل سکتا ہے تو اگر گھر میں کریم رکھی ہوگی جو زخم پر لگانے کیلئے یا جلنے کی کیفیت میں لگانے کے لئے ہے تو زخم پر فوراً وہ چیز لگ جائے گی تو پھر اس کا نشان جسم پر نہیں رہے گا۔ ہوتا کیا ہے کہ فرض کرو بچہ جلا یا خدا نخواستہ عورت کا ہاتھ جل گیا۔ اب ڈاکٹر کے پاس خاوند لے کر جائے گا اور خاوند کام سے شام کو آئے گا اب جب چار پانچ گھنٹے زخم کو اسی طرح گزر گئے۔ تو ڈاکٹر کے پاس جانے سے پہلے پہلے اتنا نقصان ہو چکا ہوتا ہے کہ زخموں کے نشان رہ جاتے ہیں۔ تو گھر کے اندر فرسٹ ایڈ کا کچھ انتظام ہونا چاہیے۔ یہ عورت کیلئے دنیاوی اعتبار سے بھی اور دینی اعتبار سے بھی فائدے کا سبب ہے۔ عورتوں کو کوشش کرنی چاہیے کہ مرد ڈاکٹروں کے پاس حتی الوسع جانے سے پرہیز

کریں۔ تاکہ اللہ تعالیٰ غیر محرم کے فتنے سے محفوظ فرمائے۔ اسی طرح چابیوں کی جگہ متعین کر لیجئے۔ اکثر جب کہیں جانے کا وقت ہوتا ہے تو چابیاں نہیں ملتیں۔ چابیاں ڈھونڈ رہی ہوتی ہیں اور جب چابیاں نہیں ملتیں تو خاندان کی چابی گھماتا ہے کہ تم نے کہاں رکھ دی۔ پھر جھگڑا بنتا ہے۔ پھر کہتی ہیں کہ مجھے ڈانٹ پڑ گئی۔ اس لئے انہیں سنبھال کر متعین جگہ رکھیں۔ اسی طرح چھری بھی ایسی چیز ہے جس کی اکثر ضرورت پڑتی رہتی ہے اسے بھی مخصوص جگہ پر رکھا کریں۔ پھل اور سبزی کاٹنے کے لئے الگ الگ چھری کا ہونا ضروری ہے۔ کیونکہ اگر بالفرض ایک چھری ہو اور اسی سے پیاز کاٹا ہو اور تھوڑی دیر بعد اسی چھری سے سیب کاٹنا ہو تو پیاز کا ڈانٹہ سیب میں شامل ہو جائے گا اور وہ بد مزہ ہو جائے گا۔ بلکہ وہ کم بد مزہ ہوگا اور گھر کا ماحول زیادہ بد مزہ ہوگا۔ جیولری بکس عورتوں کے پاس ہوتا ہے۔ اس کو بھی سنبھال کر رکھئے۔ اس قسم کی اہم چیزوں کے رکھنے کا ایک ضابطہ بنا دیجئے۔ تاکہ آپ جس وقت چاہیں اسی وقت وہ چیز مہیا ہو سکے۔ آپ کی زندگی کے کئی سارے جھگڑے ان چیزوں کی وجہ سے وابستہ ہوتے ہیں۔ اگر آپ غور کریں گی تو ان چیزوں کا خیال رکھنے کی وجہ سے جو جھگڑے ہوتے ہیں وہ ختم ہو جائیں گے اور اللہ تعالیٰ شیطان کو ان چیزوں کی وجہ سے گھر کا ماحول خراب کرنے کا موقع نہیں دیں گے۔ (74)

ہمارے اکثر گھروں کی حالت مردوں کے دفتر اور بچوں کے اسکول چلے جانے کے بعد ایسی ہوتی ہے کہ گویا ابھی ابھی سونامی آ کر گزرا ہے۔ صبح کے وقت زیادہ طوفان اس وقت آتا ہے، جب میاں جی کو جلدی ہو اور دفتر یا گاڑی کی چابی نہ مل رہی ہو۔ بچوں کو اپنے موزے تو کبھی کتابیں، کبھی پانی کی بوتلیں نہ مل رہی ہوں۔ ایک بھونچال کا سماں ہوتا ہے۔ ان تمام مسائل سے بچنے کے لئے بھی کچھ اصول بنالیں۔ سب سے پہلے تو گھر کی نمایاں جگہ پر چابیاں لٹکانے کا ایک اسٹینڈ بنالیں، جس میں نہ صرف ہکس لگائے گئے ہو، بلکہ میسج چپکانے کی بھی جگہ ہو۔ رات سونے سے پہلے یہ بات یقینی بنالیں کہ تمام چابیاں اپنے مخصوص ہکس میں لٹکی ہیں۔ مزید سہولت کیلئے ہر ہک پر اس چیز کے نام کا پہلا حرف مثلاً گاڑی کی

چابیاں لٹکانے کے ہک پر T یعنی ٹرانسپورٹ یا C یعنی کار کا مخفف لکھ دیں۔ اس طرح آپ کو فوراً چابی رکھنے اور اتارنے کی سہولت مل جائے گی۔ اسی بورڈ پر آپ گھر کے کسی فرد کی عدم موجودگی میں اس کے لئے پیغام بھی چھوڑ سکتی ہیں۔ بچوں کے موزے اور چھوٹی چھوٹی چیزوں کے لئے سائیڈ ٹیبل کی درازوں کو مخصوص کر دیں۔ تاکہ صبح انہیں تلاش نہ کرنا پڑے اور سب سے اہم بات گھر کا ہر کام صرف اللہ کی رضا اور اس کی خوشنودی سمجھ کر کریں۔

کیسے حفاظت کرنی ہے:

جو چیز ہر وقت کام میں رہتی ہے ضائع ہو جاتی ہے ضرورت پر تلاش ہوتی ہے، اگر کام کے لیے نکالو تو فوراً صاف کر کے رکھ دو، آج کل پر نہ چھوڑو، ہر چیز کے لیے احتیاط شرط ہے، ہر چیز کی دیکھ بھال کرتی رہو، کسی پر نہ چھوڑو، بے فکر ہو کر نہ بیٹھو۔ (75)

ساتواں اصول: صفائی ستھرائی پاکی ناپاکی کا خیال رکھنا

• پیر ذوالفقار صاحب ازدواجی زندگی کے رہنما اصول بتلاتے ہوئے فرماتے ہیں کہ گھر کو صاف ستھرا رکھئے۔ کچھ عورتوں کی عادت ہوتی ہے کہ طبیعت میں سستی ہوتی ہے، ہر وقت پھیلاؤ ڈال دیتی ہیں۔ گھر کے اندر پھیلاؤ کا ہونا، چیزوں کا بے ترتیب پڑا ہونا، یہ اللہ تعالیٰ کو ناپسند ہے۔ حدیث پاک میں آیا ہے:

ان الله جميل ويحب الجمال۔ (76)

اللہ تعالیٰ خود بھی خوبصورت ہے اور خوبصورتی کو پسند کرتا ہے

تو جب نبی علیہ السلام نے گواہی دے دی کہ اللہ تعالیٰ خوبصورتی کو پسند کرتے ہیں تو اس کا مطلب یہ ہے کہ گھر کی بکھری پڑی چیزیں اللہ تعالیٰ کو پسند نہیں آتیں۔ لہذا عورت اس نیت سے اپنے گھر کو صاف ستھرا رکھے کہ میرے مالک کو یہ گھر اچھا لگے گا۔ میری محنت قبول ہو جائے گی۔ جب آپ گھر میں بیٹھی جھاڑو یا واٹر پمپ چلا رہی ہوں تو یوں سمجھئے کہ گھر ہی صاف نہیں ہو رہا بلکہ اللہ تعالیٰ آپ کے دل کے گھر کو بھی صاف فرما رہے ہیں۔ تو گھر کا جھاڑو دینا

یوں سمجھئے کہ میں بیٹھی اپنے دل کی ظلمت پر جھاڑو دے رہی ہوں۔ گھر کو صاف ستھرا رکھئے کیوں کہ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں۔ اِنَّ اللّٰهَ يُحِبُّ التَّوَّابِيْنَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِيْنَ۔ کہ اللہ تعالیٰ توبہ کرنے والوں سے بھی محبت کرتے ہیں اور پاکیزہ رہنے والوں سے بھی محبت کرتے ہیں۔ اس لئے ہر چیز کا صاف ستھرا ہونا، پاکیزہ ہونا اور گھر کی ہر چیز کا سیٹ ہونا اللہ تعالیٰ کی خوشنودی کا سبب بنتا ہے۔

● چیزوں کو ترتیب سے رکھئے اپنے گھر کو سیٹ کر کے رکھیں۔ سیٹ کرنے کا یہ مطلب نہیں ہوتا کہ اس میں آپ کرسٹل سجائیں گی اور اس میں آپ سینکڑوں ڈالر کی چیزیں لاکر رکھیں گی۔ یہ سیٹ کرنا نہیں بلکہ جتنے وسائل ہوں جیسے بھی ہوں مگر چیز کے اندر صفائی ہو اور سلیقہ مندی ہو۔ صفائی کیلئے کوئی ڈالروں کی ضرورت نہیں بلکہ انسان نے اپنے کپڑے تو دھونے ہی ہوتے ہیں تو ذرا صاف ستھرے کپڑے رکھنے کی عادت رکھ لے۔ تو صفائی اور سلیقہ کا ہونا یہ گھر کے خوبصورت ہونے کی دلیل ہوتی ہے۔ یہ ضروری نہیں ہوتا کہ وہ ایسا چپس کا بنا ہوا ہو، ایسے پتھر ہوں کہ باہر کے ملک سے آئے ہوئے ہوں تب جا کے گھر خوبصورت ہوتا ہے۔ اس کو سمجھنے کی کوشش کریں۔ (77)

● صفائی ستھرائی میں کام چوری، کاہلی پاکی ناپاکی کا خیال نہ کرنا اچھی چیز نہیں یہ نہیں کہ بستر کا سامان اٹھا کر کرسی پر ڈال دیا مونگ پھلی کھائی تو چھلکے بیڈ کے نیچے ڈال دیئے بچاری ماسیوں کی صفائی کرتے کرتے ہی برا حال ہو جائے کتابوں پر چائے کی پیالیوں کے نشانات نظر آ رہے ہوں، کپڑے الماری سے باہر جھانک رہے ہوں ماسی نہیں آئی تو برتن بھی نہیں دھلے یا پڑے سڑ رہے ہوں پھر اپنی کاہلی کو دور کرنے کے بجائے ماسی پر غصہ نکالا جا رہا ہو، انڈے اور گوشت دھوئے بغیر پکانے شروع کر دیئے، گیلے پونچھے کے ہاتھ دھوئے بغیر پاک چیزوں کو لگانا شروع کر دیئے چھوٹے بچوں کے ناپاک کپڑے دھو کر بغیر پاک کیسے بڑوں کے کپڑوں میں رکھ دیئے، برتن میں بچا ہوا کھانا یا اس کے ذرات سنک میں ڈال دیئے، یہی اشیا پھر نالیوں میں جمع ہو کر کرا کوچ کی افزائش کا سبب بن جاتی ہیں جو خواتین کیلئے سنگین

مسئلہ بنجاتا ہے۔ پھر بار بار صفائی کرنے کے باوجود ان کی تازہ دم فوج برآمد ہو کر آپ کو آزمائش میں ڈال دیتی ہے۔ بچا ہوا کھانا ہمیشہ ایسی جگہ ڈالیں جہاں پرندے یا جانور انہیں کھالیں۔ آپ کے گھر سے اگر اللہ کی مخلوق بھی رزق میں حصہ لے لے تو آپ کو ان بے زبانوں کی دعائیں اور خیر و برکت ملے گی۔ گھر میں ایسی جگہ نہ ہو تو گھر کے باہر ایسی جگہ مخصوص کر دیں۔ اپنے گھر کی دیوار کے ساتھ اگر درخت ہو تو ایسی جگہ پرندوں کا ہجوم ہوتا ہے۔ روٹی کے ٹکڑے، بوٹیاں ہڈیاں، چاول جو کچھ بچا ہو۔ پرندوں کی چھبھاہٹ اور کوؤں کی کائیں کائیں میں سب ختم ہو جاتا ہے۔ اگر یہی کھانا ڈسٹ بن میں ڈالا جائے تو سڑ کر بدبو پیدا کرے گا اور کیڑے مکوڑے اور گندگی کا سبب بنے گا۔ ڈسٹ بن کی صفائی کا بھی خیال رکھیں یا تو اس پر شا پر لگائیں یا پھر اس کو پانی ڈال کر جھاڑو سے صاف کر کے الٹا کر رکھیں تاکہ خشک ہو جائے یاد رکھیں کہ عورت کا سلیقہ گھر کی ہر ہر چیز میں نظر آنا چاہیے۔ صاف ستھرے کچن کو دیکھ کر ہی عورت کے سکھڑ پن اور صفائی و نفاست کا اندازہ ہو جاتا ہے۔ پہلے جب خواتین کسی لڑکی کو دیکھنے جاتیں تو بہانے بہانے سے کچن پر ضرور نظر ڈالتیں کسی بہانے سے واش روم کا جائزہ بھی لیا جاتا۔ کہیں بھی بے ترتیبی، بد نظمی، بد سلیقی، نفاست پسندوں کے مزاج پر گراں گزرتی۔ آج کل امریکن کچن کے چلن نے اس معاملے میں خواتین کو بے بس کر دیا ہے۔ اب سچے سچائے کارپینٹر کی کارگیری کے شاہکار کچن کو دیکھ کر ظاہری صفائی تو نظر آ جاتی ہے مگر اندر کا حال جاننے کے لیے بڑی مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ کیبنٹ کی اندرونی حالت بعض اوقات بڑی ناقابل برداشت ہوتی ہے۔ اکثر خواتین یہ سوچ کر کہ باہر تو صاف ہے، اندر کی صفائی کا زیادہ اہتمام نہیں کرتیں۔ مہینے میں ایک بار جب ماہانہ راشن رکھنا ہو تو مکمل صفائی کر کے نیم کے پتے وغیرہ ضرور رکھ دیا کریں۔ کپڑے مار دو اگر ڈالیں تو ایسی کہ جو بے ضرر ہو۔ احتیاطاً ڈالنے کے کافی دیر بعد تک اشیائے خورد و نوش وہاں نہ رکھیں۔

• کھانے پینے کی اشیاء صفائی ستھرائی کا بہت خیال کریں۔ بازار سے خریدے گئے پھل اور

سبزیوں کو بغیر دھوئے کبھی استعمال نہ کریں۔ سادہ گرم پانی میسر آجائے تو اس سے اچھی طرح دھونا بہت کافی ہوگا۔ خاص طور پر پالک اور اس جیسے دوسرے پتوں والی سبزیوں کو دھوتے وقت خصوصی توجہ دی جائے کیونکہ ان میں بے شمار دراڑیں اور شکافیں موجود ہوتی ہیں جہاں 'ای کولائی' نامی خطرناک جراثیم پوشیدہ ہو سکتے ہیں۔ پلاسٹک کے اس تختے پر سبزیاں نہ کاٹیں، جہاں کچھ دیر پہلے آپ نے قیمہ بنایا تھا یا گوشت کا ٹاٹھا۔ تختے کو ہر بار استعمال کرنے سے پہلے اچھی طرح دھولیں۔ ریفریجریٹر میں کچھ پھل اور سبزیاں ہمیشہ تیار شدہ غذاؤں سے مکمل طور پر الگ اور دور رکھیں۔ ان کی ایک جراثیم کو ایک دوسرے میں منتقل کر سکتی ہے۔ بچا کھچا کھانا ریفریجریٹر میں حفاظت کے ساتھ مناسب طریقے سے محفوظ کریں۔ کٹے پھٹے یا خراش والے پھل اور سبزیاں بالخصوص ٹماٹر کو فریج میں رکھنے سے گریز کریں۔ کھانا پکانے کے تمام برتن بشمول کٹنگ بورڈ، چمچ وغیرہ استعمال کے بعد صابن اور گرم پانی سے اچھی طرح روزانہ کی بنیاد پر دھوئے جائیں۔ بیت الخلا سے باہر آنے کے بعد صابن سے ہاتھ دھونا انتہائی ضروری سمجھیں۔ اسی طرح کھانے سے پہلے صابن سے ہاتھ دھونا جراثیم سے بچاؤ کا ذریعہ ہوتا ہے۔ اگر بلدیہ کی جانب سے فراہم کردہ پینے کا پانی استعمال کرنا ہو تو اس بات کو یقینی بنالیا جائے کہ یہ پانی کلورین اور دیگر جراثیم کش محلول سے محفوظ بنا دیا گیا ہے۔

● بچوں کو بھی صاف ستھرا پاک صاف رکھنا چاہیے ایک خاتون نے ایک رسالے میں اپنا یہ معمول لکھا کہ جب میرا بیٹا پیدا ہوا تو پہلے دن سے ہی ایک احساس ہوا کہ اس کو گندگی میں کیوں رہنے دوں۔ وہیں سے ڈھونڈنا شروع کیا کہ کیا متبادل ہو سکتا ہے۔ EC یعنی elimination communication سامنے آئی۔ نام نیا ہے لیکن کام پرانا چاہیں تو سرج کیجیے، لیکن سمجھنا بہت آسان ہے۔ یہ وہی کام ہے جو ہماری دادی نانی کرتی رہی ہیں کہ چھوٹے بچوں کو وقفے وقفے سے خصوصاً جب وہ پیٹ بھر کے دودھ پی لیں تو اسے ہاتھ روم میں لے جائیں اور فلش پر یا پوٹ میں منہ سے آواز نکال کر پیشاب پوٹی کروائیں۔ بہت

جلد بچے تربیت لے لیتے ہیں اور جلد ہی فارغ ہو جاتے ہیں۔ میں اپنے ایک ہفتے کے بیٹے کو ہاتھ روم لے کر جاتی تھی، اس سے اس کی ایسی عادت پختہ ہو گئی کہ شاید کچھ بہنوں کو یقین نہ آئے کہ محض چار ماہ کا بچہ ایک نیند سے دوسری نیند تک بغیر ڈاٹھنے کے، بغیر بستر گیلے کیے آرام سے سوتا رہتا تھا۔ ریسرچ کے دوران یہ بھی پتا چلا کہ ایک ڈاٹھنے کا پورا ماحول کو لمبے عرصے تک آلودہ رکھتا ہے۔ گویا دو سال تک جب ہم بچوں کو ڈاٹھنے میں رکھتے ہیں تو ہزاروں ڈاٹھنے تو صرف ہم ہی پھینک دیتے ہیں۔ براہ کرم ماحول پر اتنا بوجھ نہ بنیں۔ کپڑے کا ڈاٹھنے پہنائیں اور جلد سے جلد بچے کو اس سے بھی آزاد کر دیں۔

بچوں کو یہ بات بھی بتائی جائے کہ حاجت سے فارغ ہو کر ایک دفعہ چیک کر لیتے ہیں، کہیں کوئی گندہ لگی تو نہیں پانی سے ایک لوٹا بھر کر سائینڈوں پر اچھی طرح بہا دو تا کہ صفائی کرنے والے کیلئے آسانی ہو اور بعد میں استعمال کرنے والے کو کراہت نہ ہو۔

شیر خوار بچوں کا پیشاب بھی ناپاک ہوتا ہے بعض خواتین اگر بچہ پیشاب کر دے تو کپڑے تو بدلا دیتی ہیں لیکن بچے کے ہاتھ دھلوانے کا اہتمام نہیں کرتیں پھر وہ ناپاک ہاتھوں سے کچھ کھالے یا ویسے ہی منہ میں ڈال لے تو ناپاکی اندر چلی جاتی ہے۔ بچے کو صاف رکھنے کے ساتھ پاک بھی رکھنا چاہیے جتنا بچے کو پاک صاف رکھا جائے گا اتنا ہی بچہ بیماریوں اور شیطانی اثرات سے محفوظ رہے گا اور نیک فطرت بنے گا۔ شیطانی اثرات یعنی آسیب وغیرہ کا شکار اکثر خواتین ہوتی ہیں۔ وجہ یہی ہے کہ بچوں اور دیگر عوارض کی وجہ سے خواتین کا ناپاکی سے واسطہ زیادہ پڑتا ہے اور اکثر عورتیں پاکیزگی کا خیال نہیں رکھتیں اس لئے ان پر اثرات زیادہ ہوتے ہیں۔ اکثر بچوں کا بلا وجہ رونا کئی کئی گھنٹے تک چلے جانا سوتے میں ڈر جانا یہ بھی پاکیزگی کا خیال نہ رکھنے اور اس کی وجہ سے اثرات کا شکار ہو جانے سے ہوتا ہے۔

● اگر اللہ نے وسعت دی ہے تو ماسیوں سے کام ضرور کروائیں لیکن خود بھی لگیں اگر آپ کے گھر ماسی برتن دھوتی ہیں تو کم از کم مہینے میں ایک بار ماسیوں کو ڈالیں اور تھوڑا پلچ پاؤ ڈر ڈال کر برتن

خود صاف کریں۔ برتن چمک جائیں گے، کیوں کہ ماسی اتنی محنت سے برتن عموماً نہیں دھوتیں۔ چائے کے کپ کے کنڈے کی جگہ چاروں طرف سے اچھی طرح صاف کیجیے۔ پینڈہ کو بھی صاف کیجیے۔ چمچ کو آگے پیچھے اور پکڑنے کی جگہ سب پلنچ پاؤڈر سے رگڑ کر صاف کیجیے۔ بعض گھروں میں چائے کے کپ اور چمچ دیکھ کر کچھ کھانے کو دل نہیں کرتا۔ مضر اثرات والے مہنگے کیمیکلز کے بغیر بھی صفائی کی جاسکتی ہے ذیل میں اس کے کچھ طریقے ذکر کیے جا رہے ہیں۔

• ایک خاتون اپنی آپ بیتی سناتی ہیں کہ ایک وقت تھا کہ میری بچن کیبنٹ میں کلیئرز کی ایک لمبی لائن ہوتی تھی۔ ونڈوز کلیئرز، فرنیچر کلیئرز، فلور کلیئرز، ہاتھ روم کلیئرز، فیبرک سوئٹر، اوون کلیئرز۔۔۔ اور بہت سے اور لیکن احمد کی پیدائش کے بعد ایک ایک کر کے سب سے جان چھڑ والی ہے۔ ایک تو رنگ رنگ کے کیمیکلز سانس کے ذریعہ اندر نہیں جاتے اور پھر خرچے کی بچت الگ۔ بیک ٹو نیچر سیریز میں آج یہی بات ہوگی کہ صاف ستھرا گھر کیمیکلز کے بغیر کس طرح ممکن بنائیں۔ ہر ترکیب میں بازار سے ملنے والا عام سرکہ اور میٹھا سوڈا استعمال کریں۔ (1) کلیئرز: (لکڑی کا فرنیچر، کچن کاؤنٹر، فرنیچر، ہاتھ رومز، شیشے، فرش، لیپ ٹاپ، ٹیبلٹ کی اسکرین کے لئے) ایک اسپرے والی بوتل میں آدھا پانی، آدھا سرکہ اور چند قطرے ڈش سوپ کے ملا لیں۔ اب مکس کر کے رکھ لیں۔ بس اتنا سا کام سرکہ جراثیم کش ہوتا ہے۔ میں پانچ لیٹر والی سرکہ کی بوتل لاکر اس میں لیموں یا کینو کے پھلکے ڈال کے رکھ دیتی ہوں۔ اس سے اس کے اندر بیماری سی خوشبو بھی آنے لگتی ہے۔ اگر آپ ایسا نہیں کرنا چاہتے تو بھی فکر کی بات نہیں کیوں کہ سرکہ بذات خود کسی بھی بو کو ختم کرتا ہے، آپ کے گھر سے سرکہ کی کوئی بو نہیں آئے گی۔ اسکرین صاف کرنے کے لئے اسکرین کی بجائے کپڑے پر اسپرے چھڑکیں اور نرمی سے اسکرین صاف کریں۔ کھڑکیوں پر اسپرے کر کے چھوٹے واپٹر سے صاف کر لیں۔

(2) فیبرک سو فٹنر: چون کہ سرکہ ہر طرح کی بوکا خاتمہ کرتا ہے تو کپڑے دھوتے وقت آخری پانی میں سرکہ استعمال کر لیں۔ اس سے ڈٹرنٹ پوری طرح کپڑوں سے نکل جاتا ہے اور کپڑے بہت نرم ہوتے ہیں، ساتھ ہی ڈٹرنٹ کی تیز خوشبو بھی ختم ہو جاتی ہے۔

(3) اوون کلیئر: مائیکرو ویو اوون صاف کرنے کے لئے ایک کھلے برتن میں گرم پانی اور کچھ سرکہ (یا لیموں کے ٹکڑے، رس) ملا کر اندر رکھیں۔ اور 2، 3 منٹ کے لئے اوون چلا دیں۔ بند ہونے کے بعد بھی کچھ دیر اوون کو بند رہنے دیں۔ سرکہ والی بھاپ اندر اپنا کام کر دے گی۔ آپ کو بس ایک جاذب کپڑا لیکر اس کو خشک کر لینا ہے۔ اسی طرح گیس اوون کا بھی حال برا ہو جاتا ہے۔ رات کو اوون کے فرش پر سوڈا ڈال کر پوری تہ بنالیں۔ پانی تھوڑا تھوڑا ڈالیں اور لیمپ سا کر لیں۔ رات بھر رہنے دیں۔ صبح بس صاف کر لیں نہ رگڑنا پڑے گا نہ تیز بو والے کلیئر سوگھنا پڑیں گے۔

(4) فرنیچر کی پالش: لکڑی کا فرنیچر چمکانے اور پانی کے داغ مٹانے کے لئے سرکہ اور زیتون کا تیل ایک جتنا لیں۔ کسی چھوٹی سے ڈھکن والی بوتل میں ڈال کر اتنا ہلائیں کہ یک جان ہو جائے اور پھر فرنیچر صاف کر لیں۔ ساتھ دوسرے صاف کپڑے سے چمکاتے جائیں۔ پالش کا بنیادی اصول یاد رکھیں: کم پالش زیادہ مالش۔

(5) پکن سنک: ہفتے دس دن میں ایک بار سوڈا چھڑک کر اس پر سرکہ ڈالیں اور کچھ دیر رہنے دیں۔ اسی سوڈے اور سرکہ میں برتن دھونے والا کپڑا، اسکا جج برائٹ بھی بھگو دیں۔ کچھ دیر بعد کھولتا پانی ڈالیں۔ اس سے پکن سنک بھی چمک جائے گا اور پائپ میں جماتیل وغیرہ بھی صاف ہو جائے گا۔

(6) کارپٹ/ میٹریس کی صفائی: کچھ کچھ عرصے کے بعد کارپٹ پر سوڈا چھڑک دیا کریں اور ویکووم کلیئر سے صاف کر لیں، اندر تک بہترین صفائی ہو جائے گی۔ کچھ عرصہ پہلے احمد نے انگریٹھی سے کوئلہ لیکر ہمارے نئے صوفے پر لگا دیا۔ میں نے نشان کو چھوئے بغیر اس پر نرم ہاتھوں سے کافی سا سوڈا ڈال کر قریباً آدھا گھنٹہ چھوڑ دیا، اس کے بعد ویکووم سے صاف

کر لیا۔ وہ نشان وہاں سے بالکل غائب تھا۔ کارپٹ کی طرح میٹریس پر بھی کچھ عرصے کے بعد یونہی ڈھیر سا سوڈا ڈال کر کچھ وقت کے لئے رکھ دیں اور پھر ویکيوم سے صاف کر لیں۔

7) واشنگ مشین: ہر کچھ ماہ کے بعد دو کپ سوڈا اور ایک کپ سرکہ مشین میں ڈال کے کھولتے پانی سے صاف کر لیں۔ فریج، تولیوں اور بیڈ شیٹس والی الماری میں سوڈا رکھ دیں تاکہ ناگوار بونہ آئے۔

سب سے اہم ٹپ: اگر آپ سے کھانا جل جائے تو گھبرانے کی کوئی بات نہیں۔ برتن خالی کریں اور اس میں زیادہ سوڈا ڈال کر تھوڑا سا پانی ملا کر کچھ دیر ہلکی آنچ پر پکنے دیں۔ اب یونہی رکھا رہتے ہیں جب تک وہ ٹھنڈا ہو جائے گا۔ اس کے بعد آرام سے صاف کر لیں۔ بغیر کسی محنت کے برتن آرام سے صاف ہو جائے گا۔ اتنی دیر چولہے پر پتیلی میں پانی ڈال کر اس میں سرکہ اور اگر لیموں یا کینو کے پھلکے موجود ہوں وہ بھی ڈالیں اور پکنے دیں۔ کچن سے ساری بو ختم ہو جائے گی اور کسی کو کانوں کان خبر نہیں ہوگی۔ دعوت ہو تو بھی کھانا پکانے کے بعد ایک بڑی پتیلی میں پانی ڈال کر اس میں لیموں/کینو کے ٹکڑے، دارچینی کی ایک اسٹک، تھوڑا سا نیلا ایسنس ڈال کر رکھ دیں۔ اس سے بھی گھر میں بیماری سی مہک آنے لگتی ہے۔ پاکستان میں تو شاید اس کی اتنی ضرورت نہیں، لیکن یہاں یورپ وغیرہ میں گھر نسبتاً چھوٹے ہوتے ہیں، اور پھر دروازے نہ ہونے کی وجہ سے ہر جگہ کھانے کی خوشبو رچ جاتی ہے۔

• حشرات اور کیڑے مکوڑوں سے گھر کو صاف ستھرا رکھنے کے لئے چند گھریلو آزمودہ نسخے استعمال کر سکتی ہیں۔ شاید ہی کوئی گھر ایسا ہو جہاں لال بیگوں اور مچھروں کا مسئلہ موجود نہ ہو۔ اسی وجہ سے گھریلو اشیائے صرف میں کیڑے مار دوائیں ہر وقت شامل رہتی ہیں لیکن اس مقصد کے لئے ایک دوا آپ گھر پر خود بھی بنا سکتے ہیں جو دو سیکنڈ میں کسی بھی لال بیگ یا مچھر کو ہلاک کر سکتی ہے۔

دوا تیار کرنے کے لئے آدھا کپ سبزی جاتی تیل (ویجیٹیبیل آئل)، آدھا کپ

سرکہ اور آدھا کپ شیمپو اچھی طرح سے آپس میں ملا لیجیے۔ بس آپ کی دوا تیار ہے۔ جب بھی دوا استعمال کرنی ہو تو پہلے بوتل کو اچھی طرح ہلا کر اس کے تمام اجزا ایک بار پھر آپس میں یکجان کر لیں۔ اس کا چھڑکاؤ ان تمام جگہوں پر کریں جہاں لال بیگوں اور مچھروں کی تعداد زیادہ ہو۔ جو نہی یہ گھریلو جادوئی اسپرے ان پر پڑے گا، وہ اس طرح سے مرنے لگیں گے جیسے آپ نے کوئی خطرناک جراثیم کش دوا ان پر چھڑک دی ہو۔ ہفتے میں ایک سے دو مرتبہ اس دوا کے استعمال سے آپ کے گھر میں مچھروں اور لال بیگوں کی تعداد نمایاں طور پر کم ہو جائے گی۔ یوں مہنگی دوا پر خرچ ہونے والی رقم کی بچت بھی اور خطرناک کیمیکلز کے نقصانات سے حفاظت بھی۔

کھٹملوں کا صفایا: گھر کی مسہریوں، چارپائیوں، صوفوں، کرسیوں اور میزوں کی درازوں تک میں کھٹملوں کا ہوجانا صدیوں پرانا مسئلہ ہے جسے حل کرنے کے لئے ہر زمانے میں طرح طرح کے جتن کیے جاتے رہے ہیں۔ آپ کو یہ جان کر شاید حیرت ہو کہ بازار میں کھٹمل مارنے والی مہنگی دواؤں کے علاوہ ایسے تعویذ بھی فروخت کیے جا رہے ہیں جنہیں بیچنے والوں کا دعویٰ ہے کہ انہیں گھر میں رکھتے ہی کھٹمل وہاں سے فرار ہو جاتے ہیں۔ البتہ کھٹملوں کو مارنے والی ایک دوا ایسی بھی ہے جسے آپ گھر میں موجود چیزوں کی مدد سے تیار کر سکتے ہیں اور یوں اسے تقریباً مفت ہی سمجھنا چاہیے۔ اسے تیار کرنے کے لئے آپ کو یہ چیزیں درکار ہوں گی:

کھانے کے دوچھچ کپڑے دھونے کا پاؤڈر، کھانے کے دوچھچ جراثیم کش محلول (ڈس انفیکٹینٹ) مثلاً ڈیٹول وغیرہ 500 ملی لیٹر (دو گلاس) پینے کا صاف پانی۔

ان تمام چیزوں کو اسپرے گن والی بوتل میں ڈال کر خوب اچھی طرح سے ہلا کر محلول تیار کر کے کھٹملوں پر چھڑک دیں جس کے بعد کھٹمل صرف تین سیکنڈوں میں مرجائیں گے۔ اگر گھر میں کھٹملوں کی تعداد زیادہ ہو تو اس دوا کو تب تک استعمال کرتے رہے جب تک کھٹمل مکمل طور پر ختم نہ ہو جائیں۔

کھٹمل مارنے کا یہ طریقہ نہایت آسان، محفوظ، کم خرچ اور بدبو سے پاک بھی ہے

جس پر مہینے میں ایک سے دو بار عمل کرتے رہیں گے تو آپ کے گھر سے کھٹلوں کا صفایا ہو جائے گا۔ البتہ کھٹل کیونکہ سخت جان ہیں اور بار بار اپنی آبادی بڑھاتے رہتے ہیں اس لیے ممکنہ طور پر آپ کو سال میں کم سے کم ایک مرتبہ اس کھٹل مار گھر یلو مجلول کو ضرور استعمال کرنا پڑ سکتا ہے۔

● صفائی ستھرائی کا خوب اہتمام کریں لیکن صفائی کا بھوت بھی نہیں ہونا چاہیے کہ ایک چیخ و پکار گھر میں شروع کر دی جائے، ابھی پونچھا لگایا تھا سارا خراب کر دیا، یہ چیز وہاں کیوں رکھ دی، وہ چیز ایسے کیوں رکھ دی ہر چند دن کے بعد جناب آج مجھے بستروں کو دھوپ لگوانی ہے، آج کارپٹ ہٹا کر صاف کرنے ہیں، پردے بھی دھونے ہیں، چیزوں ہی کو چکانے میں اتنا غلو کرنا کہ رشتوں کی چمک ماند پڑنے لگ جائے چیزیں صاف ہوتی چلی جائیں دل غبار آلود ہو جائیں، بہن بھائیوں مہمانوں رشتہ داروں، بچوں کا آنا بوجھ محسوس ہونے لگے، گھر داری بس صرف گھر کی صفائی میں نہیں رشتوں کو نبھانا بھی ہے۔

● مٹا ہوا گھر بکھرا ہوا گھر

رمضان سے پہلے اپنے برتنوں کو چیک کریں۔ گھر کے تمام سامان پر نظر ڈالیں۔ پرانی یا اضافی چیزیں صدقہ کر کے نئی لے سکتی ہیں تو یہ موقع بہت اچھا ہوتا ہے۔ ٹرے کڑا ہی فرائی پین جو چیز بھی تبدیل کرنی ہو، رمضان سے پہلے کریں اور پرانی چیزوں کو صدقہ کر دیں۔ ہماری پرانی چیزیں بھی کسی غریب کے کام آجائیں گی۔ بعض لوگوں کے گھر کپڑوں اور جوتوں کے انبار پڑے رہتے ہیں جو کبھی استعمال نہیں ہوتے۔ یہ بہت غلط عادت ہے۔ گھر میں سامان ضرورت کا ہو اور صاف ستھرا ہو، جب نیا بنائیں پرانا صدقہ کریں تا کہ صفائی وغیرہ آسانی سے ہو سکے۔ ایک اہم بات جو سب کو بڑی پریشانی سے بچاتی ہے، وہ یہ ہے کہ گھر میں چھوٹی سے چھوٹی چیز کی بھی جگہ بنائیے اور ہر چیز کو اس کی جگہ پر رکھنے کی عادت کا خود اور بچوں کو پابند بنائیے۔ اس سے گھر ہر وقت سستا ہوا صاف نظر آئے گا۔

□ آٹھوں اصول: مہمان نوازی سیکھنا

گھر میں کچھ چیزیں ایسی رکھنی چاہیے جس سے اچانک مہمان داری میں مدد ملے۔

- مثلاً: لہسن، ادراک کا پیسٹ بنا کر آئس ٹرے میں فریز کر لیں۔ جب جم جائے تب چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے پلاسٹک کی تھیلی میں فریز کر لیں۔ اسی طرح پیاز تل کر پیس کر اس کو بھی ٹرے میں جما کر حلوے کی گٹی کی طرح کاٹ کر تھیلی میں فریز کر لیں۔ اس کے علاوہ چکن کی بوٹیاں بنا کر دھو کر ٹرے میں الگ الگ بوٹیاں جمالیں۔ جب فریز ہو جائیں تو الگ الگ بوٹی کو پلاسٹک کی تھیلی میں رکھ لیں۔ مٹر چھیل کر فریز کر لیں سفید اور کالے چنے اباں کر پلاسٹک کے ڈبوں میں رکھ لیں آلو اور قیمے کے سمو سے بھی تھوڑے فریز رکھیں۔ کباب کو فتنے بنا کر فریز رکھیں میٹھی ٹکیاں بنا کر وہ بھی ٹرے میں فریز کر لیں اور جب جم جائیں تو پلاسٹک کے ڈبے میں رکھ لیں مہمانوں کے اچانک آنے پر تل کر چائے کے ساتھ پیش کریں۔ تازہ مزے دار میٹھی ٹکیاں مہمان کو بہت پسند آتی ہیں۔ اس طرح اچانک کھانا بنانا یا چائے کے ساتھ لوازمات تیار کر کے پیش کرنا جھٹ پٹ ہو جاتا ہے۔ گھر میں مختلف اچار، چٹنی، مصالحوں تیار رکھنے سے بہت آسانی ہو جاتی ہے۔

- مہینہ کا آخری ہفتہ بڑا گراں گزرتا ہے۔ اگر ایسے میں مہمان آجائے تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ دماغ کی بند گرہیں کھولیں، یکن میں موجود اشیا خورد و نوش کا جائزہ لیں۔ عموماً ایسے وقت میں خواتین مشکلات کا شکار ہو جاتی ہیں کہ آلو دال کے سوا کچھ نہیں مہمانوں کی تواضع کیسے ہو؟ اگر گھر میں صرف آلو اور دال موجود ہو تو بھی مہمانوں کا اچھی طرح اکرام ہو سکتا ہے کھانے کا وقت ہو آلو کی بریانی بنا لیں آلو تورمہ یا دال کی بریانی، دال فرائی آلو اور دال کے کباب۔۔۔۔۔ کچھ بھی بنا لیں۔ شام کی چائے کے وقت آلو کے کٹلس کباب، چاٹ، فرنیج فرائز یا دال کی پھلکیاں بنا لیں جو اس وقت آسانی سے بن جائیں۔ بس ذرا عقل استعمال کرنی ہوگی۔ شامی کباب بچوں بڑوں کی پسندیدہ ڈش ہے مگر مہنگائی اور کم آمدنی کی

وجہ سے یہ ڈش فراوانی سے نہیں بن پاتی اس کے لئے آپ لوکی کے شامی کباب بنا سکتی ہیں۔ ذائقے میں بالکل گوشت کے شامی کباب جیسے پکانے کا طریقہ و اجزاء بھی وہی صرف گوشت کی جگہ لوکی ڈالنی ہے۔

اجزاء: لوکی ایک پاؤ (موٹی بیج والی نہ ہو اور نرم ہو) چنے کی دال 2 پیالی، ثابت لال مرچ اور نمک حسب ذائقہ، پسا گرم مصالحہ 2 چائے کے چمچ، پسا دھنیا آدھا کھانے کا چمچ، لہسن کے جوے 4 عدد، ہری مرچ، ہرا دھنیا، پودینہ، تیل، انڈا حسب ضرورت۔

ترکیب: لوکی دھو کر چھلکے سمیت کاٹ لیں۔ اس میں دال، ثابت لال مرچ، پسا دھنیا، لہسن کے جوے، نمک، پسا گرم مصالحہ، شامل کر کے ابالیں، پھر ٹھنڈا کر کے پیس لیں۔ ابالتے وقت پانی کی مقدار کم رکھیں کیونکہ لوکی میں قدرتی پانی کافی ہوتا ہے۔ پینے کے بعد پھر بھی یہ آپ کو پتلا محسوس ہو تو کڑا ہی میں ہلکا سا تیل ڈال کر اس میں پسا ہوا شامی کباب شامل کر کے دھیمی آگ پر مسلسل اسے چلاتی رہیں۔ پانی خشک ہو جائے تو تھوڑا ٹھنڈا کر کے اس میں کٹا ہوا ہرا دھنیا، ہری مرچ، پودینہ مکس کر کے پھینٹے ہوئے انڈے میں پلیٹ کر شامی کباب ہلکا فرائی کر لیں۔ چپاتی پر اٹھے کے ساتھ کھائیں یا اس کا برگر بنائیں ذائقہ بھرپور اور مہمانوں کی تواضع بھی خوب۔

مہمان کو پیش کرنا بھی ایک ہنر ہے

● کھانوں کی سجاوٹ اور ان کو بہترین طریقے سے پیش کرنا بھی دعوت کا ایک اہم جزو ہے۔ کیونکہ مہمان ذائقے سے پہلے کھانے کی شکل اور اس کو پیش کرنے کا سلیقہ دیکھتے ہیں۔ اگر پیشکش کا انداز اچھا نہ ہو تو اچھا پکا کھانا بھی توجہ حاصل نہیں کر سکتا۔ اچھی پریزینٹیشن کی ٹپس درج ذیل ہیں:

- (1) ہر کام کی ابتدا بسم اللہ سے کریں۔
- (2) ہر ڈش کو اس کے متعلقہ برتنوں میں خوبصورتی سے پیش کریں۔
- (3) آپ تازہ سلاد کی الگ سے پلیٹ بنانے کی بجائے ایک ٹرے میں ایک طرف

- روسٹ رکھ کر دوسری سائیڈ پر خوبصورتی سے کٹا تازہ سلاد سجاسکتی ہیں۔
- (4) اسی طرح کبابوں کو بھی پلیٹ میں سلاد کے پتے بچھا کر ان پر رکھا جاسکتا ہے۔
- (5) کڑاہی کو ڈونگے میں نکالنے کے بعد درک ہر ادھنیا اور ہری مرچ سے گارنش کریں۔
- (6) اسی طرح اچھے دسترخوان کا انتخاب بھی ضروری ہے۔ دسترخوان صاف ستھرا اور ہلکے رنگ کا ہونا چاہیے۔ زیادہ تر سفید، ہلکا نیلا اور ہلکا سرمئی رنگ اچھا تاثر دیتے ہیں۔
- (7) دسترخوان پر ٹشو، نمک دانی، کپچ، پانی کا جگ اور گلاس بھی موجود ہونے چاہئیں۔
- (8) چاول، سالن اور کھانے کے چچوں کو الگ پلیٹ میں رکھیں۔
- (9) آپ چاہیں تازہ پھلوں کا گلدستہ بھی دسترخوان کے درمیان میں سجاسکتی ہیں۔
- (10) زیادہ پھول دار اور رنگین قسم کے برتن طبیعت پر بوجھ بنتے ہیں۔ اس لیے کوشش کریں برتن سادہ اور سفید یا ہلکے رنگوں کے ہوں۔

● چائے مہمانوں کی تواضع کا ایک لازمی حصہ ہے۔ سلیقے اور نفاست سے چائے بنانا اور پیش کرنا بھی ایک ہنر ہے۔ ٹرے یا طشتری پر چائے کا گرنا عورت کے انتہائی پھوٹ پین کی علامت ہے۔ مشاہدے میں یہ بات آئی ہے کہ اس بنا پر لڑکیوں کے رشتے تک ٹوٹ جاتے ہیں۔ کپ یا مگ میں چائے نکالتے وقت یہ دھیان رہے کہ وہ منہ تک نہ بھرے ہوں۔ اس طرح چائے کی ٹرے اٹھاتے وقت وہ چھلک کر ٹرے یا طشتری پر نہیں گرے گی اور پیالی بھی صاف ستھری رہے گی۔ اگر آپ کے پاس کپ یا مگ دونوں کے سیٹ ہیں تو بہتر یہ ہے کہ مہمانوں کو طشتری کے ساتھ چائے پیش کی جائے۔

● یہ ضروری نہیں کہ مہمانوں کی تواضع ہمیشہ شاہانہ انداز میں کی جائے۔ سادہ کھانوں کو بھی چٹنی، اچار، سلاد، رائتہ، پاپڑ یا دیگر چٹ پٹے چٹخارے دار لوازمات سے مزین کر کے خوش رنگ اور خوش ذائقہ کیا جاسکتا ہے۔ اصل بات میزبان کا اخلاص ہے۔ میرے تجربے اور مشاہدے کے مطابق مہمانوں کی ضیافت شاندار ہو یا سادگی سے، خلوص کی چٹنی اور محبت کے ترے کے بغیر کھانے کا ہر ذائقہ ادھورا ہے۔

نواں اصول: کھانے پینے سے متعلق اہم باتوں کو ملحوظ رکھنا

□ کفایت شعاری اپنائیں

● گھرداری میں سب سے اہم پہلو کفایت شعاری ہے۔ کفایت شعاری سے گھر کو چلانے والی خواتین سے ان کے شوہر بہت خوش رہتے ہیں، کفایت شعاری کے یوں تو کئی پہلو ہیں، مگر ہم جس جانب توجہ مبذول کرنا چاہتے ہیں وہ ہے۔۔۔۔۔۔ کھانے میں بچت چند ایسی ترکیبیں بتانے لگے ہیں جن پر عمل کر کے آپ نہ صرف اپنا پیسہ بچا سکتی ہیں بلکہ عموماً گھروں میں رزق کی جو ناقدری ہوتی ہے اس سے بھی بچا جاسکے گا۔ جن گھروں میں بچے ہوں وہاں ایک مسئلہ اکثر رہتا ہے وہ یہ کہ اگر دال پکی ہے تو ایک یا دو بچے اسے پسند نہیں کرتے۔ ساگ بنایا تو کسی دوسرے بچے کو پسند نہیں آیا، یعنی مختلف کھانے گھر کے کسی بچے کی پسند اور کسی کی ناپسند ہوتے ہیں نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ دال بچ جاتی ہے تو کبھی قیمہ۔ پھر بچی ہوئی چیز فریج میں رکھ دی جاتی ہے، وہاں سے خراب ہونے پر پھینک دی جاتی ہے یا چھت پر پرندوں کو ڈال دی جاتی ہے

اس کھانے کو بچا یا بھی جاسکتا ہے اور کھلا یا بھی جاسکتا ہے۔

بچی ہوئی روٹیاں: سب سے پہلے ہم بات کرتے ہیں بچی ہوئی روٹیوں کی۔ اگر رات کے کھانے کے بعد روٹیاں بچ گئی ہیں تو انہیں روٹی دان میں نہ چھوڑیں۔ خواہ ایک ہی روٹی کیوں نہ ہو اسے ایک صاف تھیلی میں رکھ کر فریزر میں رکھ دیجئے۔ پھر جب ضرورت ہو نکال کر گرم کیجئے اور استعمال میں لے آئیے اور اگر کوئی بھی اس باسی روٹی کو کھانے کے لئے تیار نہیں تو بھی فکر نہ کیجئے اگر تین چار روٹیاں جمع ہو گئی ہیں تو انہیں فریزر سے نکال لیں۔ نرم ہونے پر نیم گرم پانی میں بھگو دیجئے۔ جب روٹیاں پانی جذب کر لیں تو صاف ہاتھ سے اسے مسل لیجئے اور گوندھے ہوئے آٹے کی طرح یک جان کر لیجئے۔ پھر اس میں روٹی تعداد سے دو گنا

آٹا یا میدہ ملائیے۔ ہلکا نمک ڈالیے۔ پھر خوب گوند لیجئے۔ آٹا پراٹھوں کی طرح رکھنا ہے۔ اس میں تھوڑا سا زیرہ بھی ہاتھ سے رگڑ کر ڈال دیجئے اور ذرا سا گھی ڈال کر چکنا کر لیجئے اور بنائیے اب اس کے پراٹھے اور سب کو کھلائیے۔

بچی ہوئی ڈبل روٹیاں: اسی طرح گھر میں ڈبل روٹی کے ٹکڑے بچ جاتے ہیں۔ انہیں پھپھوندی لگا کر پھینکنے کی بجائے فریج میں رکھیے اور خشک رکھیے اور اگر توس زیادہ ہوں تو دودھ اور انڈہ ملا کر ذرا سی چینی ڈالیے اور اس میں توس بھگو کر ہلکا سا گھی ڈال کر تل لیجئے۔ دوسرا حل یہ ہے کہ چار پانچ توس میں اتنا دودھ ڈالیے کہ توس بھگ جائیں۔ اب اسے مسل کر آٹے کی طرح گوندھیے پھر اس میں میدہ آٹا ملا کر پراٹھوں کے آٹے کی طرح بنا لیجئے اور پراٹھے بنا کر کھائیے اور کھلائیے نرم و ملائم مزیدار پراٹھے بنیں گے۔

بچی ہوئی دال: اسی طرح اکثر گھر میں دال بچ جاتی ہے دال کو ضائع نہ کیجئے۔ اگر تھوڑی سی ہے تو کسی ڈبے میں ڈال کر فریزر میں رکھ دیں، پھر جب کبھی دوبارہ دال بچ جائے، پہلی دال کو بھی نکال لیجئے اور گرم کر کے تمام دالوں میں آٹا ملائیے اور پراٹھے بنا لیجئے اور ان دال کے پراٹھوں کے ساتھ تو گرمیوں میں دہی کا رائتہ ہی کافی ہے اور اگر سردیاں ہیں تو آلو کی ہلکی پھلکی ترکاری کے ساتھ بہت مزہ دیتے ہیں۔ اور آلو کی ترکاری تو سب ہی بنانا جانتی ہیں۔

بچی ہوئی سبزیاں: اسی طرح گھر میں سبزیاں بھی بچ جاتی ہیں۔ سبزی کوئی ایک ہو یا متعدد، سب کو ملائیے، آٹا ڈالیے اور بنائیے پراٹھے۔ ان سبزیوں کے پراٹھوں کے ساتھ رائتہ یا مونگ اور مسور کی دال ملا کر پکائیں اور پراٹھوں سے کھلائیں۔

بچے ہوئے چاول: اسی طرح جو چاول بچ جائیں اس کے لئے بیسن، تھوڑی سی پیاز باریک کاٹ کر، ثابت دھنیا ذرا سا کوٹ کر، سفید زیرہ حسب پسند لال یا ہری مرچیں اور نمک حسب ضرورت ملا کر بیسن تیار کریں، اس بیسن کو پکوڑوں کی نسبت پتلا رکھیں۔ اس میں بچے ہوئے چاول ملا دیں۔ فرائی پین میں تھوڑا سا تیل ڈالیں اور کسی گہرے چمچ سے بیسن والے چاول ڈال دیں اور پھلادیں۔ اسے دونوں جانب سے پکا کر اتارتے جائیں۔ خیال رہے چولہے کی آٹھ اتنی رکھیں کہ یہ آمیزہ جلنے نہ پائے اور نہ ہی کچا رہے۔ اب تیار کر لیجئے

ہر ادھنیا، ہری مرچ، پودینہ اور ٹماٹر وغیرہ پیس کر مزید اسی چٹنی اور کھائیے پراٹھے۔
بچی ہوئی مختلف ایشیا: اگر بیک وقت دالیں اور سبزیاں وغیرہ بچی ہوں اور توس بھی پڑے ہوں
تو سب ملا کر آٹا ڈالیے اور پراٹھے بنائیے۔

اس طرح آپ کو اپنی محنت سے حاصل کی ہوئی کمائی ضائع نہیں کرنا پڑے گی، رزق
کی بے حرمتی اور ناشکری سے بھی بچت ہو جائے گی، کیوں کہ کسی بھی نعمت کو ضائع کرنا دراصل
اللہ کی ناشکری ہے اور یہ تو بہت بری بات ہے۔

□ ہر چیز کھانے کی عادت ڈالیں

بچوں کے ذائقے خود بنائیں۔ بچپن سے ہر چیز کھانے کا عادی بنائیں تاکہ میں تو یہ
نہیں کھاتا/کھاتی والا ناشکر اجملہ زبان پر کبھی نہ آئے۔

□ اسراف سے بچیں

یہ بات کہ فلاں کھانا اسلامی ہے فلاں غیر اسلامی تو یہ قصہ ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی
پسند بلاشبہ مسنون ہونے کی بنا پر ایک علیحدہ مقام رکھتی ہے تاہم مختلف علاقوں، نسلوں کے
ہاں پائے جانے والے سب ہی (پاکیزہ حلال) کھانے جائز اور درست ہیں۔ بس اسراف
پیسے اور وقت کا نہ ہو۔ اب کیا کھاؤں اور کیا پکاؤں؟ کا مرض لاحق نہ ہو۔ کھانا غذا انیت کے
اعتبار سے متوازن ہو۔ ناک بھوں چڑھانے کا کوئی تصور زندگی میں نہ ہو۔ جو سامنے آجائے
شکرگزاری کے جذبے سے کھایا جائے۔ بے شمار کھانوں، ترکیبوں کی باتیں ہر وقت ہمیں
زیب نہیں دیتیں۔ تاہم ممکن ہے ایک فرد کو روٹی پکانا آسان لگتی ہو۔ دوسرے کو چاول،
تیسرے کو روٹی پر چیز ڈال کر یعنی پیزا کھانا پسند ہو۔ اس ضمن میں خوردہ گیری نامناسب
نہیں۔ اصل پر نگاہ رہے۔ یعنی خوردن برائے زیستن، جینے کیلئے کھانا نہ کہ کھانے کیلئے جینا۔
آج لباس کی طرح کھانے اور کراکری (برتنوں) کے بھی فیشن بے شمار ہیں۔ ہم اس سے
دامن بچا کر رکھیں۔ فیشن کے تحت نہ پکائیں نہ کھائیں۔ ہوٹلنگ کی تہذیب بھی ہماری نہیں
ہے۔ معزز لوگ اپنے گھروں میں محارم کے درمیان بیٹھ کر کھانا پسند کرتے ہیں۔ بوقت
ضرورت بازار سے لا کر کھایا جاسکتا ہے، لیکن فوڈ اسٹریٹ اور لذت بازاری کا شوق مومنانہ

شعار نہیں ہے کیوں کہ۔۔۔

ہیں جنیتیں منتظر تمہاری دنیا سے بچ کر چلنا
دامن الجھنے سے بچانا آگے دیکھ کر چلنا
بہی ہمارا شیوہ ہے۔ تنکے کی طرح جدھر کی ہوا ہو، ادھر اڑتے پھرنا ہماری شان کے
منافی ہے۔

آج کیا پکائیں؟ یہ وہ سوال ہے جو ہر خاتون خانہ کے دماغ میں صبح سے ہی گردش کرنا شروع کر دیتا ہے۔ وہ نماز پڑھتی ہے تو اس کے ذہن میں سارے دن کا مکمل شیڈول گھوم رہا ہوتا ہے۔ گھر کے کام کرتے ہوئے بھی اس کا ذہن کھانے کی پلاننگ کر رہا ہوتا ہے۔ دوپہر میں کیا بنے گا؟ شام میں کیا بنے گا؟ وہ ایک ڈش ذہن میں لاتی ہے مگر اگلے ہی لمحے اسے خیال آتا ہے چھوٹا بیٹا یہ نہیں کھاتا، چلو اس کے لئے کھانے کے ساتھ یہ بنا لیتی ہوں اور بڑے بیٹے کے لئے یہ، الغرض اگر کسی بھی خاتون خانہ کے دماغ کے خیالات کی عکس بندی ممکن ہو تو آپ حیران ہو جائیں گے کہ آپ کے فریج سے زیادہ ڈشیں وہاں پڑی ہوتی ہیں۔ لمحوں میں بنتی ہیں۔ لمحوں میں ختم، پھر اگلی ڈش اگلی سوچ اور پھر اسی کشمکش اور ڈھیروں مشقت میں دن کا وہ لمحہ بھی آجاتا ہے جب اس کے سارے دن کی ذہنی مشقت کو یہ کہہ کر خاک میں ملا دیا جاتا ہے کہ اماں مجھے مرغی نہیں پسند بیگم تم جانتی ہو کہ میں ساگ نہیں کھاتا رے بہو بڑے گوشت سے مجھے ڈاکٹر نے منع کیا ہے۔ وہ بیٹے کے لئے کہنا چاہتی ہے کہ بیٹا آپ نے مرغی نہیں کھانا تو یہ مٹر چاول کھالیں۔ وہ شوہر کو کہنا چاہتی ہے کہ آپ کے لئے ساگ کے علاوہ یہ آلو کی بھجیا بھی تو بنائی ہے۔ وہ ساس امی سے کہنا چاہتی ہے کہ ماں جی آپ گوشت نہیں تو یہ کھچڑی کھالیں۔ اس چھوٹے سے شیڈول پر اس کی دن بھر کی سوچ اور گھنٹوں کی مشقت لگی ہے۔ ہر روز کا نہیں تو ہمارے دسترخوان کا عمومی منظر یہی ہوتا ہے۔ دال ہے تو سلاد لازم ہے۔ چاول ہے تو رائتہ لازم کڑھی کا پکڑوں کے بغیر پکایا جانا کسی جرم

سے کم نہیں۔ خواتین سوچ بھی نہیں سکتیں کہ وہ پکوڑوں کے بغیر کڑھی بنائیں۔ یہ لازم و ملزوم ڈشیں کسی ذہنی اور جسمانی مشقت کی متقاضی ہیں۔ وہ شخص نہیں سمجھ سکتا جو کہتا ہے کہ سارا دن گھر میں کرتی کیا ہو؟ کھانا ہی تو بنانا ہوتا ہے۔ خیر چھوڑیں، ایک واقعہ سناتی ہوں۔ ایک آدمی تھے، ان کو خوشبو، عمدہ لباس اور اچھے کھانے مرغوب تھے۔ وہ گلی سے گزر جاتے تو کافی دیر تک اس کی خوشبو بتا دیتی کہ یہاں سے وہ گزرے ہیں۔ اللہ کا دیا سب کچھ تھا، خوب عیش سے زندگی بسر ہو رہی تھی۔ لوگوں میں ان کی خوش ذوقی، عطریات و دسترخوان کا تذکرہ رہتا تھا۔۔۔ پھر ان پر اللہ نے مسلمانوں کی ایک اجتماعی ذمہ داری ڈال دی اور ان کی شخصیت یکسر بدل گئی۔ ایک دن وہ گھر آئے تو کیا دیکھتے ہیں کہ جو بیٹی بات کرتی منہ پر ہاتھ رکھ لیتی۔ استفسار پر پتا چلا کہ آج گھر میں بس کچی پیاز اور روٹی کھائی گئی ہے۔ آنسو ٹپکنے لگے۔ بیٹیوں کو پاس بلایا اور کہا کہ کیا تم یہ چاہتی ہو کہ تم انواع و اقسام کے کھانے کھاؤ اور تمہارا باپ جہنم میں جلے؟ یہ سن کر بیٹیاں روروا کر انکار کرنے لگیں۔ یہ وہ شخص تھے جس نے دنیا کو غنی کر دیا تھا، جن کے دور حکومت میں کوئی زکوٰۃ لینے والا نہ بچا تھا۔ یہ تھے حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمہ اللہ۔

ایک اور شخص کو دیکھتے ہیں جو روغن میں بنا کھانا کھانے سے انکار کر دیتا ہے کہ روغن الگ سالن ہے۔ شور بہ الگ۔ میں اسراف نہیں کر سکتا، میں یہ کھانا نہیں کھا سکتا۔ یہ تھے حضرت عمر بن خطابؓ۔

حسن بصری رحمہ اللہ کہتے ہیں کہ کوئی تم سے تمہارا دین پوچھے تو کیا بتاؤ گے کہ بس زبان کا چٹھارہ۔۔۔ کوئی تمام عمر گزار کر بھی سالن نہیں چکھتا۔ کوئی بادشاہ کے محل میں مہمان ہے مگر احتیاطاً ستولے جاتا ہے، کسی کے سامنے بھنا گوشت آتا ہے تو وہ زار و قطار رونے لگ جاتا ہے۔ کوئی صرف کھانے کی خوشبو سے پیٹ بھرتا ہے، کوئی آخری سانسیں لیتے ہوئے بھی بادشاہ کا دیا کھانا نہیں کھاتا۔ ہائے وہ کیسے پراسرار لوگ تھے۔ وہ کیسے باکمال متقی

تھے، وہ لذات کو آزمائش کہنے والے لوگ۔۔۔ خیر واپس اپنے اپنے دسترخوان پر آجائیں۔۔۔ یہ کہتے ہوئے کہ وہ دور اور تھا، آج کل اتنی سادگی ممکن نہیں۔ یہ دسترخوان بھی عجیب شے ہے۔ ہمیں پتا ہی نہیں چلنے دیتا کہ کیسے یہ ہمیں خود میں الجھا کر حق سے دور کر رہا ہے۔ مرد کے دل کا راستہ معدے سے ہو کر جاتا ہے۔ یہ فارمولہ نجانے کس نے بتایا اور سب کی سب خواتین جت گئیں مرد کے دل میں جگہ بنانے کے لئے۔ یہ کیسی افراتفری مچی ہوئی ہے۔ کیسی بھاگ دوڑ ہے جس میں ہمیں لگا دیا گیا ہے؟ زبان تو ذائقے سے کبھی سیر نہیں ہوتی۔ معدے میں تو ہر وقت انہضام کا عمل جاری رہتا ہے، پھر ساری کی ساری قوتیں اچھا کھانا بنانے، اسے سجانے اور کھلانے میں صرف کیوں ہوتی ہیں؟ کیا جو مرد اپنی زبان کے چٹارے کے لئے اپنی خواتین کو بھگائے رکھتے ہیں، وہ سوال نہیں کیے جائیں گے؟ جبکہ اللہ کا واضح کلام ہے کہ ذرہ برابر شر بھی دیکھ لیا جائے گا۔ اللہ پاک تو ذرے برابر عمل کا بھی حساب لینے والا ہے، پھر تمہیں کیا ہو گیا۔ کہاں سے تم بہ کائے جا رہے ہو۔ دین دنیا سب زبان کا ایک چٹکارہ؟ اچھا کھانا عمدہ پہننا معیوب نہیں ہے مگر صرف اچھا کھانا اور پہننا یقیناً معیوب ہے۔ پیٹ بھر کھانے والا نفس، لذتوں کی عادی زبان اور رنگینیوں کی خوگر نگاہیں، جب یہ سوال کریں کہ ہماری دعا قبول نہیں کی جاتی، ہمارا نماز میں دل نہیں لگتا، ہماری زندگیاں مسائل کا شکار ہیں، نجانے کیا بات ہے زندگی بے سکون ہے، تو حیرت ہوتی ہے کہ دن میں چار پانچ قسم کے مشروبات استعمال کرنے والے، دس دس قسم کا کھانا کھانے والے کو کیا جواب دیا جائے؟ ابھی تو صرف دو وقت کے دسترخوان کا ہے۔ اسپون فیڈنگ اور سارا دن چرچراتے منہ کی تو بات نہیں کی، ورنہ یہ کھانے کا معاملہ اس قدر خطرناک صورتحال اختیار کر چکا ہے اور اس کے نتائج اس قدر بھیانک ہیں کہ روح کانپ جاتی ہے۔ اس دسترخوان نے کس طرح ہماری نسلوں کو تباہ کر دیا ہے اور کیسے کیسے یہ ہمیں ایمان کی چاشنی سے محروم کرتے ہوئے لذات کی دوڑ میں لگا رہا ہے۔ بھرا پیٹ اور چٹوری زبان

ایمان کی حلاوت کو پا ہی نہیں سکتے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں صرف اچھا کھانے اور پہننے کی فکروں سے بچاتے ہوئے ایمان و اعمال کی اول فکر کرنے والا بنائے کہ عورت کی یہ بڑی ذمہ داری ہے اور گھرداری کے موضوع میں 'تربیت' کا عنوان بھی ہے۔ خود اپنے نفس کی تربیت اور اپنی اولاد اور اہل خانہ کی بھی۔

□ سادی، صحت مند غذا میں کھائیں/کھلائیں:

بچوں کو بچپن سے نہ صرف اچھے آداب سکھانے چاہئیں، بلکہ بچپن ہی سے ان کی شخصیت میں سادگی بھی پیدا کریں یہ ماؤں کی ذمہ داری ہے کہ انہیں سادہ غذا اور سبزیوں کی عادت ڈالیں۔ مرغن غذاؤں کی کثرت نقصان دہ ہے بچوں کو سبز یاں مختلف طریقوں سے کھلائی جاسکتی ہیں۔ گوشت پکائیں تو شور بہ ضرور رکھیں اس میں سبز یاں شامل کر لیں۔ جیسے آلو گوشت، لوکی گوشت، بھنڈی گوشت، ٹنڈے گوشت وغیرہ۔ شور بے والا سالن صحت بخش ہوتا ہے کیوں کہ سبز یاں اس کی افادیت میں اضافہ کرتی ہیں۔ بچے آج کل نوڈلز اور میکرونی شوق سے کھاتے ہیں۔ اس میں گاجر، شملہ مرچ بند گوبھی ہری پیاز اور مٹر کے دانے اہل کر ڈالیں۔ سمو سے گھر پر تیار کریں۔ چکن کے ساتھ اس میں بند گوبھی ملا دیں۔ یہ غذائیت کے ساتھ ساتھ ذائقہ میں بھی بھرپور ہوتے ہیں۔ چائینز چاول میں دو سے تین سبز یاں باریک کاٹ کر ضرور ڈالیں۔

کھانے کے ساتھ پودینہ کی چٹنی ضرور بنائیں۔ یہ ہاضمے کے لئے بہترین ہے۔ کھانوں میں ہر چیز اعتدال سے استعمال کریں۔ یاد رکھیں شکر کی طرح نمک کی زیادتی بھی نقصان دہ ہے، اس کا زیادہ استعمال بصارت اور دماغ کو نقصان پہنچاتا ہے۔ خون کا دباؤ بڑھاتا ہے۔ بلند فشار خون کے مریضوں کو کم استعمال کرنا چاہیے۔ کھانے میں نمک کی مقدار کم کر کے کئی امراض سے بچا جاسکتا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق روزانہ زیادہ سے زیادہ دو سے تین گرام نمک کا استعمال کافی ہے۔ اور جاننا چاہیے کہ اتنا نمک عموماً ہماری غذاؤں میں قدرتی موجود ہوتا ہے۔ اس کا بے دریغ استعمال امراض قلب کے علاوہ گردوں

کے امراض اور معدہ کے کینسر کا سبب بن رہا ہے۔ ماؤں کو چاہیے کہ بچوں کو زیادہ چٹ پٹی چیزوں کی عادت نہ ڈالیں۔ سرخ مرچ کا زیادہ استعمال بھی ہاضمہ خراب کرتا ہے تیزابیت اور جلن پیدا کرتا ہے اور بوا سیر کا خطرہ بڑھا دیتا ہے۔ پسی ہوئی مرچ سے کٹی ہوئی مرچ بہتر ہے۔ اسے بھی ہاؤن دستے میں ہی کوٹ لیں۔ بازار سے نہ لیں سردیوں میں بچوں اور بزرگوں کیلئے گھر پر پختی بنائیں اس میں لونگ دار چینی، لہسن ادراک اور کالی مرچ استعمال کریں۔ کالی مرچ ہاضمہ بہتر کرتی ہے، جگر اور دماغ کو طاقت دیتی ہے۔ نزلہ زکام کھانسی میں مفید ہے۔ لونگ بھی نزلے کو روکتی ہے، متلی الٹی بلغم کھانسی کے لئے مفید ہے۔ لہسن صرف پختی میں ہی نہیں، بلکہ روزمرہ کھانوں میں بھی استعمال کریں خصوصاً گائے کے گوشت کے بادی پن کو دور کرنے کے لئے اس میں لہسن اور ادراک ضرور ڈالیں۔ لہسن یادداشت بہتر کرتا ہے، کولیسٹرول کی مقدار کم کرتا ہے۔ یہ بلند فشار دم میں بھی مفید ہے۔

بچوں کو روزانہ صبح ایک انڈہ دیجیے۔ اگر تھل رہی ہیں تو تیل کی مقدار زیادہ نہ رکھیں۔ روزانہ ایک انڈہ دماغی افعال بہتر کرتا ہے۔ ایک انڈے میں چھ گرام پروٹین سمیت اینٹی آکسی ڈینٹس، وٹامن اے، ڈی اور ای ہوتے ہیں۔ روزانہ ایک انڈہ فالج کے خطرے کو کم کر دیتا ہے۔ ہائی بلیڈ پریشر میں بتلا لوگوں کو البتہ انڈے کی سفیدی دیجیے، زردی دینے سے پرہیز کریں۔

کالی چائے کی بجائے گھر میں سبز چائے کو فروغ دیں۔ کالی چائے کا ایک آدھ کپ کافی ہوتا ہے۔ سبز چائے شریانوں کیلئے بہت مفید ہے۔ سردیوں میں ٹھنڈے سے محفوظ رکھتی ہے۔ اس کے اجزاء وزن کم کرنے میں معاون ہیں۔ جوڑوں کے درد کیلئے بھی مفید ہے۔

● لڑکیوں کے لئے ہر عمر میں اچھی خوراک بہت ضروری ہے۔۔۔۔۔ کیوں کہ انہوں نے بہت سارے بوجھ اٹھانے ہوتے ہیں۔ ذہنی اور جسمانی دونوں طرح سے۔ جتنی اچھی خوراک کھائیں گی اتنی خوش مزاج ہوں گی۔ سسرال والوں سے اچھے طریقے سے رہیں گی۔ خود صحت مند ہوں گی تو اولاد بھی صحت مند ہوگی، ورنہ میں آپ کو بتاؤں، آج کل

ڈائمنگ زدہ لڑکیاں دودو پونڈ کے بچے پیدا کر رہی ہیں۔ کم خوراک کی سے چڑچڑاپن اور منفی سوچیں پروان چڑھتی ہیں۔ بکثرت برانکر مرغی کھانے سے چہرے پر بال آنا عام ہوتا جا رہا ہے۔ ہارمونز کی بے اعتدالی بڑھ گئی ہے۔ لڑکیوں کو دالیں، موسمی سبزیاں اور فروٹ دیں۔ مناسب مقدار میں گوشت، انڈے، مکھن، بھی اور دہی روزانہ کی خوراک میں دیں۔

● سب سے ضروری بات یہ ہے کہ ان کو جسمانی مشقت میں ڈالا جائے، تاکہ جسم مضبوط ہو، مشقت کی عادت پڑے اور ورزش ہو کر کھایا پییا اچھی طرح ہضم ہو۔ انہیں ہر چیز کا مثبت پہلو تلاشنا سکھایا جائے، تاکہ ہمیشہ اور ہر حال میں شکرگزار کی جاذبہ ان کے دل میں پیدا ہو۔ شکوہ اور مایوسی کبھی بھی جڑ نہ پکڑے۔

● جتنا قدرتی چیزوں پر انحصار کیا جائے، اتنا ہی صحت مند زندگی کا دورانیہ بڑھ جاتا ہے۔ موسم کے پھلوں کا جوس خود نکالا جائے، سبزیاں کچی کچی ہر طرح ہر موسم میں کھائی جائیں۔ بچیوں کو اچانک کوئی بڑا کام کرنے کو دیا جائے تاکہ ان کی قوت فیصلہ اور اعتماد کا امتحان ہو۔ اگر ان میں جھجک حد سے بڑھی ہو تو ان سے بات کر کے جھجک کو کم کیا جائے۔ حیا اور جھجک میں باریک سی لائن ہے، اس کا پتہ ماؤں کو ہونا چاہیے۔ حیا لازمی چیز ہے جبکہ جھجک اعتماد ختم کرتی ہے۔ لڑکیوں کو تلی ہوئی چیزوں سے مکمل اجتناب کرنا چاہیے۔ دودھ روزانہ کی غذا میں شامل ہو۔ انڈے بھی ہفتہ میں دو یا تین دفعہ ضرور دیا جائے۔ زیادہ اور بری چکنائی رحم میں مسائل پیدا کرتی ہے کہ بانجھ پن کے خطرات بڑھتے ہیں۔ کھاتے پیتے گھرانوں کی لڑکیاں اسی روگ میں مبتلا ہیں۔

□ باہر کی چیزوں سے حتی الامکان بچیں، چیزیں گھر پر ہی تیار کریں

آج کا دور اتنا جدید اور تیز رفتار ہو گیا ہے کہ آج کی خاتون خانہ کو بیس پچیس سال قبل عورت کی طرح نوے فیصد کام اپنے ہاتھ سے کرنے ہی نہیں پڑتے ہر کام کیلئے مشینیں ہماری باندی بنی ہمارے ارد گرد موجود رہتی ہیں۔ باورچی خانہ بھی سارا مشینی سا ہو گیا ہے ہر مشکل سے مشکل ترکیب اب گھنٹوں میں نہیں، منٹوں میں تیار ہو جاتی ہے مگر ہم نے کبھی سوچا کہ کیا یہ منٹوں میں بنے کھانے لذت و برکت میں ہماری نانی دادی کے ہاتھوں سے بنے

کھانوں کے پاسنگ بھی ہیں؟ نہیں ہرگز نہیں پھر اس سے بڑھ کر ستم یہ ملاحظہ فرمائیے کہ مشینیں تو الگ بات، اب ہر چیز تیار شدہ حالت میں مارکیٹ میں فروخت ہو رہی ہے۔ بیکری کے آٹھ کی طرح اب بنے بنائے پراٹھے، روٹیاں اچار چٹنیاں، ہر طرح کے کباب، ادراک لہسن کا پیسٹ، براؤن کی ہوئی پیاز، ہر ترکیب کے تیار مصالے حتیٰ کہ بالکل پکے پکائے کھانے بھی ڈبہ پیک تیار ہیں۔ لاؤ اور گرم کر کے کھا لو۔ غور کرنے کی بات مگر یہ ہے کہ یہ سب کیسے تیار کیے جاتے ہوں گے؟ کیا ایک باپ جس طرح خوب چھان پھٹک کر اپنے بچوں کے لئے اشیائے خورد و نوش خریدتا ہے اور پھر ایک ماں جتنی محبت اور نفاست سے اپنے بچوں کے لئے کھانے پکاتی ہے۔۔۔ کیا یہ فیکٹریوں میں بنی ہوئی چیزیں بھی اسی محبت، نفاست، دیکھ بھال اور پاکیزگی کا خیال رکھتے ہوئے بنائے جاتے ہوں گے؟ کیا یہ جو پیاز سنہری کی ہوئی ملتی ہے، یہ اچھے مہنگے تیل میں سنہری کی گئی ہوتی ہے یا ردی تیل میں؟ جو پراٹھے بنے بنائے ملتے ہیں، ان کو بیلنے والے حضرات وضو سے تو خیر کیا ہوتے ہوں گے، کیا ضروری نفاست کا خیال بھی رکھتے ہوں گے؟ اور یہ جو آج کل ہر کھانے کے فارمولا تیار مصالحوں کے پیکٹ آتے ہیں، ان میں مصالحوں کا معیار کیا ہوتا ہے، پھر یہ کتنے مہنگے ہوتے ہیں؟ اور سب سے بڑھ کر ہماری بچیوں کو ان تیار مصالحوں کی عادت کی وجہ سے جو کھانا بنانا ہی نہیں آتا، اس کا حل کیا ہے؟ کیوں کہ کبھی کسی وجہ سے مصالے کا پیکٹ گھر میں نہ ہو یا کسی جگہ دستیاب نہ ہو تو ان کی ساری مہارت کا پول کھل کر رہ جاتا ہے۔ خیر تمہید بہت طویل ہو گئی۔۔۔۔۔ بات یہ ہو رہی تھی کہ ایک تو ہم خواتین کو حتیٰ الامکان ہر کام میں، خصوصاً کھانا پکانے کے مراحل میں مشین سے کم سے کم فائدہ اٹھانا چاہیے۔ کوشش کریں کہ مصالے بھی سل بٹا پرپسیں یا ہاون دستے میں اور اگر مصروفیات اس کی اجازت نہیں دیتیں تو کم از کم مارکیٹ سے بنی بنائی اشیائے خورد و نوش تو بالکل نہ خریدیں میں نے کچھ عرصہ قبل گھر پر ہی سات آٹھ قسم کے مصالے تیار کرنا سیکھے تھے۔ گھرداری نمبر کیلئے چند مشہور تر ترکیبوں کے اجزا اور ان سے بنائے جانے والی چند مشہور مشہور ڈشز کی ترکیب لکھ رہی ہوں۔ ذرا سی کوشش کر کے ان مصالحوں میں شامل اجزا خود اچھے اسٹور سے خرید لیے جائیں اور گھر پر مندرجہ ذیل

کامیاب گھرداری {63} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

ترکیب سے بنا لیے جائیں تو بہت آسانی سے پانچ چھ ماہ کیلئے بہترین مصالحے تیار ہو جاتے ہیں، جن کا ذائقہ یقیناً جانیں پیکٹ کے مصالحوں سے بڑھ کر ہوتا ہے۔
کڑا ہی مصالحہ: ثابت مصالحے کے اجزا:

4 کھانے کے چچ	ثابت دھنیا:
2 کھانے کے چچ	زیرہ بھنا ہوا:
2 کھانے کے چچ	میٹھی دانہ:
ایک چائے کا چچ	ٹاٹری:
ثابت ایک کھانے کا چچ	کالی مرچ:
	پسے مصالحے:

ایک کھانے کا چچ	دیگی لال مرچ:
ایک کھانے کا چچ	سرخ پسی ہوئی مرچ:
ایک کھانے کا چچ	کٹی لال مرچ:
ایک کھانے کا چچ	نمک:
ایک چائے کا چچ	پسا گرم مصالحہ:

ترکیب: ثابت مصالحے کو گرینڈر مشین میں ڈال کر باریک پیس لیں، پھر کسی بڑی چھلنی میں چھان کر پسے ہوئے مصالحوں میں ملا لیں۔ چھلنی میں جو موٹا موٹا مصالحہ رہ جائے، اسے دوبارہ پیس لیں اور اسے بھی شامل کر لیں۔ لیچھے بہترین کڑا ہی مصالحہ تیار ہے۔ اچھے اسٹور سے ایئر ٹائٹ درمیانے سائز کے ڈبے لے آئیے۔ مصالحے اس میں بند رکھیں۔ اس طرح سے ہر طرح کی کڑا ہی بن جاتی ہے، چاہے چکن کڑا ہی ہو، مٹن ہو، بیف ہو، کلیجی کڑا ہی ہو یا فش کڑا ہی۔۔۔۔۔ البتہ کلیجی بناتے ہوئے اپنے ذوق کے مطابق سوکھی قصوری میٹھی الگ سے ضرور شامل کیجیے۔ ابھی فی الحال چکن کڑا ہی کی ترکیب پیش خدمت ہے۔

چکن کڑاہی اجزا:

مرغی: ایک کلو

تیل: ایک کپ

ٹماٹر: 4 عدد

ادرک لہسن کا پیسٹ: ایک کھانے کا چمچ

کڑاہی مصالحہ (جو ابھی آپ نے تیار کیا): دو کھانے کے چمچ (بھر کر)

نمک: آدھا چائے کا چمچ

ہری مرچ: 6 عدد

ادرک: ایک درمیانی ٹکڑا (کتر لیں)

ہر ادھنیا: چند پتے

ترکیب: ایک کپ تیل میں ایک کلو چکن اچھی طرح فرائی کر لیں۔۔۔ جب چکن اچھی طرح فرائی ہو جائے تو تیل میں سے چکن کسی ڈش میں نکال لیں اور اس تیل میں چار ٹماٹر ایسے ہی ثابت ڈال کر ڈھکن ڈھک دیں۔ تھوڑی دیر کے بعد جب دیکھیں کہ ٹماٹر کا چھلکا علیحدہ ہونے لگا ہے تو چمچ سے اس کا چھلکا اتار دیں۔ اب انہی ٹماٹر میں فرائی کی ہوئی چکن دوبارہ ڈالیں۔ اوپر ادرک لہسن کا پیسٹ، کڑاہی مصالحہ اور نمک ڈال کر اچھی طرح مکس کر کے ڈھک دیں۔ پانچ منٹ کے بعد ڈھکن کھول کر اچھی طرح بھنائی کریں۔ جب گوشت گلنے کے قریب ہو تو اوپر سے ہری مرچ، ادرک اور ادھنیا ڈال کر دم پر رکھ دیں۔ نہایت ذائقے دار چکن کڑاہی تیار ہے۔

شاہی قورمہ مصالحہ:

ثابت مصالحے اجزا:

جائفل: ایک عدد (چھلکا اتار کر پھینک دیں)

ثابت ادھنیا: 4 کھانے کے چمچ

کامیاب گھرداری {65} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

سولف: 2 کھانے کے چمچ

سفید زیرہ: ایک کھانے کا چمچ

ثابت کالی مرچ: ایک کھانے کا چمچ

جاوتری: 7 پتیاں

دارچینی: ایک انچ کے 5 ٹکڑے

چھوٹی الائچی: 15 عدد

لونگ: 15 عدد

بڑی الائچی: 6 عدد

ان تمام اجزاء کو مصالحے گرائنڈ کرنے والی مشین (جس میں عموماً کافی بھی پیسی جاتی ہے) میں ڈال کر خوب اچھی طرح گرائنڈ کر لیں کہ بالکل بھی موٹا نہ رہے۔ اس کے بعد جیسے کڑا ہی مصالحے کو موٹی چھلنی میں چھانا تھا، اس کو بھی چھان لیں تاکہ اگر کچھ موٹا رہ گیا ہو تو الگ ہو جائے۔ پھر اس کو نیچے دیے گئے پستے مصالحوں میں اچھی طرح شامل کر لیں۔

پستے مصالحے:

دیگی لال مرچ: 3 کھانے کے چمچ (اس کو رنگ والی مرچ بھی کہتے ہیں)

عام سرخ پسی مرچ: 2 کھانے کے چمچ

نمک: ایک کھانے کا چمچ

جب دونوں طرح کے مصالحے یک جان ہو جائیں تو اب اس میں کچھ ثابت مصالحے بھی ڈالیں گے جیسا کہ آپ بازار کے فورمہ مصالحے میں دیکھتے ہوں گے کہ کچھ ثابت مصالحے بھی ہوتے ہیں۔

وہ یہ ہیں:

ثابت کالی مرچ: 15 عدد

تیز پات: 2 سے 3 عدد

کامیاب گھرداری {66} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

لونگ: 15 عدد،

چھوٹی الائچی: 15 عدد۔

ان مصالحوں کو ثابت ہی اوپر والے مصالحے میں ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں، لیجیے بہترین تورمہ مصالحہ تیار ہو گیا۔ اب ایک انرٹائٹ ڈبے میں رکھ کر محفوظ کر لیں۔
شاہی تورمہ کی ترکیب:

اجزا:

مٹن: تین پاؤ (ہڈی والا گوشت ران کا ہو تو بہتر ہے، بیف کا بھی لے سکتے ہیں)

آدھا کپ گھی

ادرک لہسن کا پیسٹ: ایک کھانے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

نمک:

تورمہ مصالحہ: دو کھانے کے چمچ (جو اوپر بنایا)

ایک (اچھی طرح پھینٹی ہوئی)

دہی:

دو عدد (سنہری کر کے پیس لیں)

پیاز:

ترکیب: آدھا کپ گھی پتیلی میں ڈال کر گرم ہونے دیں۔ گھی گرم ہونے پر سب سے پہلے ادرک لہسن کا پیسٹ ڈالیں۔ ایک دو منٹ ادرک لہسن چلانے کے بعد اس میں گوشت شامل کر دیں۔ پانچ منٹ مزید بھونیں۔ اب اس میں تورمہ مصالحے کے دو چمچ بھر کر ڈال دیں۔ ساتھ میں مزید ایک چائے کا چمچ نمک بھی شامل کریں پھر ایک کپ پھینٹی ہوئی دہی بھی شامل کریں اور مسلسل چمچ چلاتی رہیں بھنائی کرتی رہیں۔ خوب بھنائی ہو جائے تو چار کھانے کے چمچ پسی ہوئی براؤن پیاز شامل کریں۔۔۔ اور چار کپ پانی شامل کر کے گوشت کو گلنے کیلئے رکھ دیں۔ تورمہ تیل چھوڑ دے اور گوشت گل جائے تو شاہی تورمہ تیار ہے۔ انشا اللہ گھرداری کے ضمیموں میں باقی چھ سات کھانوں کے مصالحوں کی ترکیبیں لکھیں گے۔

گھر کی روٹی: آج کل گندم میں سے اجزا الگ کر دیے جاتے ہیں مثلاً سو جی، میدہ اور چھان

اس کی روٹی تو پک جاتی ہے لیکن سفید بے جان ربڑ جیسی خود گندم دیکر چکی سے باریک آٹا پسوایئے۔ اس کو بنا چھانے گوندھے۔ خوب محنت سے آٹے کو مکیاں دی جائیں۔ (مکیاں دینا فولڈ کرنا) اس میں معمولی مقدار میں نمک ملا لیجیے۔ آٹا نسبتاً نرم گوندھے۔ اس میں پسندیدگی کے لحاظ سے مکھن مارجرین، دیسی گھی یا عام کوکنگ آئل کی خفیف سی مقدار بھی شامل کر دیجیے۔ آٹا گوندھنے اور روٹی پکنے کے درمیان کم از کم ایک گھنٹہ کا وقفہ دیجیے۔ زیادہ وقفہ آٹے کو سیزن کرتا ہے۔ بس آٹا خراب نہ ہو۔ خراب ہونے سے بچانے کے لئے اس دوران آٹے کو ٹھنڈی سایہ دار جگہ مثلاً فریج میں رکھ دیجیے۔ روٹی پکانے سے دس منٹ پہلے آٹے کو کمرے کے درجہ حرارت پر رکھ لیا جائے تو پیڑا بنانا اور روٹی بیلنا آسان ہو جاتا ہے۔ درمیانہ سائز کا پیڑا بنائیے اور اسے کم سے کم خشکے کے ساتھ یکساں باریک بیل لیجیے۔ بھاری پیڑے سے روٹی موٹی اور کچی رہے گی، جب کہ بہت چھوٹے پیڑے کی روٹی اکڑ کر پا پڑ بن جائے گی۔ زیادہ خشک بھی روٹی پر سے جھڑتا ہے، یہ خاتون کی بد سلیقگی پر دال ہوتا ہے۔ توے کو ہرنی روٹی ڈالنے سے پہلے کپڑے سے صاف کرنے کی عادت بنائیے۔ اس سے پچھلی روٹی کا جھڑا ہوا خشک جوئی روٹی کے ڈالنے تک براؤن یا سیاہ پاؤڈر کی شکل اختیار کر چکا ہوتا ہے، اس سے نجات مل جائے گی۔ تو پہلے سے تیز گرم کر لیں اور آگ دھیمی کر دیں۔ روٹی ڈالنے کے بعد آگ بڑھائی جاسکتی ہے۔ اگر نان اسٹک تو انہیں ہے تو اس پر ہلکا سا آئل یا گھی لگا کر کپڑے سے صاف کر لیں۔ یہ بھی نان اسٹک ہو جائے گا۔ اب روٹی کو توے پر ڈالیے۔ جیسے ہی ایک سائڈ ہلکی سی پک جائے، بس اتنی کہ روٹی پلٹنے پر ٹوٹے نہیں تو اسے پلٹ دیں۔ اس طرح جلد پلٹنے سے روٹی خوب پھولتی ہے اور اس پر پھول بھی عمدہ آتے ہیں۔ اپنی عادت کے مطابق کپڑے یا چمچے کی مدد سے روٹی کو توے پر گھماتی رہے، یاد رکھیں اب آپ نے سائڈ نہیں پلٹنی جب تک یہ سائڈ مکمل پک نہ جائے۔ اگر آپ پھلکا کھانا چاہتے ہیں تو کپڑے کے ہلکے دباؤ سے روٹی کو ہلاتے رہیے۔ روٹی پھولنا شروع ہو جائے گی۔ مہارت ہو تو ایک سائڈ پر کر لیجیے اور توے کے

کنارے سے نکلنے والے آگ کے شعلوں پر روٹی کے کنارے گھما گھما کر سینک لیجیے۔ یا سیدھے سبھاؤ تو اہٹا کر ڈائریکٹ آگ پر روٹی پکائیں۔ اس صورت میں کپڑے کی بجائے اسٹیل کا چمٹا استعمال کیا جائے۔ ایک سائڈ کے پک جانے کے بعد روٹی کو پلٹیں اور دوسری طرف سے بھی سینک لیں۔ گرما گرم پھلکا تیار ہے۔ کہاوت ہے کہ کھانے والے کو جتنی تیز بھوک لگی ہوتی ہے، روٹی اتنی ہی پھلتی ہے۔ روٹی میں فلیورز بڑھانے کے لئے آٹے کی مختلف اشیا مثلاً نمیر، سونف، دھنیا، پیٹھی، اجوائن، سادہ یا بھنا زیرہ ڈال کر روٹی کا لطف لیجیے۔ گرما گرم پھلکے پر تازہ مکھن ڈال کر اسے تہ کر دیں۔ مکھن پگھل کر روٹی میں جذب ہو جائے گا اور اس کی دلفریب مہک اور لذت آپ کے معدے اور صبر کا کڑا امتحان ثابت ہو سکتی ہے۔ سالن کوئی بھی ہو ایسی پیار بھری روٹی اس کھانے کا لطف شرطیہ دو بالا کر دیتی ہے۔

□ اللہ کو بھول کر نہ کھائیں / نہ کھانا پکائیں

ماؤں کو چاہیے بچیوں کو بچپن سے اس بات کا عادی بنائیں جب دسترخوان پر کھانا کھانے میں بیٹھیں تو بسم اللہ ضرور پڑھیں۔ ماؤں کو خود بھی چاہیے کہ با وضو، سر ڈھانپ کر، اللہ کا ذکر کرتے ہوئے کھانا بنائیں۔ ان شاء اللہ پھر وہ کھانا اللہ کی اطاعت کا جذبہ پیدا کرے گا۔ عموماً خواتین گرمیوں میں باورچی خانے میں کام کاج کرنے سے گھبراتی ہیں کہ گرمی بہت لگتی ہے۔ جب آپ باورچی خانے میں ذکر الہی کریں گی درود شریف کثرت سے پڑھیں گی تو آپ کو گرمی محسوس نہیں ہوگی۔ کھانے میں برکت ہوگی، اور مزیدار بھی ہوگا جو لوگ کھائیں گے وہ ذکر کی برکت سے انشاء اللہ دین کی طرف راغب ہوں گے۔

□ کھانے کے بعد قیلولہ / چہل قدمی

دوپہر کے کھانے کے بعد قیلولہ اور رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی ضرور کریں رات کو جلدی سوئیں، سونے سے قبل وضو کی عادت خود بھی ڈالیں اور بچوں کو بھی اس کا پابند بنائیں۔

آخری بات یہ کہ ہمیں ہمارے دین نے ہر کام کے کچھ آداب بتائے ہیں ہر کام کے

کچھ مسنون طریقے ہیں، تو بچوں کے ساتھ ہر کام کے اسلامی آداب کا مذاکرہ کرتے رہنا چاہیے۔ جیسا کہ کھانے سے پہلے کھانے کے آداب، سونے سے پہلے سونے کے آداب وغیرہ۔ اس سے یہ آداب بچوں کے ذہن میں راسخ ہو جائیں گے اور وہ ساری زندگی کیلئے ان کا معمول بنالیں گے ان شاء اللہ۔

□ آج کیا بنے گا اس کو ہر روز کا مسئلہ نہ بنائیں

ایک بہت اہم مسئلہ جو ہر گھر کا، ہر خاتون خانہ کا مسئلہ ہے۔ یعنی آج کیا پکایا جائے روز صبح ناشتے کے بعد اس گھمبیر مسئلے پر شاید ہر گھر میں سوچا جاتا ہے اور میاں جی کے کان کھائے جاتے ہیں۔ ہمارے ہاں بھی یہ مسئلہ شروع سے ہی تھا، جس سے یہ حضرت بہت بیزار رہتے تھے۔۔۔ پھر ایک دن انہیں ایک طریقہ سوچھا۔ انہوں نے مہینے کا ایک چارٹ بنایا اور اس پر ہم سب گھر والوں کی پسند کو مد نظر رکھتے ہوئے کھانے اس ترتیب سے ہفتے بھر کے لکھ دیے کہ ایک دن چاول کی ڈش ہو اور ایک دن روٹی سالن ہو۔۔۔ پھر اس میں متوازن غذا کو بھی مد نظر رکھا کہ پورے ہفتے میں دالیں، گوشت سبزی، اناج ہمہ قسم سب کچھ ہو، پھر ہر ہفتے، بلکہ پورے مہینے اس خاص دن میں بدل کر مگر اسی خاص گروپ کا کھانا بنے۔ اس طرح پورے مہینے میں ہر طرح کے کھانے بھی بن جاتے ہیں اور روز کا یہ مسئلہ بھی ختم ہو جاتا ہے کہ آج کیا پکائیں یہ چارٹ اب ہمارے کچن کیبنٹ میں آویزاں ہے اور بطور نمونہ انہیں اشاعت کے لیے دیا ہے۔ آپ بہنیں اپنی اور اپنے گھر والوں کی پسند سے اس میں تبدیلی کیجیے۔ ہمارے ہاں گوشت والے کھانے زیادہ بنتے ہیں مگر ان میں گوشت بہت کم ہوتا ہے، کیوں کہ گوشت سب کم ہی کھاتے ہیں۔ زیادہ سے زیادہ ایک پاؤ گوشت میں سبزی ڈال کر شور بے والا سالن بنالیا اور سب نے خوشی سے کھالیا۔ یوں پورے مہینے میں زیادہ سے زیادہ تین چار کلو گوشت میں ہمہ قسم کھانے بھی بن جاتے ہیں اور کباب بھی۔

● بچوں کی جسمانی تبدیلیوں اور ذہنی کیفیات سے باخبر رہنا ماؤں کے لئے بے حد ضروری ہے۔ ان کے احساسات کی قدر کرنا، ان کی ذہنی، جسمانی اور روحانی صحت کی فکر کرنا اور ان سے دوستی رکھنا ان کے دکھ سکھ کو غور سے سننا، ان کی ذات کو اہمیت دینا ماؤں کا کام

کامیاب گھرداری {70} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

ہے۔ ضروری نہیں کہ مائیں سارا سارا دن کچن میں گزار کر بس کھانے بناتی رہیں اور بچیاں اپنی الجھنوں میں گم ہو کر صحت خراب کرتی رہیں۔ ہر بات میں اعتدال ضروری ہے، لڑکیوں نے محض جسمانی طور پر بوجھ نہیں اٹھانا ہوتا ذہنی لحاظ سے بھی ان پر بہت بوجھ ڈال دیئے جاتے ہیں۔ صحت مند ہوں گی تو سارے بوجھ، ساری ذمہ داریاں خوش دلی سے اٹھائیں گی ورنہ روتی ہی رہیں گی زندگی بھر۔

المنیر سرگرمی و تربیت فاؤنڈیشن (1993)
MIRAGEZ TALEEM & TRUSTY FOUNDATION

المنیر سرگرمی و تربیت فاؤنڈیشن (1993)
MIRAGEZ TALEEM & TRUSTY FOUNDATION

المنیر سرگرمی و تربیت فاؤنڈیشن (1993)
MIRAGEZ TALEEM & TRUSTY FOUNDATION

کامیاب گھرداری

{71}

کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

ہفتہ	جمعہ	جمعرات	بدھ	منگل	پیر	اتوار	ہفتہ
دال بھری انڈے چھولے یا انڈے آلو	جمعہ کے دن چاول: آلو طاہری راہنے اور سلاد کے ساتھ	بھری گوشت: بھری گوشت اے چاول اور سلاد کے ساتھ	دالیں	قیمہ، کباب	بھری	مرٹن	1 ہفتہ
آلو بھرے پرانے راہنے، سلاد، اچار کے ساتھ	کڑھی چاول راہنے اور سلاد کے ساتھ	لوکی گوشت روٹی اور سلاد کے ساتھ	موٹک سمور دال چاول ساتھ شامی کباب	آلو قیمہ یا گاجر قیمہ	بیگن آلو یا ایک آلو	قورمہ یا بریانی	2 ہفتہ
تین کی روٹی لال مرچ کی چٹنی اور سلاد کے ساتھ	مٹر چاول راہنے، سلاد کے ساتھ	پاک گوھی گوشت اے چاول اور سلاد	بھنی چنے کی دال سلاد کے ساتھ	چلی کباب سلاد، چٹنی، دودھ سویاں	لوکی کا رائتہ یا پھلیاں	کراہی گوشت یا اچار گوشت	3 ہفتہ
انڈوں کا ٹاگینہ یا دال انڈا گھونٹا ہری مرچوں کا سالن ٹماٹر کی چٹنی	چنا پلاؤ راہنے، سلاد کے ساتھ چاہنے پلاؤ یا بھری پلاؤ	آلو گوشت چٹنی، سلاد اروی گوشت چٹنی، سلاد	منج تزن دال چاول مع تلی ہوئی مچھلی کھجوری دلیہ یا حلیم	بھنی تو اگلی فرنی زرکی کو فٹے چٹنی، دودھ، دال روٹی	تزیان مھالے والی مرچیں مھالے والی جھلی یا آلو گوھی	نہاری یا اسٹو بھیت چنی پلاؤ، کباب راہنے اور سلاد کے ساتھ	4 ہفتہ
							5 ہفتہ

چاٹ

□ کھانے پکانے کے چند بنیادی اصول:

- (1) بکرے کا گوشت ہو یا مرغی کا کبھی بھی زیادہ مت بھونیں۔
- (2) مچھلی یا کوفتے کے سالن میں بھولے سے بھی چیچ نہ چلائیں۔ کپڑے سے پکڑ کر دپیگی کو ہلائیں۔
- (3) ساگ گوشت، ٹماٹر گوشت، سبزی گوشت مصالحو ڈال کر بغیر پانی کے چڑھا دیں اور ہلکی آئنج پر رکھیں۔
- (4) ساگ گوشت میں جب سالن کو دم پر رکھیں تو ایک چیچ مکھن ضرور ڈال دیں۔
- (5) ڈھیر ساری پیاز کو کاٹ کر براؤن کر لیں۔ چھلنی میں گھی چھان لیں اور پیاز کو ذرا خشک کر کے کرش کر لیں۔ پھر چھوٹے چھوٹے پیکٹ بنا کر فریز کر لیں۔ کبھی بہت جلدی ہو یا اچانک سے مہمان آجائیں، تو یہ براؤن کی ہوئی پیاز آپ کے بہت کام آئے گی۔
- (6) ہری مرچ کو ذرا سی چکنائی لگا کر فریز کر لیں۔
- (7) نمک کو سیلن سے محفوظ رکھنے کے لئے اس میں چند دانے چاول کے اور دو تین لونگ ڈال دیں۔
- (8) کھانے میں اگر مرچ تیز ہو جائے تو ایک ڈلی براؤن پسی ہوئی پیاز ڈال دیں اور ایک عدد لیموں کا رس نچوڑ دیں۔ مرچ کم ہو جائے گی۔
- (9) چاول اباتے وقت ایک کھانے کا چیچ سفید سرکہ ڈال دیں، چاول کبھی بھی نرم نہیں پکیں گے۔
- (10) چاول، بریانی یا پلاؤ کبھی نیچے سے لگ جائے اور جلنے کی بو آجائے تو چار ڈبل روٹی کے تھوس چاولوں کے اوپر بھیلادیں اور اس پر آدھی پیالی دودھ ڈال دیں۔ 10 منٹ کے لئے دم پر رکھ دیں، جلنے کی بو ختم ہو جائے گی۔
- (11) مرغی کو دھونے سے پہلے دو کھانے کے چیچ دہی لگا کر 10 منٹ چھوڑ دیں، پھر دھولیں۔

کامیاب گھرداری {73} کامیاب گھرداری کے بنیادی رہنما اصول

(12) فریزر کی ہوئی سبزیاں ذائقہ میں تازہ لگیں گی۔ اگر انہیں پکانے کے دوران پانی میں ایک چٹکی چینی ملا دیں۔

(13) آٹے کو گوندھتے وقت اس میں دو چمچ تیل ملا کر نیم گرم پانی سے گوندھ لیں تو روٹی نرم ملائم بنے گی۔

(14) لہسن، ادراک بیس کر ایک چمچ تیل ملا دیں اور فرنیج میں رکھ دیں۔ بہت دنوں تک تازہ رہے گا۔

(15) خاتون خانہ کو چاہیے کہ کھانا بناتے وقت ہاتھ کے ساتھ ساتھ زبان بھی چلاتی رہے یعنی اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتی رہے یا اگر قرآن کی آیات یاد ہوں تو اس کی تلاوت کرتی رہے۔ اس سے آپ کو ایک ٹکٹ میں تین مزے ملیں گے۔

1. ایک تو ذکر اور تلاوت کا ثواب ملے گا۔

2. دوسرا کھانے میں برکت ہوگی اور مزید اچھی ہوگا۔

3. تیسرے جو لوگ کھائیں گے وہ ذکر کی برکت سے ان شاء اللہ دین کی طرف راغب ہوں گے۔

حوالہ جات

- (1) (در مختار جلد 3/579)
- (2) (بخاری، رقم: 5361)
- (3) (فضائل اعمال: 126, 125)
- (4) (بخاری، رقم: 5224)
- (5) (فضائل اعمال: 143, 144)
- (6) (بخاری، رقم: 5182)
- (7) (مثالی ازدواجی زندگی کے سنہری اصول: 235)
- (8) (مستدرک حاکم، رقم: 7187)
- (9) (مستدرک حاکم، رقم: 61، ہذا حدیث مستقیم و لیس لہ علة ولم یحز جاہ و افقہ الذہبی)
- (10) (بخاری، رقم: 5373)
- (11) (بیہقی، منتخب احادیث: 774 مشکوٰۃ، رقم: 3925)
- (12) (بخاری، رقم: 2890)
- (13) (حیاء الصحابہ: 610)
- (14) (حلیۃ الاولیاء، رقم: 10/255)
- (15) (اصلاحی خطبات: 269/17)
- (16) (اصلاحی خطبات: 260/17)
- (17) (تفسیر انوار البیان: 645/2)
- (18) (شعب الایمان: 7687)
- (19) (جامع الاصول، رقم: 2627)
- (20) (بخاری، رقم: 1418، ترمذی، رقم: 1915، مسلم، رقم: 2629)
- (21) (ابوداؤد، رقم: 5222-7، 5146-7، ترمذی، رقم: 1913)
- (22) (ترمذی، رقم: 1917، مسلم، رقم: 2631، مسند احمد: 156/3)
- (23) (مشکوٰۃ، رقم: 4978، ابوداؤد، رقم: 5149)
- (24) (الکامل فی الضعفاء: 195/8)
- (25) (الکامل فی الضعفاء: 195/8)
- (26) (مسلم: 1007، بشری: 662)

- (27) (مسلم: 1007)
- (28) (مسلم: 1007)
- (29) (مسلم: 1007)
- (30) (مسلم: 1007)
- (31) (مسلم: 1007)
- (32) (مسلم: 1007)
- (33) (مسلم: 1007)
- (34) (ترمذی: 1956)
- (35) (ترمذی: 1956)
- (36) (ابن حبان: 3368)
- (37) (ابن حبان: 3368)
- (38) (ابن حبان: 3377)
- (39) (ابن حبان: 3377)
- (40) (ابن حبان: 3377)
- (41) (بخاری: 55، ترمذی: ص 847، ابن ماجہ: 1962)
- (42) (بخاری: 55، 2707)
- (43) (بخاری: 2518، 2891)
- (44) (بخاری: 2518، بشری: ص 1194)
- (45) (بخاری: 2518، 2891)
- (46) (بخاری: 2518)
- (47) (بخاری: 2518)
- (48) (نسائی، کبری: 1985)
- (49) (نسائی، کبری: 1985)
- (50) (نسائی، کبری: 1985)
- (51) (نسائی، کبری: 1985)
- (52) (نسائی: 253، ترمذی: 1953)
- (53) (ترمذی: 1963)
- (54) (ابویعلی: 2434)
- (55) (ابوداؤد: 5243)

- (56) (بخاری-تاریخ: 259/3)
- (57) (مسلم: 1553، بشری: 1030)
- (58) (بیہقی، شعب: 3367)
- (59) (بیہقی، شعب: 3368)
- (60) (ابن ماجہ: 3430)
- (61) (مسلم: 1009، بشری: 6620)
- (62) (ترمذی: 1963)
- (63) (ابن حبان: 3368)
- (64) (ابن ماجہ: 243)
- (65) (حسن معاشرت: 50)
- (66) (ازدواجی زندگی کے سنہری اصول 241)
- (67) (حسن معاشرت: 44)
- (68) (حسن معاشرت: 48)
- (69) (شاہراہ زندگی پر کامیابی کا سفر)
- (70) (حسن معاشرت: 49)
- (71) (حسن معاشرت: 45)
- (72) (حسن معاشرت: 48)
- (73) (حسن معاشرت: 50)
- (74) (مثالی ازدواجی زندگی کے سنہری اصول 243)
- (75) (حسن معاشرت: 46-48)
- (76) (ابن حبان: 5466)
- (77) (مثالی زندگی کے سنہری اصول 237)

آئیے ہم ایک دوسرے کے مددگار بنیں

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ

گرامی قدر محترم جناب _____ صاحب

امید ہے کہ مزاج بخیر و عافیت ہوں گے!

آپ اور آپ کی آراء ہمارے لیے بہت اہم ہیں۔ بہت خوشی ہوگی کہ آپ اس کتاب سے متعلق اپنی کوئی قیمتی رائے، کوئی تجویز اور مفید بات بتائیں۔

یقیناً آپ اس سلسلے میں ہمارے ساتھ تعاون فرما کر ان شاء اللہ تعالیٰ ادارے کی کتب کے معیار کو بہتر سے بہتر بنانے میں مددگار بنیں گے۔

امید ہے جس جذبے سے یہ گزارش کی گئی ہے، اسی جذبے کے تحت اس کا عملی استقبال بھی کیا جائے گا

اور آپ ضرور ہمیں جواب لکھیں گے۔

☆ کورس کا تعارف کیسے ہوا؟

☆ کیا آپ نے اپنے محلہ کی مسجد، لائبریری یا مدرسہ/ اسکول میں اس کتاب کو وقف کر کے یا کسی رشتہ دار وغیرہ کو تحفہ میں دے کر علم پھیلانے میں حصہ لیا؟ نہیں تو آج ہی یہ نیک کام شروع فرمائیں۔

☆ کتاب پڑھ کر آپ نے کیا فائدہ محسوس کیا؟

☆ کتاب کی کمپوزنگ، جلد اور کاغذ کے بارے میں آپ کی کیا رائے ہے؟

معمولی ہے بہتر ہے اعلیٰ ہے

☆ کتاب کی قیمت کے بارے میں آپ کی کیا رائے ہے؟

سستی ہے مناسب ہے مہنگی ہے

☆ کتاب کی تیاری میں مدد کرنے والوں اور پڑھنے والوں کے لیے دعائیں تو کرتے ہوں گے

ہاں نہیں کبھی کبھی

دوران مطالعہ اگر کسی غلطی پر مطلع ہو جائیں تو ان نمبروں پر میسج یا اطلاع فرمائیے:

حضرت مفتی منیر احمد صاحب مدظلہ کی تصانیف

نمبر شمار	کتاب	نمبر شمار	کتاب
1	فہم ایمانیات	19	فہم جمعۃ المبارک
2	فہم محرم الحرام کورس	20	حلال و حرام رشتوں کی پہچان کے رہنما اصول
3	فہم صفر کورس	21	شادی مبارک
4	فہم شعبان کورس (شب براءت)	22	کامیاب گھرداری
5	فہم زکوٰۃ کورس	23	بیٹی مبارک ہو
6	فہم رمضان کورس	24	جذباتی رویوں سے ایسے بچیں
7	فہم حج و عمرہ کورس	25	سیرت کونزلیول 1
8	فہم قربانی کورس	26	سیرت کونزلیول 2
9	فہم دین کورس	27	حقوق مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم
10	فہم طہارت کورس	28	حدیث اور اُس کا درجہ کیسے پہچانیں
11	فہم نماز کورس	29	ڈپریشن، اسٹریس کے اسباب اور اُن کا حل
12	فہم حلال و حرام کورس	30	مالی معاملات اور اخلاقی تعلیمات
13	فہم مسائل حیض و نفاس	31	مالی معاملات اور شرعی تعلیمات
14	سخت بیماریوں، پریشانیوں کا یقینی علاج	32	مالی تنازعات اور ان کا حل
15	توبہ	33	فہم میراث
16	استخارہ	34	آسان علم النحو
17	مسنون اذکار	35	علم دین اور اس کے سیکھے سکھانے کا صحیح طریقہ
18	فہم نکاح و طلاق	36	طبی اخلاقیات



شیخ الحدیث حضرت مولانا ڈاکٹر عبدالرزاق اسکندر صاحب دامت برکاتہم العالیہ فرماتے ہیں:

ہمارے فاضل مولانا منیر احمد سلمہ کو جنہوں نے کامیاب گھرداری کے عنوان سے خانگی زندگی کے بنیادی آداب، رہن سہن کے طور طریقہ اور خواتین کی گھریلو مدداریوں سے متعلق بڑی قیمتی مباحث یکجا کی ہیں۔ یہ کتاب اس وقت ہر ماں، ہر بیٹی، ہر ساس اور ہر بہو کی ضرورت ہے۔ ہماری خواتین کو اس کتاب سے بھرپور استفادہ کرنا چاہیے۔

شیخ الحدیث حضرت مولانا عبدالقیوم حقانی صاحب دامت برکاتہم العالیہ فرماتے ہیں:

یہ کتاب ہر بیٹی کے لیے اور ہر گھر کے لیے ایک گائیڈ کی حیثیت رکھتی ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ یہ کتاب بنات کے مدارس کی ابتدائی درجات میں درس پڑھی جائے، تاکہ مسلمان بچیاں ان رہنما اصولوں کو اپنا کر اپنی زندگیاں سنوار سکیں۔



Almuneer.pk



AlmuneerOfficial



Almuneer