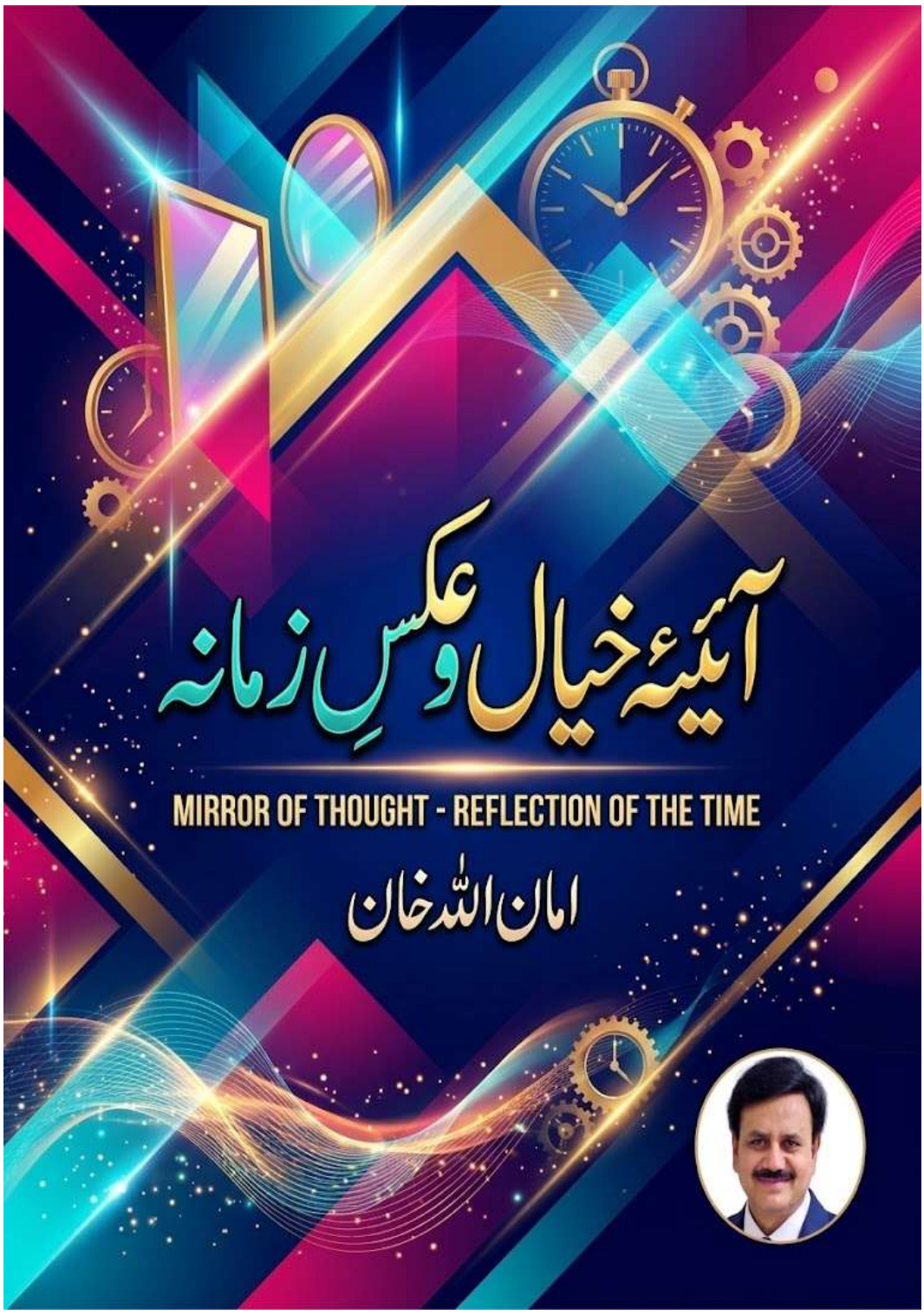

آئینۂ خیال و عکسِ زمانہ
MIRROR OF THOUGHT - REFLECTION OF THE TIME
امان اللہ خان

پیش لفظ

پیارے قارئین

جیسا کہ اپ کو اس امر کا بخوبی ادراک ہے کہ سوشل میڈیا کے اس تیز رفتار دور میں لفظ لمحوں میں لکھے جاتے ہیں اور لمحوں ہی میں اسکرین کی گہرائیوں میں گم ہو جاتے ہیں۔ آج جو تحریر ہزاروں نگاہوں کا مرکز ہوتی ہے، کل وہ ٹائم لائن کے انبار تلے دب کر فراموش ہو جاتی ہے۔

اس سے قبل جب جنوری 26 تا جولائی 26 تک فیس بک پر پوسٹ کئے گئے مضامین کو یکجا کر کے عالمی گونج (GLOBAL ECHOES) مرتب کی تو اس کے بعد پرانی فائلوں کے دیمک زدہ کاغذات سے "اخباری تراشوں نے کھولے بند ماضی کے دریچے" اور "اوراق ماضی۔ نصف صدی پر محیط فکر و قلم کا ائینہ" بھی وجود میں آ گئے۔ پھر خیال آیا کہ فیس بک پر تو 2010 سے کچھ نہ کچھ تو پوسٹ ہوتا ہی رہا ہے۔ جب سرچ کی تو جنوری 2012 سے دسمبر 2025 تک delete ہونے سے جو بچ گیا تو اسے محفوظ کرنے کا یہی احساس اس کتاب **" آئینہ خیال و عکس زمانہ "** کی بنیاد بنا۔

زیر نظر کتاب ان اقوال، تصاویر اور مختصر تاثرات پر مشتمل ہے جو میں نے 2012ء سے 2025 کے دوران اپنے فیس بک صفحے پر وقتاً فوقتاً شیئر کیے۔ ان میں دنیا کے نامور مفکرین، فلسفیوں، ادیبوں اور ماہرینِ سماجیات کے وہ جملے شامل ہیں جنہوں نے مجھے سوچنے پر مجبور کیا۔ ان میں البرٹ آئن اسٹائن اور ونسٹن چرچل کی بصیرت ہے اور مارٹن لوتھر کنگ کا یقین۔ پاؤلو کوئلو، مہاتما بدھ اور مولانا رومی کی روحانی گہرائی ہے، زِگ زِگلر، جم رون، لائوزو اور دیپک چوپڑا کی عملی دانش ہے، اور مینڈی ہیل اور اسٹیون ایچیسن کی دل کو چھو لینے والی سادگی بھی۔ اس کے علاوہ "Lessons Learned in Life"، "Quotes and Thoughts" اور "Quotes Gate" جیسے صفحات اور اُس دور کے اخبارات سے منتخب تحریریں بھی اس کا حصہ ہیں۔

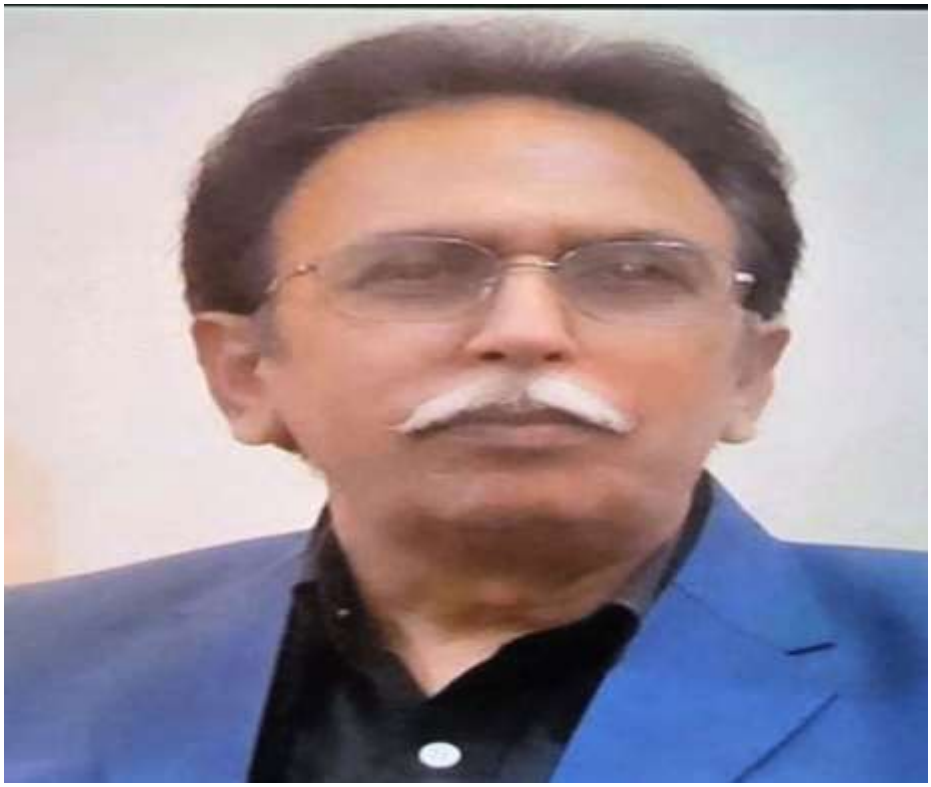
مگر یہ کتاب محض اقوالِ زریں کا مجموعہ نہیں۔ اس میں میرے شہر لاہور کے وہ مناظر بھی محفوظ ہیں جو اُس زمانے کی سچی تصویر ہیں۔ کتابوں کا دکانوں سے فٹ پاتھ پر انا۔ کچی جھونپڑیوں میں رواں دواں پیٹ کی آگ بھرتی زندگیاں، عمر رسیدہ افراد کا روزی کے لئے پتھر کوٹنا۔ پٹرول کے بحران میں گھنٹوں قطاروں میں کھڑے شہری، اور کیچڑ زدہ زمین پر بیٹھ کر پڑھتے سرکاری اسکول کے بچے۔۔ نہتے شخص پر دو شیر دل جوان پولس والوں کا لاٹھی چارج۔ کچرے کے ڈھیر سے ٹماٹر تلاش کرتی سفید پوش خاتون اور رزق تلاش کرتے معصوم بچے ۔ لنگر کے لئے ایک پلیٹ چاول کے حصول کے لئے ہجوم کی ہاتھاپائی۔ نشے کے ٹیکے لگواتے ہوئے نوجوان، تیز رفتار رکشے کے پیچھے سکیٹنگ کرتے کم عمر طالب علم ۔ ٹرانسپورٹ کے مسلئے سے نبرد آزما معمر خاتون اور کالج کی بچیوں کا آج سے تیرہ چودہ سال قبل موٹر سائیکل چلانا اور گدھا گاڑی کی سواری۔ گنے کی ٹرالی سے گنے نکالتے سکول کے بچے۔ گرمی سے تنگ لاہور کی نہیر میں چھلانگیں لگاتے نوجوان۔ سیلاب زدہ علاقوں سے نکلنے والوں کی یاسیت۔ اور بہت کچھ۔۔ یہ تصاویر یاد دلاتی ہیں کہ دانش کے بڑے جملے تبھی معنی رکھتے ہیں جب وہ ہمارے ارد گرد کی زندگی سے جڑ جائیں

قارئین محترم۔ میں ان اقوال میں کسی کا مصنف نہیں ہوں۔ جن کے نام سے یہ اقوال منسوب ہیں ان کا ذکر موجود ہے اور جو نا معلوم ہیں۔ انہیں ایسے ہی رہنے دیا۔ تاہم میری طرف سے ہر قول اور ہر تصویر کے ساتھ اردو میں ایک مختصر تبصرہ شامل کیا گیا ہے۔ مقصد یہ ہے کہ قاری محض پڑھ کر آگے نہ بڑھ جائے بلکہ لمحہ بھر رک کر سوچے اور اس خیال کو اپنی زندگی کے آئینے میں دیکھے۔ امید، معافی، شکر گزاری، دوستی، صبر اور خود شناسی وہ موضوعات ہیں جو ان صفحات میں بار بار لوٹ کر آتے ہیں۔ اس کتاب میں میرے دیرینہ دوست خالد غزالی کا تبصرہ بھی شامل ہے۔ خالد ایک بہترین سائنسدان کے ساتھ ایک حساس دل کا مالک قلمکار بھی ہے۔ اس کی تحریریں سوشل میڈیا کی زینت بنتی رہتی ہے۔ اسے میں نے صاحب کتاب بننے کا مشورہ دیا ہے۔ دیکھیں وہ اس پر کتنا عمل کرتا ہے

میں ان تمام دوستوں اور قارئین کا تہِ دل سے شکر گزار ہوں جنہوں نے ان پوسٹس کو سراہا، ان پر تبصرے کیے اور مجھے یہ حوصلہ دیا کہ ان بکھرے ہوئے موتیوں کو ایک لڑی میں پرو دوں۔ اگر یہ کتاب کسی ایک قاری کے دل میں بھی امید کا ایک چراغ روشن کر دے تو میں سمجھوں گا کہ میری محنت رائیگاں نہیں گئی۔

امان اللہ خان

بحریہ ارچرڈ لاہور



تعارف

امان اللہ خان صاحب سے میرا تعلق 1975 سے ہے جب میں اور وہ پنجاب یونیورسٹی میں زیر تعلیم تھے۔ میں شعبہ جیالوجی میں اور وہ ادارہ تعلیم و تحقیق میں تھے۔ ہم علامہ اقبال ہوسٹل میں یک جان دو قالب کی صورت میں رہتے تھے۔ ان کا کمرہ ۱۲۸ گراؤنڈ فلور پر اور میرا کمرہ ۲۳۸ فرسٹ فلور پر تھا۔ دکھ سکھ کے ساتھی تھے۔ خان صاحب طلباسیاست میں ایک متحرک کردار ادا کر رہے تھے اور ایک طلبہ تنظیم کے ناظم کے علاوہ سٹوڈنٹس یونین میں سینئر نائب صدر بھی تھے اور جلسے جلوسوں میں میں بھی اکثر ان کے ہمراہ ہوتا تھا۔ پڑھائی۔ طلباسیاست جلسے جلوسوں کے ساتھ وہ لکھنے پڑھنے کے لئے بھی وقت نکال لیتے تھے۔ مشاعروں۔ ادبی محفلوں اور تقریری مقابلوں میں بھی پھرپور حصہ لیتے رہتے تھے۔ فراغت تعلیم کے بعد وہ پاکستان نیوی سے منسلک ہو کر کراچی چلے گئے اور میں اٹامک انرجی کمیشن میں۔ پھر 1986 مین وہ پنجاب سول سروس کا حصہ بنے تو ملاقاتوں کا سلسلہ دوبارہ شروع ہو گیا اور اب تک جاری ہے۔ ایک بات کا تذکرہ کرنا ضروری ہے کہ طالب علمی کے دور میں اخبار میں میں نے پہلا افسانہ آن کی رہنمائی میں لکھا تھا اور اس وقت سے غزالی کا تخلص اختیار کیا اور لکھنے لکھنے کا سلسلہ جاری ہے۔ مگر میں ابھی تک صاحب کتاب نہیں بن سکا(گو کہ خان صاحب نے مشورہ بھی دے رکھا ہے اور تعاون کی یقین دہانی بھی کرائی ہے)۔ اب آتے ہیں اصل کام کی طرف یعنی کتاب پر تبصرہ۔۔

کتاب « آئینۂ خیال و عکسِ زمانہ » محترم امان اللہ خان کی تحریر کردہ ایک فکر انگیز، ادبی اور معاشرتی دستاویز ہے۔ یہ کتاب محض اقوالِ زریں یا یادگار تصاویر کا کوئی عام مجموعہ نہیں، بلکہ 2012ء سے 2015ء کے درمیانی عرصے میں مؤلف کے سماجی رابطوں کی ویب سائٹ (فیس بک) پر شیئر کیے گئے ان منتخب افکار، اقوال اور تصویری جھلکیوں کا انتخاب ہے جن کا تعلق انسانی زندگی، اخلاقیات اور روزمرہ کے سماجی حقائق سے ہے۔ مؤلف نے جدید دور میں تحریروں کی عارضی نوعیت (ٹائم لائن کے ابلاغی اثرات) کا احساس کرتے ہوئے ان بکھرے ہوئے موتیوں کو ایک کتابی شکل میں محفوظ کر دیا ہے۔

کتاب کا عنوان اس کے دو رخوں کی ٹھیک ٹھیک نشاندہی کرتا ہے۔ "آئینۂ خیال" وہ حصہ ہے جس میں آئن اسٹائن، رومی، پاؤلو کوئلو، زگ زگلر اور جم رون جیسے مفکرین کے اقوال کے ذریعے انسان کو اپنے باطن میں جھانکنے کی دعوت دی گئی ہے۔ "عکسِ زمانہ" وہ حصہ ہے جس میں لاہور کی گلیوں، فٹ پاتھوں اور کچی بستیوں کی تصاویر اس دور کی سچی تصویر پیش کرتی ہیں۔ یہ کتاب امان اللہ خان صاحب کے سلسلۂ تالیف کی ایک کڑی ہے، جس میں "عالمی گونج"، "اخباری تراشوں نے کھولے بند ماضی کے دریچے" اور "اوراقِ ماضی" پہلے ہی شامل ہیں۔ اس پس منظر میں یہ مجموعہ ایک ایسے قلم کار کی کاوش ہے جو اپنی یادداشت اور اپنے زمانے، دونوں کو محفوظ کرنا چاہتا ہے۔

کتاب کی ساخت و ترتیب:

کتاب کی بنیادی اکائی ایک صفحہ ہے: ایک تصویر یا اقتباس، اس کے نیچے اردو عنوان، اور تین چار سطروں کی تشریح۔ یہ سادہ سانچہ قاری کو ٹھہر کر سوچنے کا موقع دیتا ہے، جو پیش لفظ میں بیان کردہ مقصد کے عین مطابق ہے۔ تقریباً ساڑھے تین سو صفحات پر پھیلی یہ اکائیاں کسی ناول کی طرح نہیں بلکہ کسی البم کی طرح پڑھی جاتی ہیں۔ ترتیب کے لحاظ سے کتاب دو واضح حصوں میں بٹی محسوس ہوتی ہے۔ ابتدائی اور درمیانی حصہ زیادہ تر انگریزی اقوال پر مشتمل ہے جن کا اردو مفہوم دیا گیا ہے۔ آخری حصے میں تصویری صحافت غالب ہے: پتھر کوٹتے بزرگ، کچرے سے رزق چنتے بچے، سیلاب زدگان اور احتجاجی ریلیاں۔ یہ ترتیب ایک خاموش فکری سفر بھی بن جاتی ہے۔ قاری پہلے "خود" سے مکالمہ کرتا ہے اور پھر "زمانے" سے آنکھ ملاتا ہے۔ تاہم موضوعات کو ابواب یا عنوانات کے تحت تقسیم نہ کرنے سے یہ سفر کہیں کہیں بے سمت بھی محسوس ہوتا ہے

۔خود شناسی اور عزتِ نفس

کتاب کا سب سے نمایاں اور بار بار لوٹنے والا موضوع اپنی ذات کی پہچان اور اس کی حفاظت ہے۔ "خوش رہیے، اپنے جیسے رہیے"، "اپنی زندگی کے سی ای او آپ خود ہیں"، "اپنی قدر پہچانیے، رعایتیں بند کیجیے" اور "لوگ کیا کہیں گے؟—اس فکر سے آزادی" جیسے عنوانات ایک ہی پیغام دیتے ہیں: انسان دوسروں کی رائے کا غلام نہ بنے۔ یہ پیغام ہمارے معاشرے کے تناظر میں خاص اہمیت رکھتا ہے، جہاں "لوگ کیا کہیں گے" اکثر فیصلوں کی بنیاد بن جاتا ہے۔ کتاب قاری کو یہ حوصلہ دیتی ہے کہ وہ اپنی عزتِ نفس پر سمجھوتہ نہ کرے اور بے جا تنقید کو ترقی کی علامت سمجھے، جیسا کہ "لوگ باتیں کرنے لگیں تو سمجھیے آپ بڑھ رہے ہیں" میں کہا گیا ہے۔
تنقیدی نظر سے دیکھیں تو یہ موضوع کہیں کہیں انفرادیت پسندی کی حد کو چھو لیتا ہے۔ "اپنے لیے جیو" اور "انہیں زندگی سے نکال باہر کریں" جیسے مشورے مغربی سیلف ہیلپ ادب کی صدائے بازگشت ہیں، اور ہماری اجتماعی، خاندانی ثقافت میں ان کی حدود پر مزید گفتگو کی گنجائش تھی

۔انسانی رشتے، دوستی اور معافی

دوسرا بڑا موضوع انسانی تعلقات کی نزاکت ہے۔ کتاب سچے دوست کی پہچان ("دوست ٹوٹی باڑ نہیں، کھلے پھول دیکھتا ہے")، مشکل وقت کے ساتھیوں کی قدر اور وقت کو محبت کا پیمانہ قرار دینے ("مصروفیت نہیں، ترجیح کا معاملہ ہے") پر زور دیتی ہے۔ اعتماد کو "پگھلی چاکلیٹ" سے تشبیہ دینے والا قول رشتوں کی ناقابلِ تلافی ٹوٹ پھوٹ کی عمدہ تصویر ہے۔ معافی اس حصے کا اخلاقی مرکز ہے۔ کتاب میں کم از کم تین جگہ معافی کو کمزوری کے بجائے اپنی آزادی اور خوشی کی حفاظت قرار دیا گیا ہے

، یہاں تک کہ "خود کو معاف کرنے" کی بات بھی کی گئی ہے۔ یہ نقطۂ نظر اسلامی تعلیماتِ عفو و درگزر سے بھی ہم آہنگ ہے. دلچسپ تضاد یہ ہے کہ جہاں ایک طرف معافی اور ہمدردی کی تلقین ہے، وہیں "زہریلے لوگوں"، "منفی لوگوں" اور "کم ظرفوں" سے فاصلے کے اقوال بھی کثرت سے ہیں۔ کتاب ان دونوں رویوں کے درمیان توازن کی کوئی واضح لکیر نہیں کھینچتی، اور یہ فیصلہ قاری پر چھوڑ دیتی ہے کہ کب درگزر کرنا ہے اور کب کنارہ کشی۔

روحانیت، شکر اور توکل

کتاب کی روح شکر گزاری ہے۔ "جو ہے، اس پر شکر!"، "کم میں بھی شکر گزار" اور "شکایت چھوڑیے، شکر کیجیے" کے ساتھ سورۃ الضحیٰ کی آیت "وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ" اس موضوع کو قرآنی بنیاد فراہم کرتی ہے۔ یوں مغربی مفکرین کے اقوال بھی ایک اسلامی اخلاقی دائرے میں ڈھل جاتے ہیں. توکل اور صبر کا پیغام "اللہ کے چار تحفے"، "صبر کیجیے، بڑی نعمت دیر سے آتی ہے" اور "اللہ لوگوں کو کسی وجہ سے زندگی میں لاتا ہے" جیسے صفحات میں ملتا ہے۔ "شیطان کی دکان پر قیمت چھپی ہوتی ہے" جیسا عنوان اخلاقی تنبیہ کو عام فہم اور یادگار بنا دیتا ہے. کتاب کی ایک خوبی اس کی وسیع المشربی ہے۔ رومی، مہاتما بدھ، مدر ٹریسا اور سقراط ایک ہی لڑی میں پروئے گئے ہیں، اور سب کا مشترکہ پیغام انسان دوستی ہے۔ تاہم بعض اقوال کو ان کے اصل مذہبی یا فلسفیانہ سیاق سے الگ کر کے پیش کیا گیا ہے، جس سے ان کی گہرائی کسی حد تک کم ہو جاتی ہے

۔۔امید، جدوجہد اور غلطیوں سے سیکھنا

امید اس کتاب کا سب سے روشن دھاگا ہے، جسے خان صاحب نے پیش لفظ میں "چراغ" کہا ہے۔ "امید کا چراغ کبھی نہیں بجھتا"، "ہمت نہ ہاریے، آخری چابی دروازہ کھولتی ہے" اور "ایمان: پوری سیڑھی دیکھے بغیر پہلا قدم" جیسے صفحات مایوسی کے خلاف ایک مسلسل مزاحمت ہیں۔ چراغ، لالٹین، سرنگ کے آخر کی روشنی اور طلوعِ آفتاب کی تصاویر اس پیغام کی بصری علامتیں ہیں۔ غلطی کو ناکامی کے بجائے استاد سمجھنے کا تصور بار بار آتا ہے: "غلطیوں کو بوجھ نہیں، سیڑھی بنائیے"، "آخری غلطی، بہترین استاد" اور زگ زگلر کا وہ قول کہ ناکامی راستے کا موڑ ہے، بند گلی نہیں۔ "نہیں کر سکتا" سے "کر دکھایا" تک کی سیڑھی والی تصویر اس پورے فلسفے کا خلاصہ ہے. اس موضوع کی کمزوری یہ ہے کہ کامیابی کو تقریباً مکمل طور پر فرد کے رویے اور ارادے سے جوڑ دیا گیا ہے۔ "تقدیر انتظار نہیں، انتخاب ہے" جیسے اقوال اس وقت ادھورے لگتے ہیں جب کتاب کے آخری حصے میں وہ بچے نظر آتے ہیں جن کے پاس انتخاب کا کوئی موقع ہی نہیں۔

۔عکسِ زمانہ: سماجی حقیقت نگاری

کتاب کا سب سے قیمتی اور منفرد حصہ وہ تصاویر ہیں جو لاہور اور پاکستان کے ایک دور کی دستاویز بن گئی ہیں۔ پٹرول کے بحران میں پمپوں پر ہجوم، کیچڑ زدہ زمین پر بیٹھ کر پڑھتے سرکاری اسکول کے بچے، پتھر کوٹتے بزرگ، کچرے سے ٹماٹر چنتی سفید پوش خاتون اور لنگر کی ایک پلیٹ کے لیے دھکم پیل—یہ سب کسی اقتباس سے زیادہ بولتی ہیں۔ ان تصاویر کا موضوعاتی مرکز غربت، بچپن کی محرومی، محنت کش طبقے کی بے بسی اور حکمرانی کی ناکامی ہے۔ "کیچڑ میں بیٹھا ہمارا مستقبل" اور "ایک لیٹر پٹرول، ایک پورا دن!" جیسے عنوانات تعلیمی ترجیحات اور انتظامی نااہلی پر کھلا سوالیہ نشان ہیں۔ نہتے شہری پر لاٹھی چارج اور احتجاجی ریلیوں کی تصاویر ریاست اور شہری کے رشتے کی تلخی بھی دکھاتی ہیں۔اس حصے میں زندگی کی رونق بھی موجود ہے۔ گرمی میں نہر میں چھلانگیں لگاتے نوجوان، اسپورٹس بائیک چلاتی بزرگ خاتون اور موٹر سائیکل پر کالج جاتی طالبات لاہور کی زندہ دلی اور بدلتے سماجی رویوں کی گواہی ہیں۔ یوں "عکسِ زمانہ" صرف دکھ کی نہیں، ایک پورے معاشرے کی تصویر بن جاتا ہے

۔اسلوب، زبان اور بصری پیشکش

اردو عنوانات کتاب کی سب سے بڑی ادبی خوبی ہیں۔ "چراغ سے چراغ جلتا ہے"، "ہوا نہیں بدلتی، بادبان بدلیے" اور "قلم نہ سہی، ربڑ ہی بن جائیے" جیسے مختصر، متوازن اور ضرب المثل نما جملے انگریزی اقوال کو اردو مزاج میں ڈھال دیتے ہیں۔ یہ محض ترجمہ نہیں بلکہ تخلیقی تطبیق ہے۔ تشریحات کی زبان سادہ، رواں اور ناصحانہ ہے، جو عام قاری کے لیے موزوں ہے۔ "کیجیے" اور "رکھیے" جیسے مؤدبانہ امری صیغے کتاب کو ایک شفیق بزرگ کی نصیحت کا لہجہ دیتے ہیں۔ تاہم مسلسل ایک ہی لہجہ ساڑھے تین سو صفحات پر کہیں کہیں یکسانیت پیدا کرتا ہے. بصری اعتبار سے فی صفحہ ایک تصویر کا اصول قاری کو ہر خیال پر ٹھہرنے دیتا ہے.. آئینۂ خیال و عکسِ زمانہ "ایک مخلص، دل سے مرتب کی گئی کتاب ہے جو اپنے مقصد میں کامیاب ہے: قاری کو لمحہ بھر رک کر سوچنے پر آمادہ کرنا۔ اس کی اصل قدر اقوال میں کم اور ان تصاویر میں زیادہ ہے جو 2012ء سے 2025ء کے پاکستان کی سماجی یادداشت محفوظ کرتی ہیں۔ اقوال کا حصہ قاری کو بہتر انسان بننے کی تلقین کرتا ہے اور تصاویر کا حصہ اسے بہتر معاشرہ بنانے کی ذمہ داری یاد دلاتا ہے

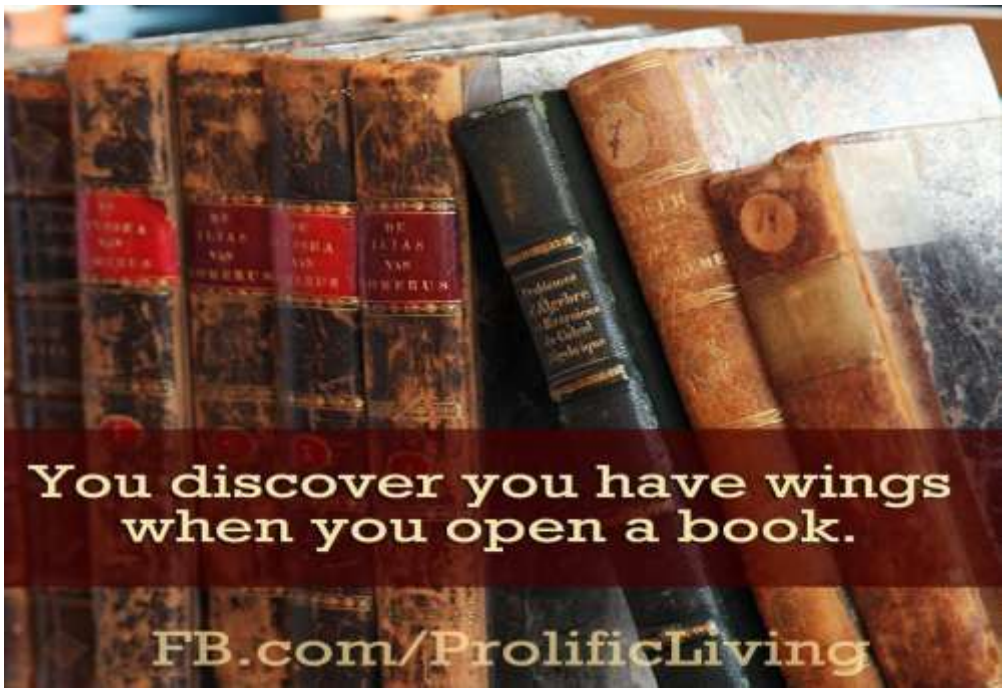
المختصر آئینۂ خیال و عکسِ زمانہ » ایک ایسی کتاب ہے جو انسان کو ظاہر سے باطن کی طرف سفر کرنے پر ابھارتی ہے۔ یہ کتاب معاشرتی تلخیوں کو دکھاتے ہوئے بھی مایوسی پھیلانے کے بجائے امید کا دیا جلاتی ہے۔ یہ کتاب مطالعے کی میز پر رکھنے کے ساتھ ساتھ اپنے رویوں اور فکر و عمل پر نظر ثانی کرنے کا ایک بہترین ذریعہ ہے۔ مؤلف کا یہ کاوش واقعی علمی، ادبی اور انسانی قدروں کا ایک انمول تحفہ ہے

خالد غزالی

سابق چیف سائنٹسٹ

پاکستان اٹامک انرجی کمیشن

اکستان



کتاب کھولو، پرواز کے پر پاؤ!

کتاب محض کاغذ کا مجموعہ نہیں بلکہ خیال کی پرواز کا ذریعہ ہے۔ جب ہم کتاب کھولتے ہیں تو ذہن کی بند کھڑکیاں کھلنے لگتی ہیں۔ مطالعہ انسان کو اپنی ذات کی حدود سے نکال کر علم و آگہی کے وسیع آسمان تک لے جاتا ہے۔



YOU SHOULD BE THE WRITER OF YOUR OWN LIFE STORY.....NO ONE ELSE

....

"**NEVER LET ANYONE ELSE SCRIPT THE JOURNEY OF YOUR LIFE.YOU ARE THE TRUE AUTHOR — HOLD THE PEN WITH PURPOSE, WRITE WITH PASSION, AND SHAPE EVERY CHAPTER ACCORDING TO YOUR DREAMS.YOUR STORY IS YOURS ALONE; DO NOT LET ANYONE DICTATE ITS LINES."**

آپ اپنی زندگی کے فیصلے خود کریں اور کسی کو اس میں دخل انداز نہ ہونے دیں۔جب زندگی اپ کی ہے تو کوئی آپ سے اپ کی زندگی کا یہ اختیار کیوں چھینے۔اللہ تعالی نے اپ کو نیکی اور بدی کے راستے بتا کر اپ کو خود سے راستہ متعین کرنے کی ازادی دی ہے۔یہ حق کسی اور کو نہ دین



YOU HAVE THE STRENGTH TO CAPTURE YOUR DREAMS

“EVEN IN YOUR DARKEST TIMES, YOUR INNER FLAME NEVER
DIES. RISE AGAIN — RESILIENCE IS YOUR POWER AND HOPE

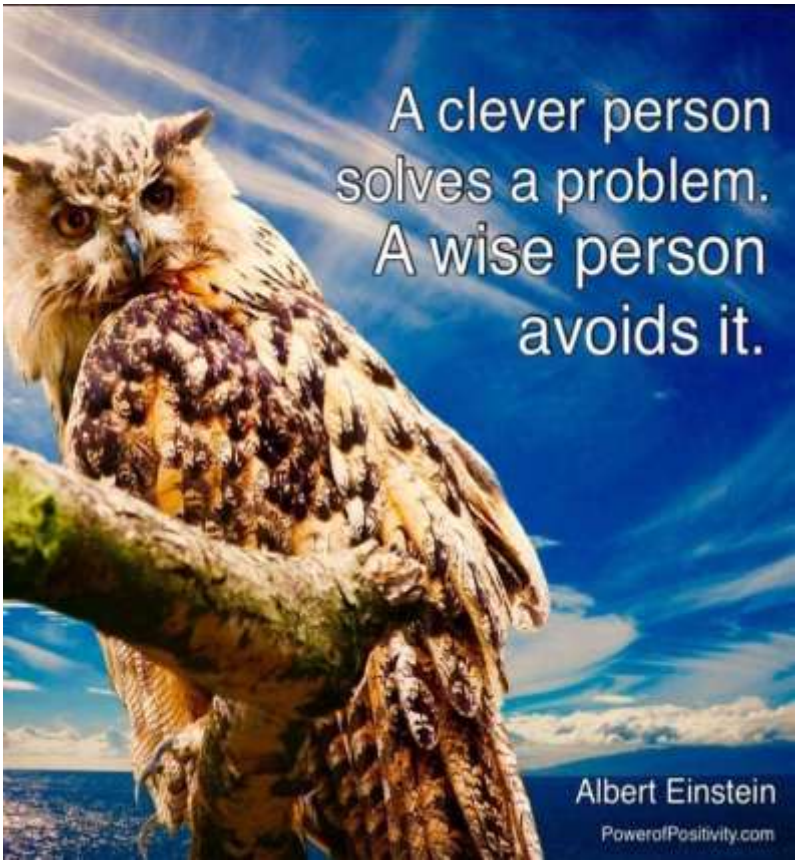
(تیر گی کے بدترین لمحات میں بھی اپ کے باطن کی روشنی ہمیشہ فروزاں رہتی ہے۔اور یہی وہ قوت ہے جو آپ کو گرنے کے بعد دوبارہ اُٹھ کھڑے ہونے کے لئے تیار کرتی ہے اور آپ جدوجہد کو ترک نہیں کرتے۔ثابت قدمی ہی اصل قوت ہے اور امید ایک روشن سہارا)



SOCIAL ISOLATION- A SILENT KILLER.?

Social isolation silently damages mental health, increasing the risk of depression, anxiety, suicidal thoughts, and cognitive decline while disrupting stress hormones, weakening immunity, and pushing people toward unhealthy coping habits. It affects all ages—reducing learning ability, productivity, emotional balance, and even life expectancy—often creating a vicious cycle of loneliness and worsening well-being. Strong social connections aren't optional; they are essential for mental resilience, physical health, and a longer, healthier life.

سماجی تنہائی خاموشی سے ذہنی وجسمانی صحت کو کھوکھلا کرتی ہے۔ یہ ڈپریشن، اضطراب اور خودکشی کے خیالات بڑھاتی، قوتِ مدافعت کمزور کرتی اور غیر صحت مند عادتوں کو جنم دیتی ہے۔ ہر عمر میں یہ سیکھنے، کام کرنے، جذباتی توازن اور حتیٰ کہ عمر پر منفی اثر ڈالتی ہے۔ مضبوط سماجی روابط عیش نہیں بلکہ صحت مند اور متوازن زندگی کی بنیادی ضرورت ہے



چالاک مسئلہ حل کرتا ہے، دانا اسے آنے ہی نہیں دیتا

ذہانت یہ ہے کہ پیش آنے والی مشکل کا حل ڈھونڈ لیا جائے۔ مگر دانائی یہ ہے کہ دور اندیشی سے کام لے کر مشکل کو پیدا ہی نہ ہونے دیا جائے۔ احتیاط اور سوچ سمجھ کر کیا گیا فیصلہ بہت سی پریشانیوں سے بچا لیتا ہے۔ (البرٹ آئن اسٹائن)



NEVER ALLOW OTHERS TO DOMINATE YOUR PERSONALITY

BE YOURSELF. NEVER CHANGE JUST TO IMPRESS ANYONE.
THE RIGHT PEOPLE WILL LOVE YOU WITH ALL YOUR FLAWS.
IF THEY DON'T — IT'S THEIR DECISION.
STAY AUTHENTIC, STAY TRUE, AND LET THE SELECTIVE MINDS WALK AWAY.

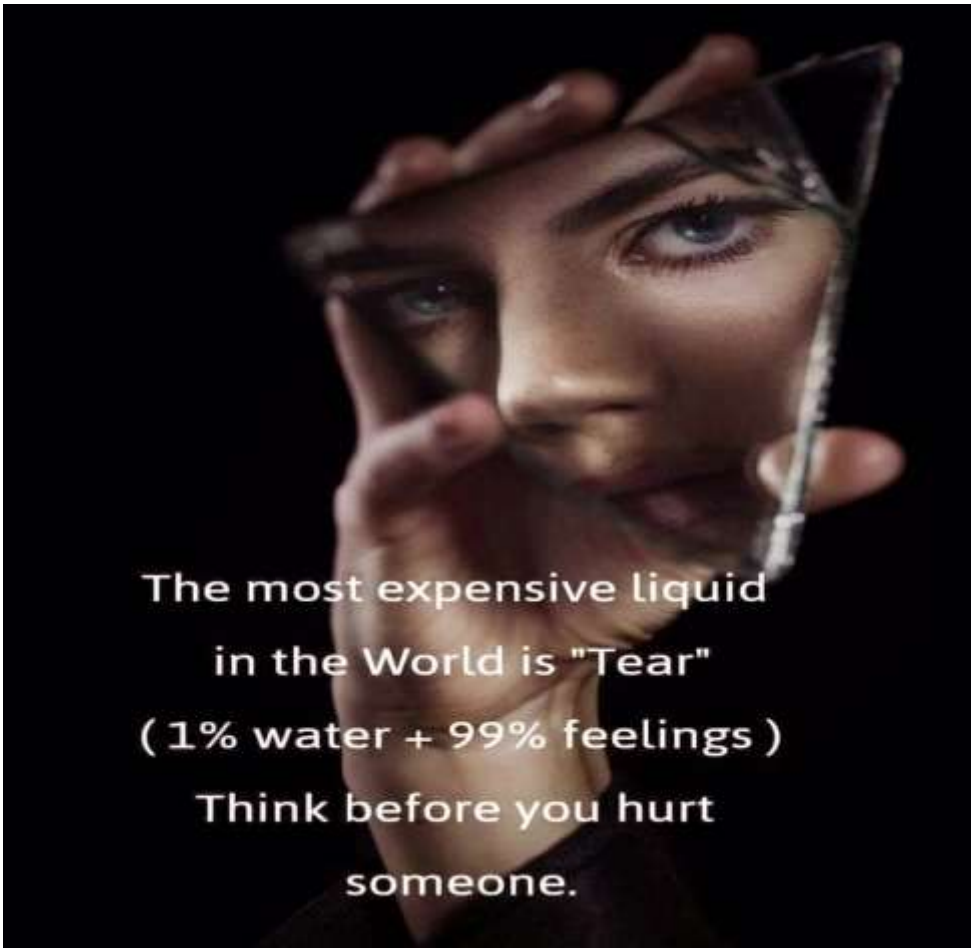
کسی بھی شخص کو یہ حق ہر گز نہ دیں کہ وہ آپ کی شخصیت پر اثر انداز ہو اور اپنی پسند کے مطابق اسے تبدیل کرنا چاہے۔ جس کسی نے آپ کی موجودہ شخصیت کے ساتھ آپ سے رابطے میں رہنا ہے رہے ۔ورنہ اسے اپنی زندگی سے نکال باہر کریں۔ یہ آپ کی زندگی ہے۔ اپنی مرضی سے بسر کریں



TRUST IN ALLAH-THE ULTIMATE GAME CHANGER

کبھی کبھی، زندگی کے اس سفر میں، قدرت آپ کے بنائے ہوئے تمام منصوبوں کو بری طرح ہلا کر رکھ دیتی ہے

اور آپ کو اس مقام پر کھڑا کر دیتی ہے جہاں آپ کو اصل میں ہونا چاہیے تھا۔ یہ سب کچھ اللہ کی مرضی سے ہوتا ہے، ایک اچھی وجہ سے، لہذا آپ اللہ پر بھروسہ کریں اور آپ کی زندگی بہتر ہو جائے گی۔



آنسو: دنیا کا سب سے قیمتی قطرہ

آنسو میں پانی تو صرف ایک فیصد ہوتا ہے، باقی سب احساسات ہوتے ہیں۔ کسی کا دل دکھا کر اس کی آنکھ میں آنسو لانا معمولی بات نہیں۔ بولنے اور برتاؤ سے پہلے سوچ لیجیے کہ کہیں آپ کسی کا دل تو نہیں توڑ رہے۔



رہنماوہ، جو ٹیم کو سوچنا سکھائے

اگر آپ کی ٹیم آپ کی اجازت کے بغیر ایک قدم نہیں اٹھا سکتی تو آپ رہنمائی نہیں، صرف نگرانی کر رہے ہیں۔ حقیقی رہنما اپنے ساتھیوں کو اعتماد اور اختیار دیتا ہے۔ وہ ایسی ٹیم بناتا ہے جو خود سوچے، خود فیصلہ کرے اور ذمہ داری اٹھائے۔



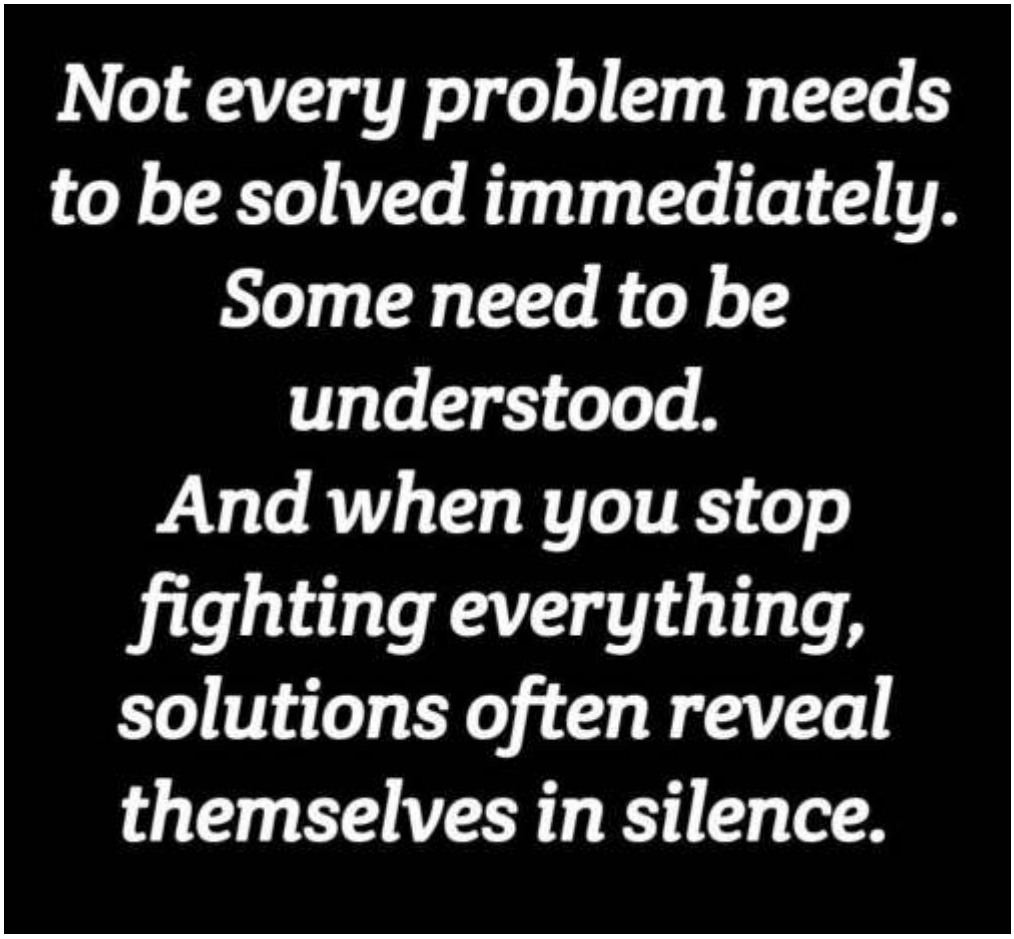
محبت احساس ہے، سودا نہیں

محبت اور خیال کے بغیر زندگی بے رنگ ہے۔ یہ سب کو دیجیے مگر بدلے کی امید نہ رکھیے، کیونکہ محبت لین دین کا سودا نہیں بلکہ دل کا احساس ہے۔ جیسے چراغ بغیر صلے کے روشنی دیتا ہے، ویسے ہی محبت بانٹیے۔



صبر کیجیے، بڑی نعمت دیر سے آتی ہے

کبھی کبھی انتظار اس لیے طویل ہو جاتا ہے کہ ملنے والی نعمت بہت بڑی ہوتی ہے۔ صبر کا پھل میٹھا ہی نہیں، بڑا بھی ہوتا ہے۔ اللہ پر بھروسہ رکھیے، ہر تاخیر میں کوئی حکمت چھپی ہوتی ہے۔



ہر مسئلہ فوری حل نہیں، کچھ سمجھنے کے لیے ہوتے ہیں

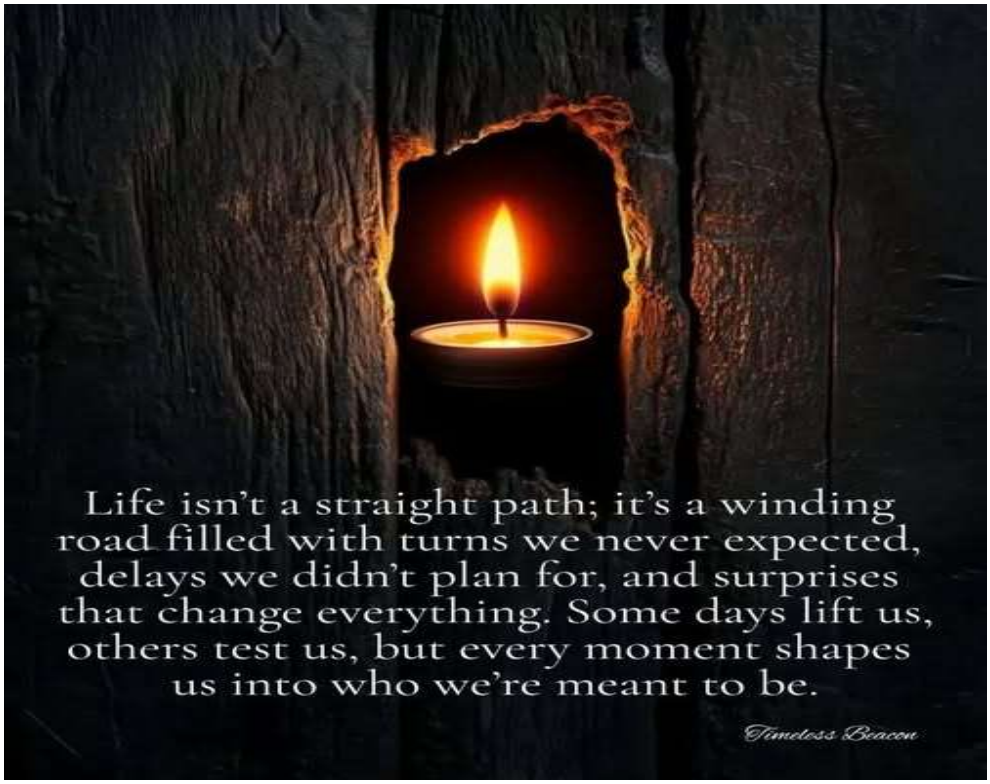
ہر الجھن کو فوراً سلجھانے کی ضد ذہنی دباؤ بڑھا دیتی ہے۔ کچھ مسائل صبر اور سمجھ مانگتے ہیں۔ جب ہم ہر چیز سے لڑنا چھوڑ دیتے ہیں تو اکثر خاموشی میں ہی حل خود سامنے آجاتا ہے۔



NO ONE CAN TAKE CARE OF YOU EXCEPT YOU...SO NEVER LOOK FOR OTHERS.

اپنا خیال خود رکھیے

اس دنیا میں ہر کوئی اپنی فکر میں مصروف ہے۔ آپ کی صحت، سکون اور خوشی کی ذمہ داری سب سے پہلے آپ کی اپنی ہے۔ دوسروں کے سہارے کا انتظار کرنے کے بجائے خود اپنا مضبوط سہارا بنیے۔



Life unfolds limitless opportunities for profound personal growth and revitalization.

زندگی سیدھی سڑک نہیں، موڑ ہی ہمیں سنوارتے ہیں

زندگی غیر متوقع موڑوں، اچانک رکاوٹوں اور حیران کن تبدیلیوں سے بھرا راستہ ہے۔ کچھ دن ہمیں بلندی دیتے ہیں اور کچھ آزماتے ہیں۔ مگر ہر لمحہ ہمیں تراش کر وہ انسان بناتا ہے جو ہمیں بننا ہے۔



USE WEAPON OF "HOPE" FREQUENTLY
“WHEN LIFE DIMS IN UNCERTAINTY, CHOOSE HOPE AGAIN AND AGAIN FOR HOPE IS THE FLAME THAT NEVER DIES,
THE LIGHT THAT GUIDES YOU THROUGH DARKNESS,
AND THE STRENGTH THAT HELPS YOU RISE AGAIN

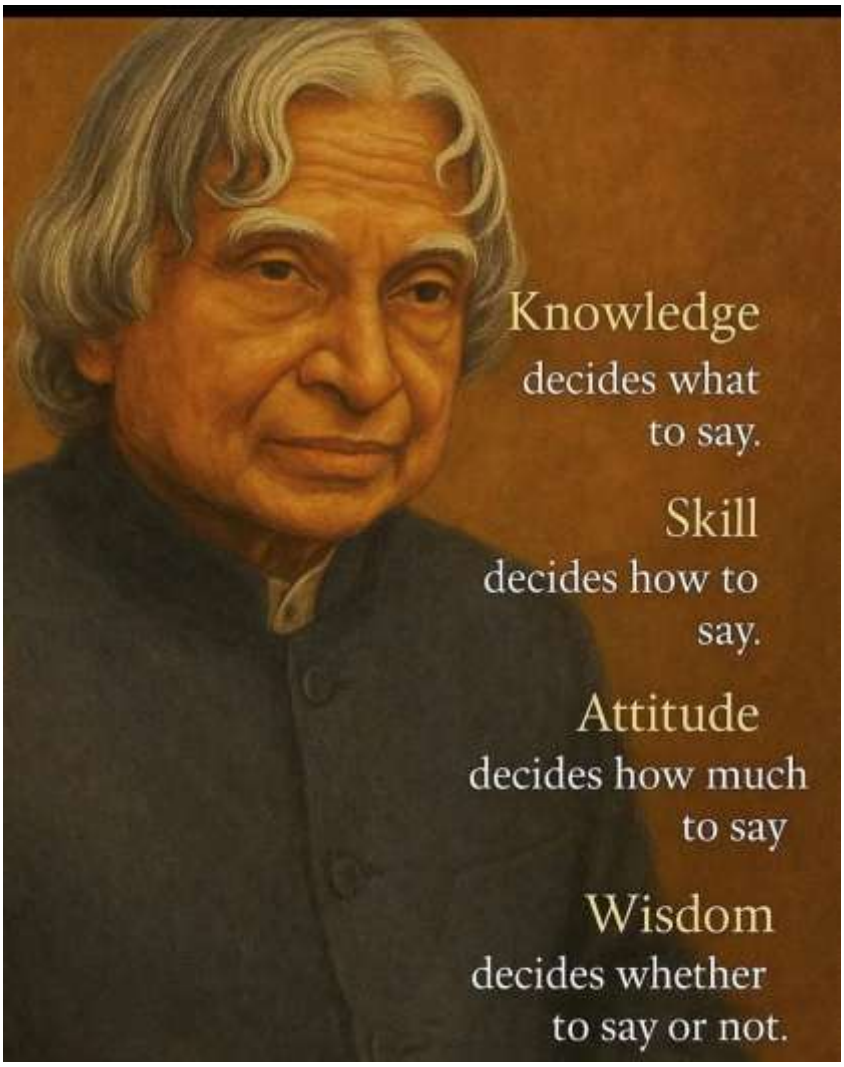
امید کا چراغ کبھی نہیں بجھتا

جب زندگی بے یقینی کے اندھیروں میں گھر جائے تو بار بار امید کا انتخاب کیجیے۔ امید وہ لو ہے جو کبھی نہیں بجھتی اور اندھیرے میں راستہ دکھاتی ہے۔ یہی وہ طاقت ہے جو گر کر دوبارہ اٹھنے کا حوصلہ دیتی ہے۔



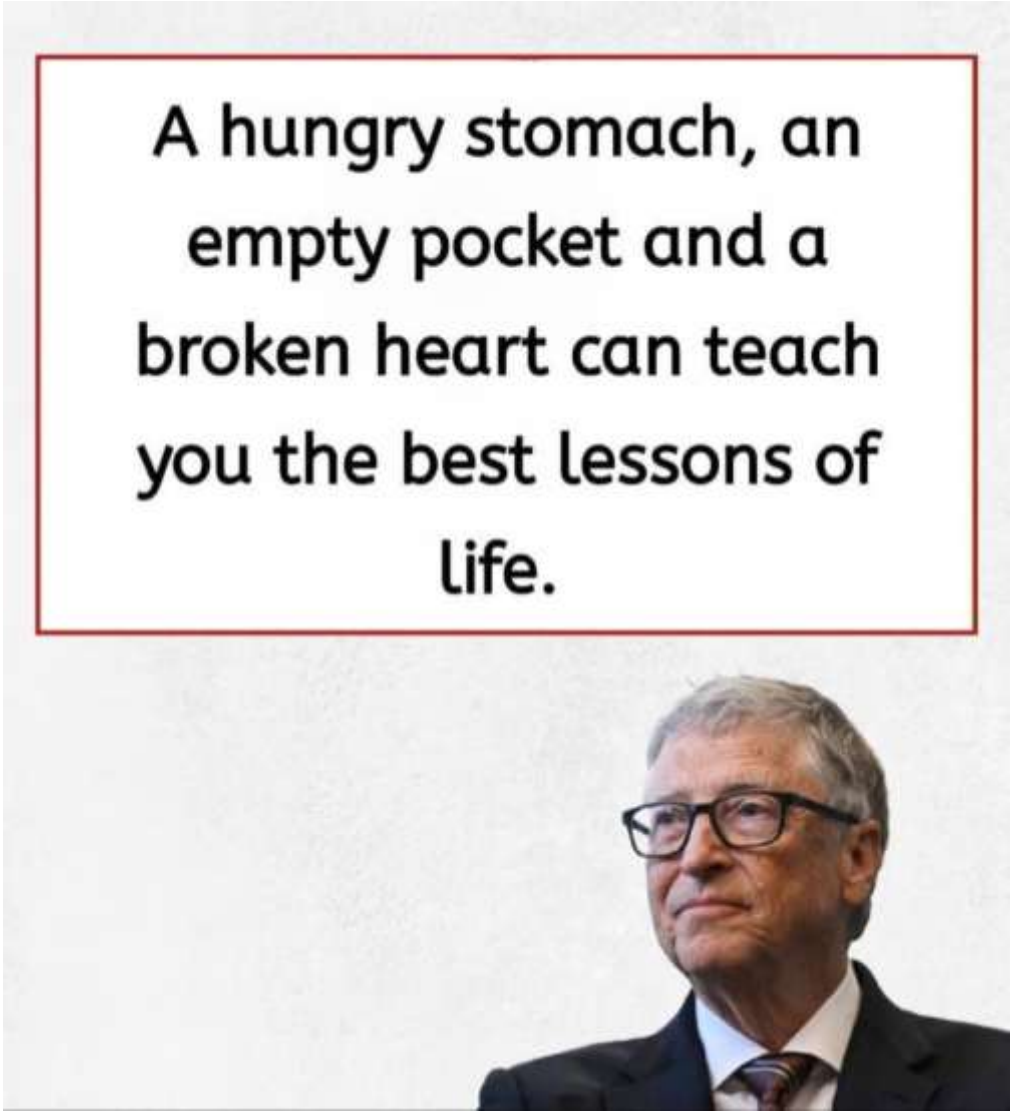
ایک مسکراہٹ، ایک لفظ، ایک انسان — اور زندگی بدل جائے

ایک مسکراہٹ دوستی کا آغاز کر سکتی ہے اور ایک نرم لفظ جھگڑا ختم کر سکتا ہے۔ ایک گرمجوش معانقہ ٹوٹتے رشتے کو بچا سکتا ہے۔ اور کبھی ایک ہی مخلص انسان پوری زندگی کا رخ بدل دیتا ہے۔



علم، ہنر، رویہ اور حکمت — گفتگو کے چار ستون

علم بتاتا ہے کہ کیا کہنا ہے، ہنر سکھاتا ہے کہ کیسے کہنا ہے۔ رویہ طے کرتا ہے کہ کتنا کہنا ہے۔ مگر حکمت یہ فیصلہ کرتی ہے کہ کہنا بھی ہے یا خاموش رہنا ہے — اور یہی سب سے بڑی دانائی ہے۔



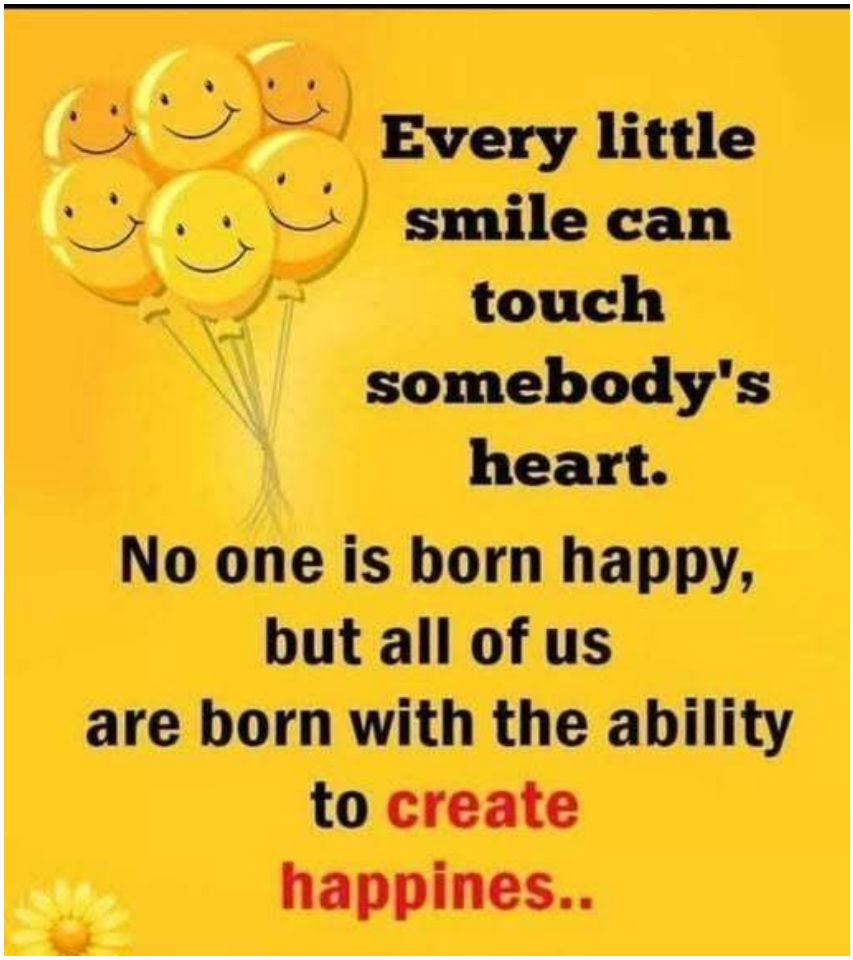
بھوک، خالی جیب اور ٹوٹا دل — زندگی کے بڑے استاد

آسائش کے دن سکون تو دیتے ہیں مگر سبق کم سکھاتے ہیں۔ بھوک صبر سکھاتی ہے، تنگدستی قدر سکھاتی ہے اور ٹوٹا دل انسان کو پہچاننا سکھاتا ہے۔ مشکل وقت دراصل زندگی کی سب سے سخت مگر سب سے سچی درسگاہ ہے۔



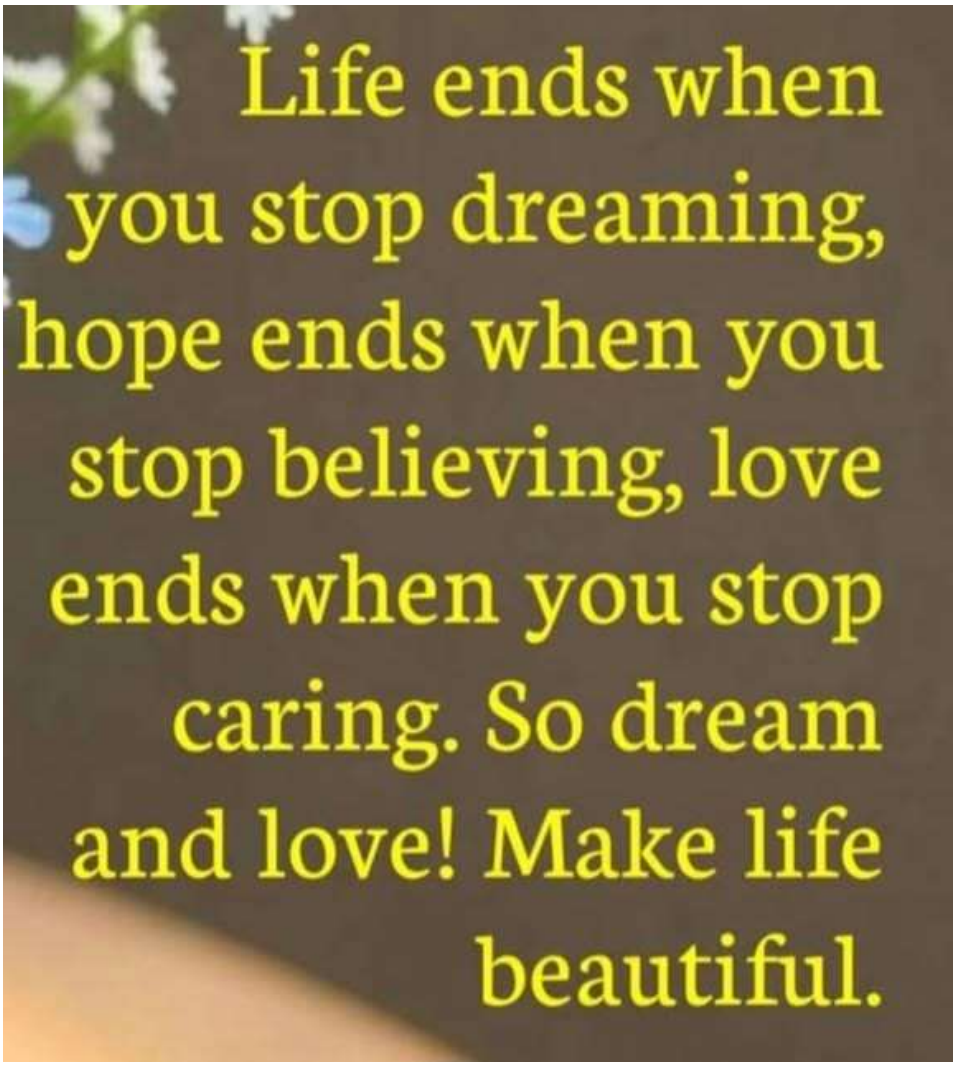
لوگ باتیں کرنے لگیں تو سمجھیے آپ بڑھ رہے ہیں

جب آپ ترقی کی راہ پر آگے بڑھتے ہیں تو کچھ لوگوں کو یہ بات ہضم نہیں ہوتی اور وہ آپ کے خلاف باتیں بنانے لگتے ہیں۔ ایسی تنقید اس بات کی علامت ہے کہ آپ نمایاں ہو رہے ہیں۔ دل چھوٹا نہ کیجیے، اپنا سفر جاری رکھیے۔



خوشی پیدائشی نہیں، تخلیق کی جاتی ہے

کوئی بھی خوش پیدا نہیں ہوتا، مگر ہر انسان میں خوشی پیدا کرنے کی صلاحیت موجود ہے۔ ایک چھوٹی سی مسکراہٹ بھی کسی کے دل کو چھو سکتی ہے۔ مسکراہٹیں بانٹیے، خوشیاں خود لوٹ کر آئیں گی



خواب دیکھیے، محبت کیجیے، زندگی سنواریے

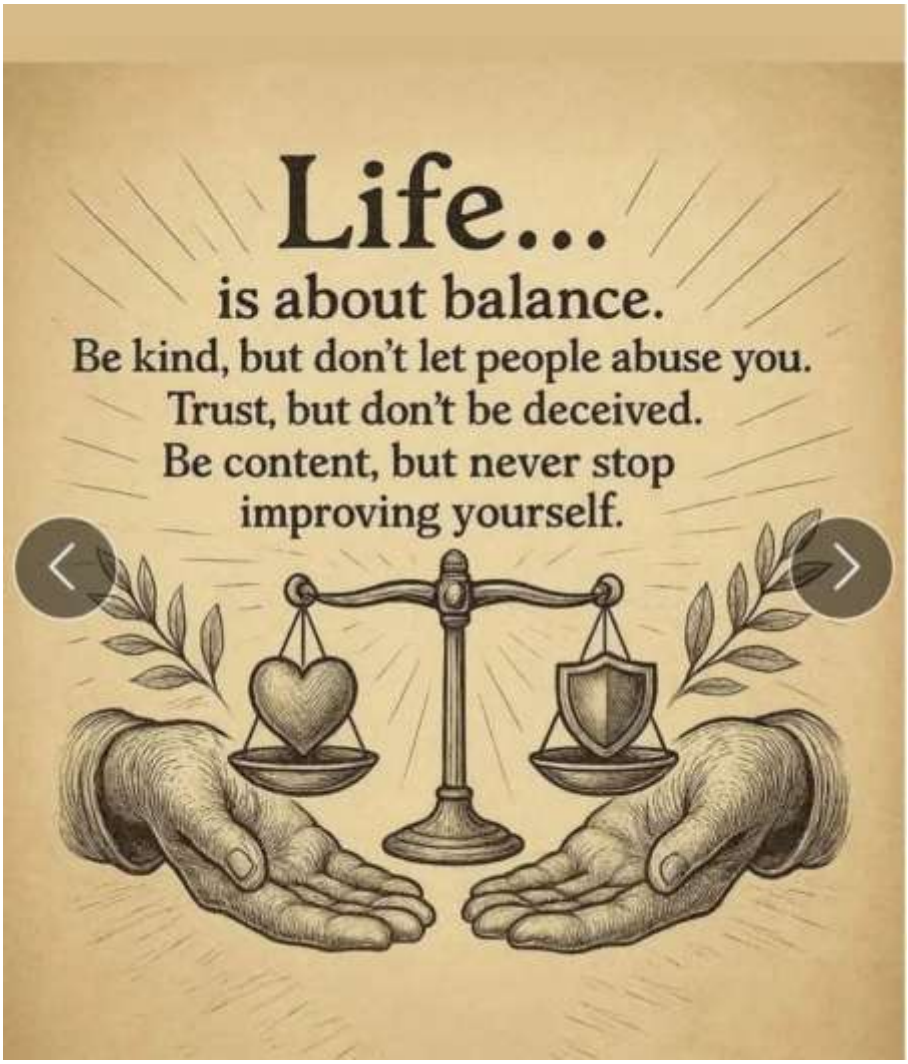
جب خواب دیکھنا چھوڑ دیں تو زندگی تھم جاتی ہے، یقین ٹوٹ جائے تو امید مر جاتی ہے، اور پرواختم ہو جائے تو محبت بھی ختم ہو جاتی ہے۔ اس لیے خواب اور محبت کو زندہ رکھیے۔ یہی دو چیزیں زندگی کو حسین بناتی ہیں



If you want to change the world, go home and love your **family.**

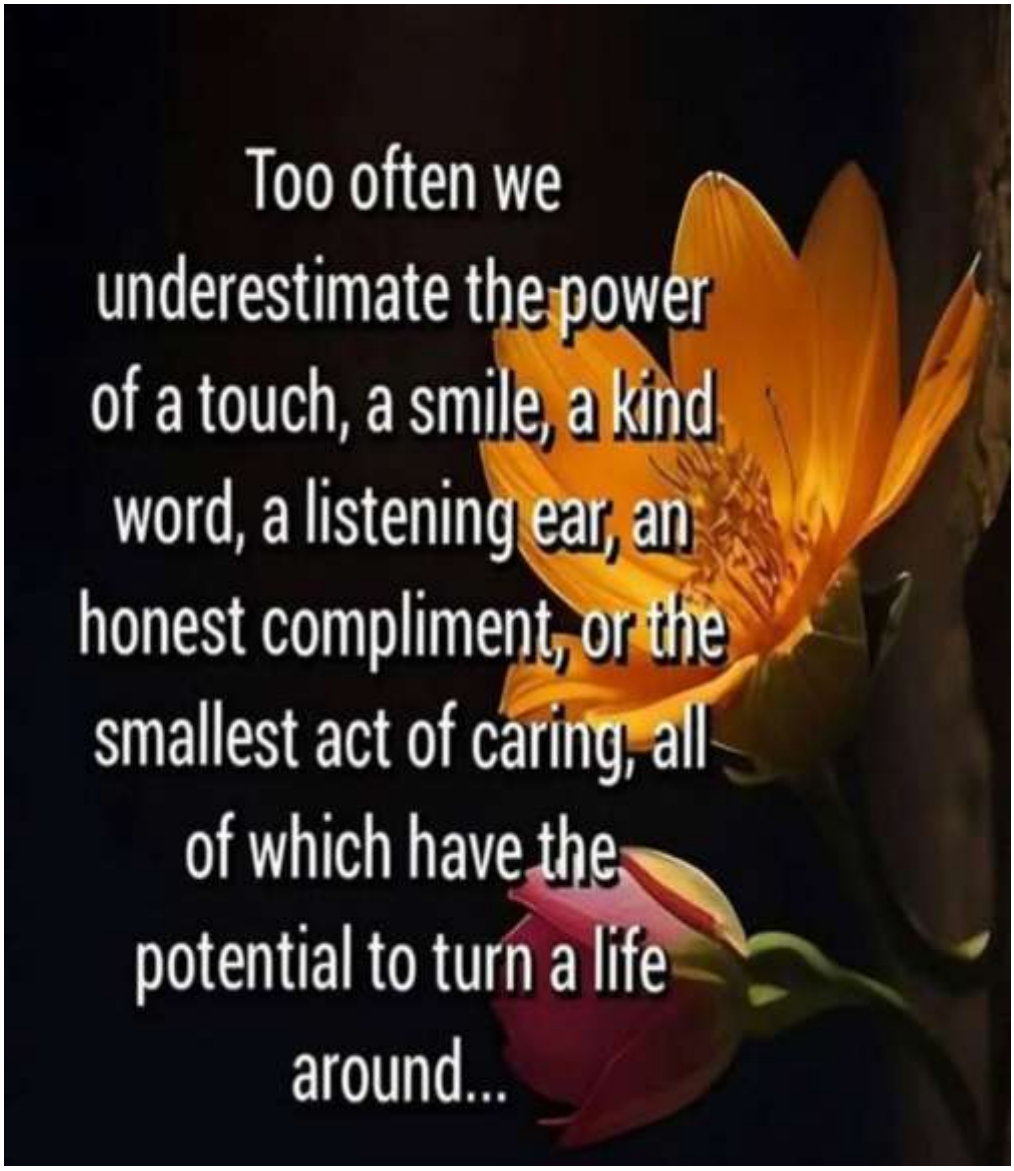
دنیا بدلنی ہے؟ گھر سے آغاز کیجیے

معاشرے کی اصلاح کا پہلا قدم اپنے گھر سے اٹھتا ہے۔ جو شخص اپنے گھر والوں کو محبت، وقت اور توجہ دیتا ہے، وہ ایک بہتر معاشرے کی بنیاد رکھتا ہے۔ خاندان ہی ہماری ذات کا مرکز اور سب سے بڑا سہارا ہے۔



زندگی: توازن کا نام

مہربان بنیے مگر کسی کو اپنا استحصال نہ کرنے دیجیے، بھروسہ کیجیے مگر دھوکا نہ کھایئے۔ قناعت اختیار کیجیے مگر خود کو بہتر بنانے کی کوشش کبھی نہ چھوڑیے۔ متوازن رویہ ہی صحت مند اور پر سکون زندگی کی ضمانت ہے۔



ایک لمس، ایک مسکراہٹ—زندگی کا رخ بدل سکتی ہے

ہم اکثر ایک لمس، ایک مسکراہٹ، ایک میٹھے بول یا توجہ سے سننے کی طاقت کو کم سمجھتے ہیں۔ ایک سچی تعریف یا معمولی سی ہمدردی بھی کسی کی زندگی بدل سکتی ہے۔ کسی نیکی کو چھوٹا نہ سمجھیے



ESSENCE OF HAPPY LIFE. CONTEND WHAT YOU HAVE AND OTHERS HAVE NOT.....AND THANK TO ALLAH FOR HIS BLESSINGS

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ

اللہ کی نعمتیں — ایمان، عقل، خاندان، صحت، رزق اور سورج کی روشنی — ہمارے چاروں طرف بکھری ہیں۔ سورۃ الضحیٰ (۹۳:۱۱) میں حکم ہے کہ اپنے رب کی نعمتوں کا ذکر کرو۔ جو ملا ہے اس پر قناعت اور شکر ہی خوشگوار زندگی کا راز ہے۔



YOU SHOULD BE PROUD OF YOUR STRUGGLE .....

“YOUR JOURNEY OF SUCCESS IS BUILT ON MANY SMALL WINS. NEVER FORGET HOW FAR THOSE STEPS HAVE BROUGHT YOU WHERE YOU ARE NOW

YOU’VE DONE AMAZING —TRUST IN YOU & BE PROUD OF YOURSELF

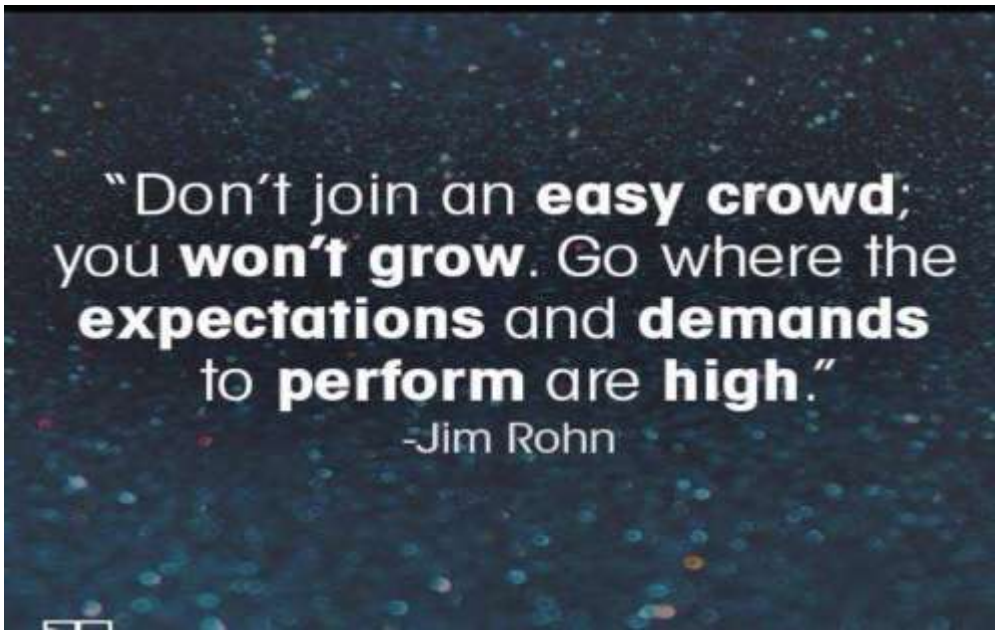
”نہیں کر سکتا“ سے ”کر دکھایا“ تک

کامیابی کا سفر ایک دم نہیں، چھوٹی چھوٹی کامیابیوں کی سیڑھیوں سے طے ہوتا ہے۔ انکار سے خواہش، کوشش اور پھر کامیابی تک ہر قدم قابلِ فخر ہے۔ اپنی جدوجہد پر فخر کیجیے اور خود پر بھروسہ رکھیے۔



اعتماد، عزت، وفا—ایک ٹوٹا تو تینوں گئے

اعتماد محنت سے کمایا جاتا ہے، عزت دل سے دی جاتی ہے اور وفا عمل سے ثابت ہوتی ہے۔ یہ تینوں ایک ہی زنجیر کی کڑیاں ہیں۔ ان میں سے کسی ایک کے ساتھ بے وفائی پورے رشتے کو ختم کر دیتی ہے



آسان راہوں کے مسافر بلندی نہیں چھوتے

آرام دہ ماحول اور کم توقعات والے لوگوں میں رہ کر انسان کی صلاحیتیں زنگ آلود ہو جاتی ہیں۔ ترقی وہیں ہوتی ہے جہاں معیار بلند اور تقاضے سخت ہوں۔ اپنے لیے ایسی صحبت چنیے جو آپ کو بہتر بننے پر مجبور کرے

۔(جم رون



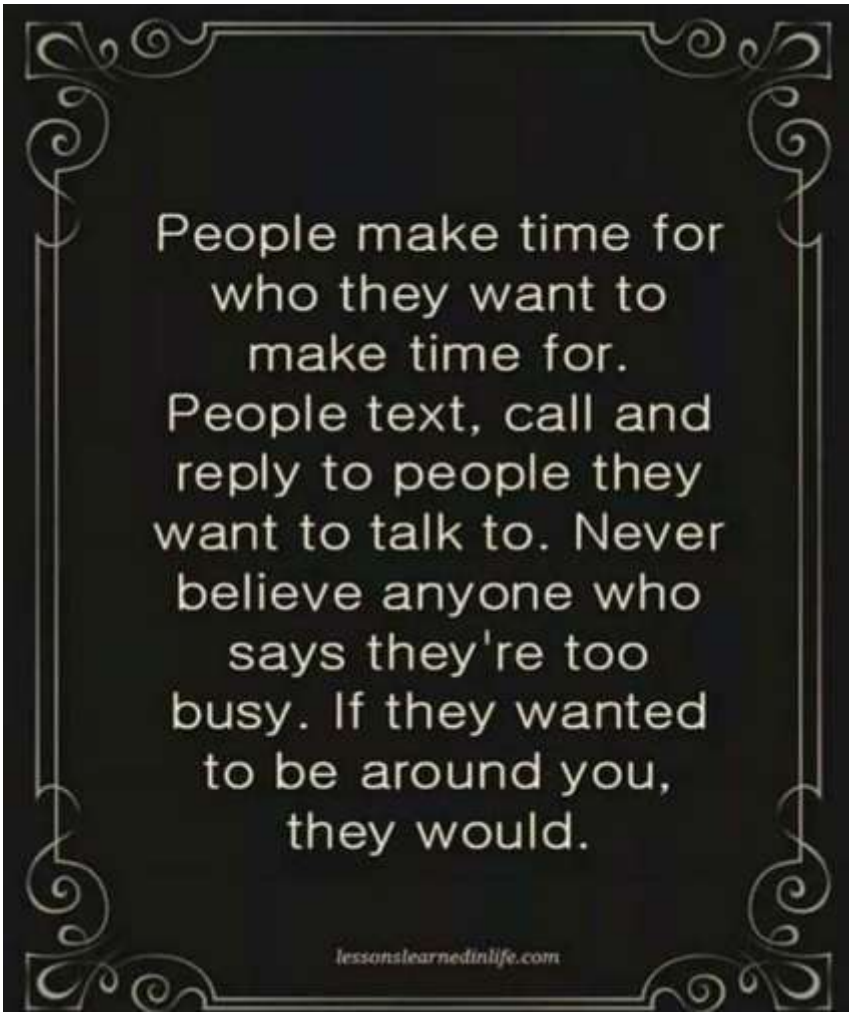
غلطیوں کو بوجھ نہیں، سیڑھی بنایئے

ماضی کی غلطیوں کو کندھوں پر اٹھائے پھرنا انسان کو تھکا دیتا ہے۔ عقلمند وہ ہے جو ان سے سبق لے کر انہیں قدموں تلے رکھ دے۔ یوں ہر غلطی آگے بڑھنے کے لیے ایک مضبوط پتھر بن جاتی ہے۔



خوش رہیے، اپنے جیسے رہیے

ہر شخص کو خوش کرنا ممکن نہیں، اور نہ ہی زندگی کا یہ مقصد ہے۔ اگر کسی کو آپ کا انداز پسند نہیں تو یہ اس کا اختیار ہے۔ آپ اپنی اصل پہچان کے ساتھ جیئیں اور اپنے سکون کو دوسروں کی پسند ناپسند کا محتاج نہ بنائیں۔



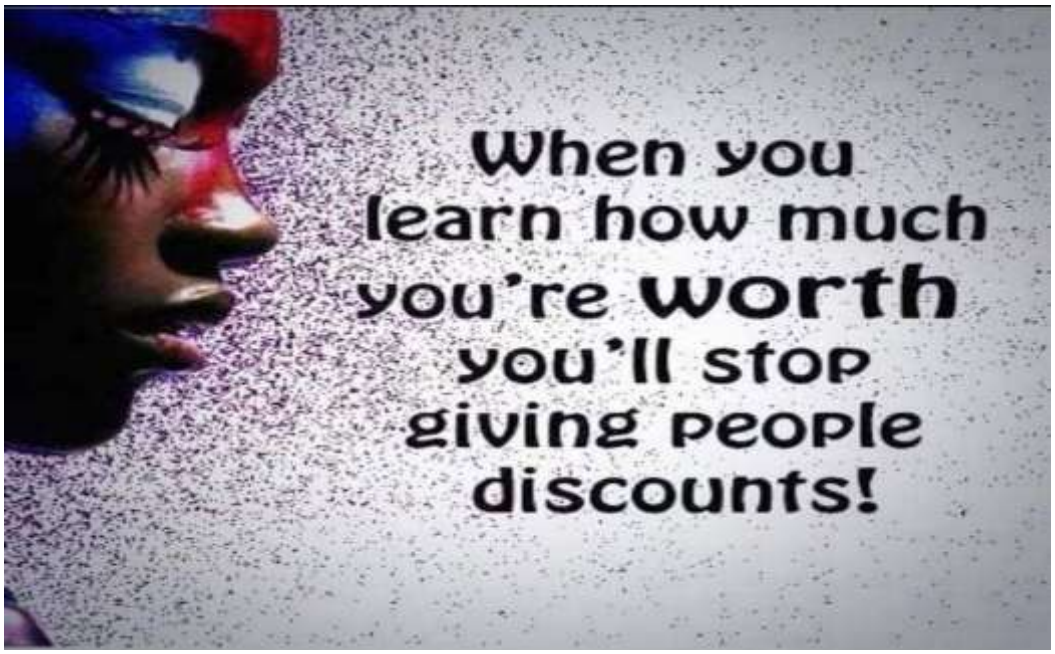
مصروفیت نہیں، ترجیح کا معاملہ ہے

لوگ انہی کے لیے وقت نکالتے ہیں جنہیں وہ اہم سمجھتے ہیں۔ جس سے بات کرنی ہو، اسے فون بھی ہو جاتا ہے اور پیغام کا جواب بھی۔ "بہت مصروف ہوں" اکثر ایک بہانہ ہوتا ہے؛ جو ساتھ رہنا چاہے، وہ راستہ نکال ہی لیتا ہے۔



اپنی زندگی کے سی ای او آپ خود ہیں

لوگوں کو جیسے وہ ہیں ویسے قبول کیجیے، مگر انہیں اپنی زندگی میں وہی مقام دیجیے جس کے وہ لائق ہیں۔ اپنی زندگی کے منتظم آپ خود ہیں۔ مخلص لوگوں کو قریب لائیے، اور جو نقصان دہ ہوں ان سے سلیقے سے فاصلہ رکھیے۔



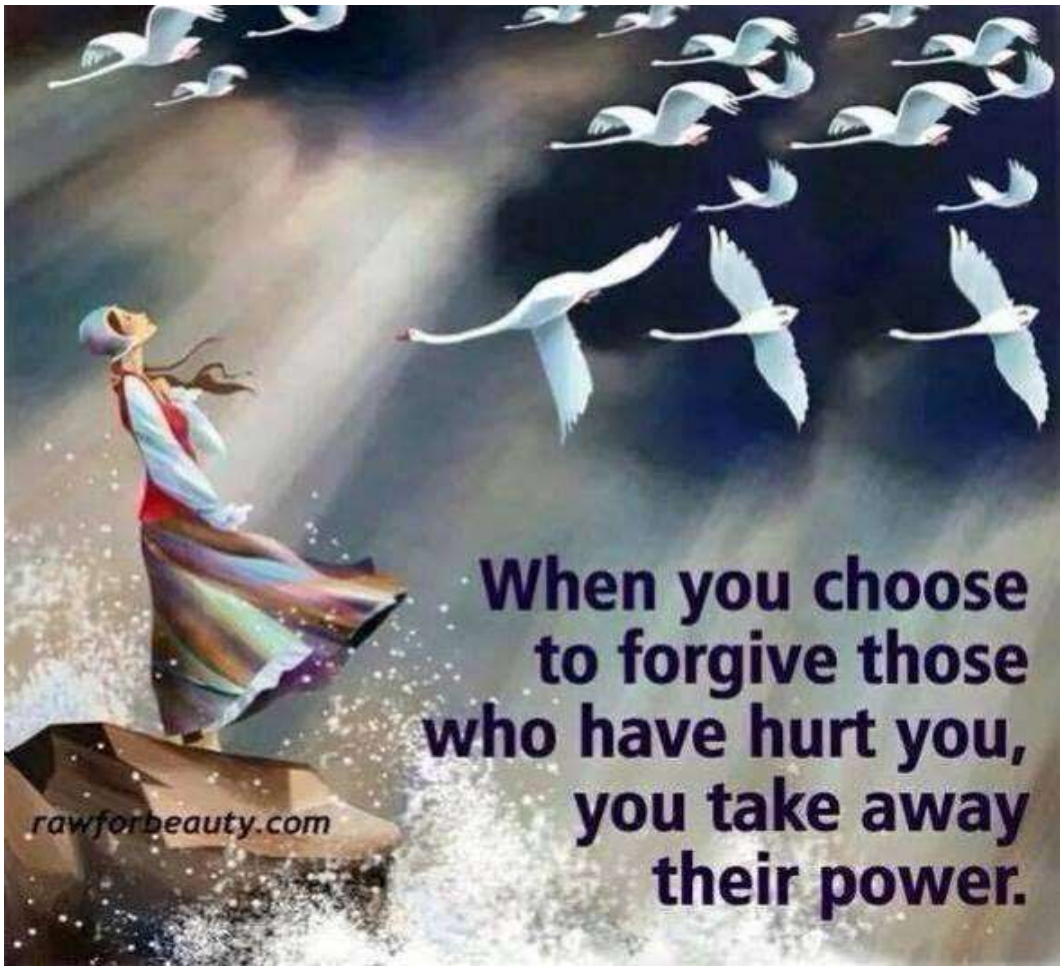
اپنی قدر پہچانیے، رعایتیں بند کیجیے

جب انسان اپنی اہمیت اور قدر پہچان لیتا ہے تو وہ ہر کسی کو اپنی عزت سے کھیلنے کی اجازت نہیں دیتا۔ بے جا قربانیاں اور بار بار در گزر دوسروں کو بے پروا بنا دیتے ہیں۔ اپنی عزتِ نفس پر سمجھوتہ نہ کیجیے



خاموش ساتھ، ہزار لفظوں سے بہتر

جب کوئی مشکل کے طوفان سے گزر رہا ہو تو اسے لمبی تقریروں کی نہیں، ساتھ کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہاتھ پر رکھا ایک ہمدرد ہاتھ لاکھوں کھوکھلے الفاظ سے زیادہ تسلی دیتا ہے۔ کبھی کبھی بس موجود ہونا ہی سب سے بڑی مدد ہے



معاف کیجیے، آزاد ہو جایئے

جو لوگ ہمیں دکھ دیتے ہیں، ان سے نفرت انہیں ہمارے دل و دماغ پر حکمرانی کا حق دے دیتی ہے۔ معاف کر دینا دراصل ان کی طاقت چھین لینا ہے۔ درگزر کمزوری نہیں بلکہ اپنی روح کو قید سے آزاد کرنے کا نام ہے



LEARN TO SAY "NO" & BE HAPPY

(Motivational Quotes)

ایک صاف اور سچی "نہیں"

آپ کی طاقت ہے—

دس خوبصورت بہانوں سے

بہت زیادہ باوقار،

بہت زیادہ مضبوط۔



LIFE IS A DRAMA...ENJOY ITS EVERY SCENE

- YOUR LIFE IS PLAYING LIVE.
- NO EDITS.
- NO SECOND TAKE.
- ENJOY THE SCENE YOU'RE IN.

زندگی کے ڈرامہ میں آپ کی حیثیت ایک اداکار کے ساتھ ساتھ ایک تماش بین کی بھی ہے
ہے۔اور یہ ایک لائیو کھیل ہے ۔کسی شاٹ کو آپ دوبارہ ادا نہیں کرسکتے لہذا آپ جس منظر میں بھی ہیں اس سے لطف اٹھائیں۔۔۔۔



EVERY MOMENT OF LIFE IS ENJOYABLE

ONE DAY YOUR SMILE WILL SHINE AGAIN.
KEEP TAKING CARE OF YOU.
THAT FUTURE DAY IS BUILT BY YOUR TODAY.

اپ کی زندگی کا ہر لمحہ قابلِ لطف ہے۔
ایک دن آپ کی مسکراہٹ پھر سے روشن ہوگی۔
خود کا خیال رکھتے رہیے۔
وہ آنے والا خوبصورت دن...
آپ کے آج سے ہی بنتا ہے۔ اس لئیے اپنے آج پر توجہ دیں



WHICH DOMINATES YOU....RISK OR SAFETY ?

RISK IS THE DOORWAY TO REAL LIFE. WHEREAS .
SAFETY IS A BEAUTIFUL TRAP THAT SLOWLY KILLS YOUR DREAMS.

"خطرہ" حقیقی زندگی کا دروازہ ہے
جبکہ" تحفظ " ایک خوبصورت جال ہے۔
جو آہستہ آہستہ
آپ کےخوابوں کو کچل کر اپ کی زندگی کا حسن تک چھین لیتا ہے



NEVER WORRY OF THE PROBLEMS

PROBLEMS ARE TEMPORARY —
THEY COME TO TEACH, NOT TO STAY.
ONCE THE LESSON IS WRITTEN,
THEY QUIETLY LEAVE YOUR LIFE.

کبھی بھی مسائل کو اپنے سر پر سوار نہ کریں ہ مسائل کی نوعیت ہمیشہ عارضی ہوتی ہے۔اور زندگی میں تعلیم دینے کے لئے آتے ہیں۔مستقل طور پر قیام کے لئے نہیں ۔ایک بار جب سبق لکھا جاتا ہےتو وہ خاموشی سے آپ کی زندگی چھوڑ دیتے ہیں۔



A STRONG MIND CREATES A STRONG LIFE.

FILL YOUR THOUGHTS WITH POWER, AND SUCCESS WILL FIND YOU. 🔥

مضبوط ذہن ہی مضبوط زندگی کی بنیاد ہے۔جب اپ مثبت خیالات و تخلیات کو اپنے دماغ میں جگہ دے کر عمل پیرا ہوں گے تو کامیابی خود آپ تک پہنچ جائے گی



TIME — A GIFT BEYOND MEASURE 🌟

“GIVE YOUR TIME TO THE MOMENTS THAT SET YOUR HEART AGLOW,FOR THESE ARE THE MEMORIES THAT LIVE FOREVER IN YOUR SOUL.

اپ کے گزرتے لمحات تب ہی حقیقتاً یاد گار بنتے ہی جب وہ دل کی گہرائیوں میں اتر کر احساسات کو چھولیں، ہمارے اندر کوئی تبدیلی پیدا کریں، یا ہماری اقدار اور ترجیحات سے ہم آہنگ ہوں۔
ایسے لمحات اکثر با معنی رشتوں، ذاتی کامیابیوں، یا غیر معمولی تجربات سے جنم لیتے ہیں—اور پھر اپنی خوشبو ہمارے سفر زندگی پر ہمیشہ کے لیے چھوڑ جاتے ہیں۔



HUMAN REFLECTIONS IN DIFFERENT SITUATIONS

"LIFE MEASURES YOU IN TWO WAYS:

BY YOUR CALM STRENGTH WHEN YOU HAVE NOTHING LEFT,

AND BY YOUR CHARACTER WHEN YOU'RE BLESSED WITH MORE THAN YOU EVER IMAGINED."

"زندگی تمہیں دو پیمانوں سے پرکھتی ہے:
ایک تمہاری خاموش قوت جب تمہارے پاس کچھ بھی نہ ہو،
اور دوسرا تمہارا کردار جب تمہیں وہ نعمتیں مل جائیں
جن کا تم نے کبھی تصور بھی نہ کیا ہو۔"



PURPOSE IN LIFE ..A DRIVING FORCE

WHEN YOUR HEART FINDS PURPOSE,PASSION BECOMES YOUR POWER.

- **NO PUSH.**
- **NO PRESSURE.**
- **JUST PURE DRIVE**.

(جب زندگی میں کسی مقصد کا تعین ہو جائے تو پھر
جذبہ طاقت بن جاتا ہے اور پھر نہ کسی سہارے کی ضرورت ہوتی ہے اور نہ کسی رکاوٹ کو خاطر
میں لایا جاتا ہے۔یہی زندگی کا حسن ہے)



A GENTLE LIGHT LIVES IN YOU, SO SILENT, SO BRIGHT

.

BREATHE.,LET IT AWAKEN,,LET IT GUIDE YOU TO A BEAUTIFUL DAY.

آپ کی ذات ہی حقیقی روشنی کا منبع ہے۔یہ روشنی آپ کے اندر ایک
قوت کی حیثیت سے موجود ہوتی ہے اور آپ کی راہیں متعین کرتی ہے
۔آپ سکون سے گہری سانس لیں۔اس کو اجاگر کریں اور اپنے ہر دن کو
اپنی روح کی روشنی سے منور کریں



انسان بدلتا ہے... کھلے ذہن یا ٹوٹے دل سے

انسان عموماً دو ہی وجوہات سے بدلتا ہے۔ یا تو علم اور تجربہ اس کے ذہن کے دریچے کھول دیتا ہے، یا کوئی صدمہ اس کا دل توڑ دیتا ہے۔ دونوں صورتوں میں تبدیلی زندگی کا ایک نیا باب کھولتی ہے۔

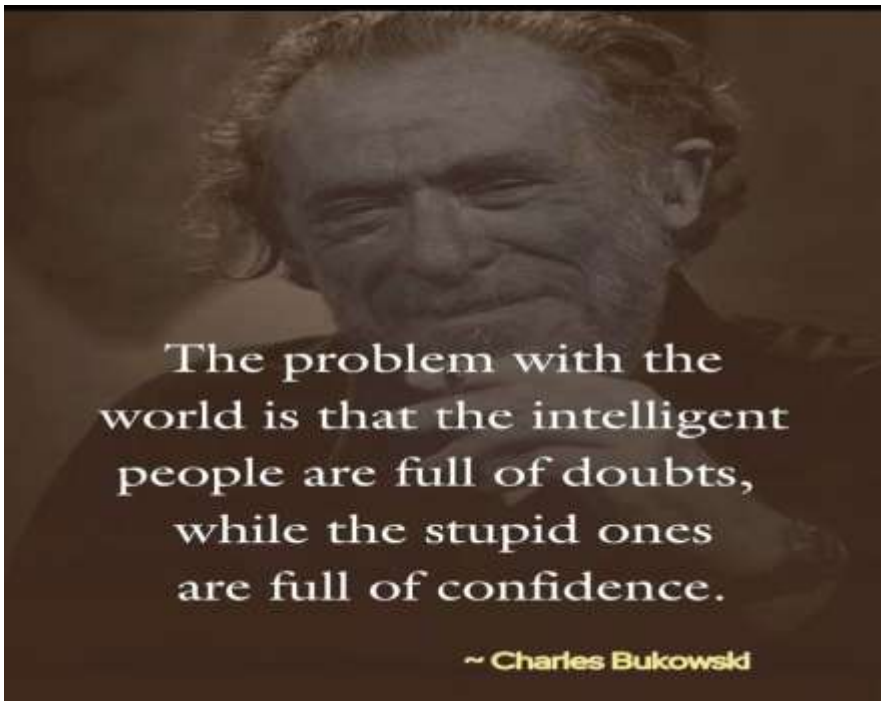
(اسٹیون ایچیسن)



لاہور: پٹرول کے حصول کیلئے پمپ پر شہریوں کا رش

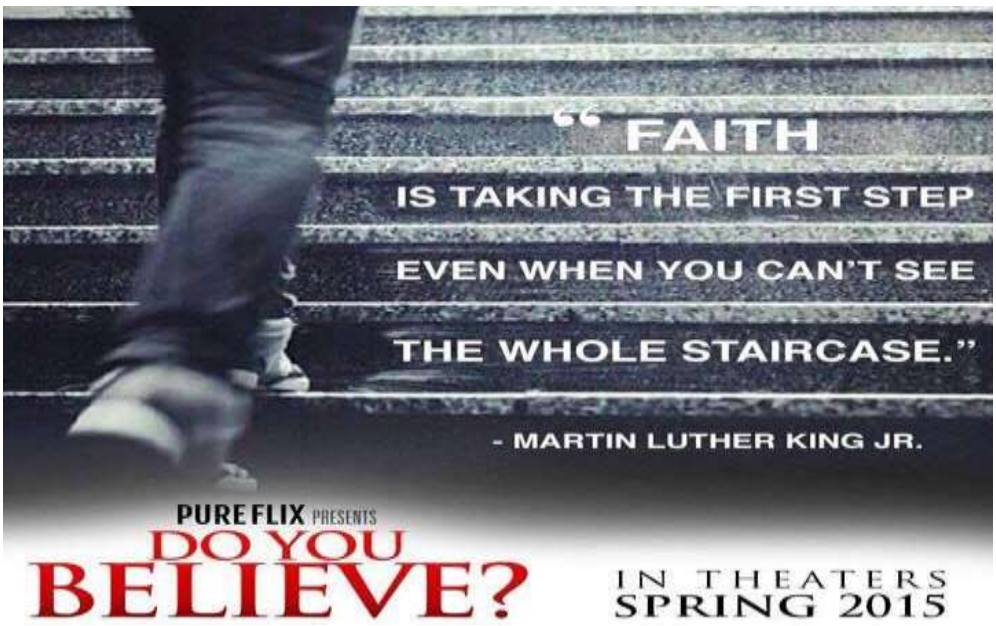
ایک لیٹر پٹرول، ایک پورا دن!

جنوری ۲۰۱۵ کے پٹرول بحران میں لاہور کے پمپوں پر شہریوں کا ہجوم ہماری ناقص منصوبہ بندی کی منہ بولتی تصویر ہے۔ گھنٹوں قطاروں میں کھڑے لوگ وقت اور روزگار دونوں گنواتے رہے۔ یہ توانائی سے زیادہ انتظام کا بحران تھا



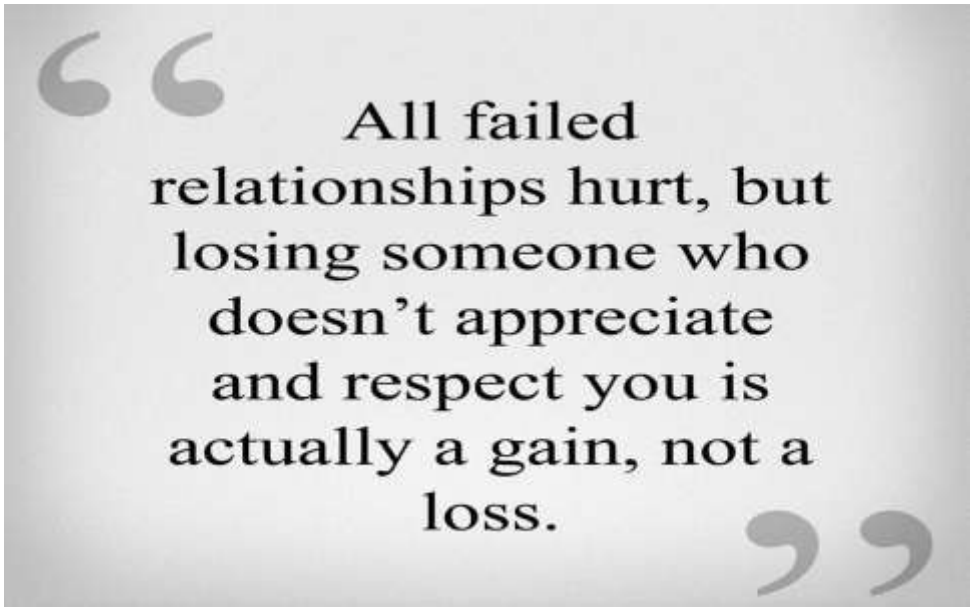
دانا شک میں، نادان یقین میں

دنیا کا المیہ یہ ہے کہ سمجھدار لوگ ہر پہلو پر غور کرتے ہوئے شک میں رہتے ہیں، جبکہ کم فہم لوگ پورے اعتماد سے غلط بات بھی کہہ جاتے ہیں۔ علم انسان کو عاجز بناتا ہے اور جہالت بے جا دعوے کرواتی ہے۔ (چارلس بکوسکی)



ایمان: پوری سیڑھی دیکھے بغیر پہلا قدم

ایمان یہ نہیں کہ منزل کا ہر موڑ صاف دکھائی دے۔ ایمان یہ ہے کہ اندھیرے میں بھی اللہ پر بھروسہ کر کے پہلا قدم اٹھالیا جائے۔ راستہ قدموں کے ساتھ خود بخود روشن ہوتا چلا جاتا ہے۔ (مارٹن لوتھر کنگ)



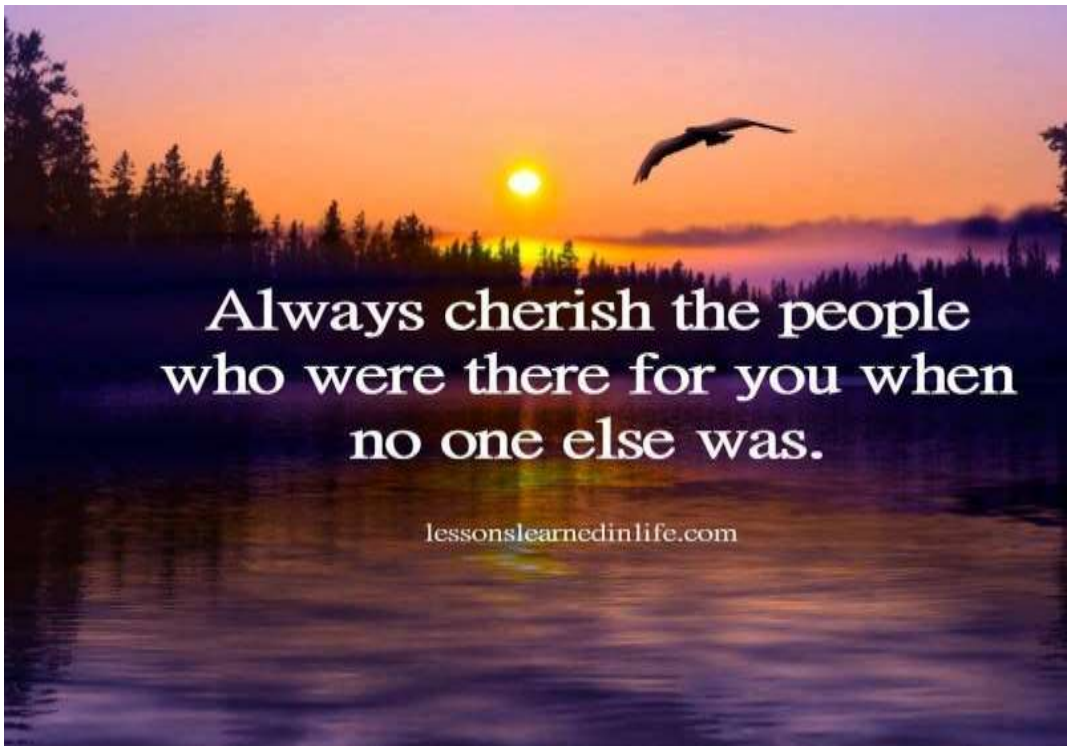
جو قدر نہ جانے، اس کا جانا نقصان نہیں

ہر ٹوٹا رشتہ دکھ دیتا ہے، مگر ہر جدائی خسارہ نہیں ہوتی۔ جو شخص آپ کی قدر اور عزت نہ کرے، اس سے الگ ہونا دراصل اپنی عزتِ نفس کو بچانا ہے۔ ایسا نقصان حقیقت میں فائدہ ہے



تخیل: تخلیق بھی، تشویش بھی

سوچنے کی قوت ایک دو دھاری تلوار ہے۔ اسے درست سمت میں استعمال کریں تو تخلیق جنم لیتی ہے، غلط سمت میں ہو تو وہم اور پریشانی۔ اپنے تخیل کو خوف کے بجائے خوابوں کی تعبیر میں لگائیے۔(دیپک چوپڑا)



برے وقت کے ساتھی، زندگی کا سرمایہ

خوشی کے دنوں میں ہجوم ساتھ ہوتا ہے، مگر اصل پہچان مشکل وقت میں ہوتی ہے۔ جو لوگ اس وقت ساتھ کھڑے رہے جب کوئی نہ تھا، وہ انمول ہیں۔ ان کی قدر کیجیے اور انہیں کبھی فراموش نہ کیجیے۔



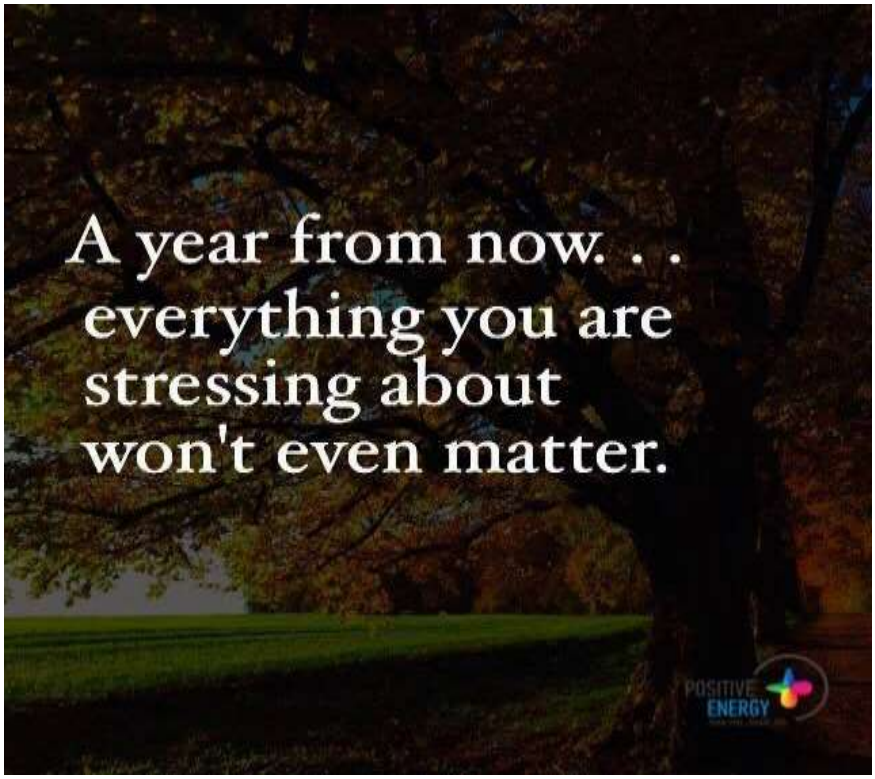
چاند اترا ہے پہاڑی کی منڈیر پر

سرسبز پہاڑی پر بسے گھروں کے پیچھے ابھرتا پورا چاند قدرت کی مصوری کا شاہکار ہے۔ یہ منظر یاد دلاتا ہے کہ زندگی کی بھاگ دوڑ میں کچھ لمحے رک کر حسنِ فطرت کو دیکھنا بھی ضروری ہے۔ سکون اکثر ایسے ہی خاموش نظاروں میں چھپا ہوتا ہے



فکر چھوڑیے، اکثر اندیشے سچ ہی نہیں ہوتے

ہم جن باتوں کی فکر میں راتوں کی نیند گنوا دیتے ہیں، ان میں سے اکثر کبھی پیش ہی نہیں آتیں۔ بے جا اندیشے حال کی خوشیوں کو کھا جاتے ہیں۔ بہتر ہے کہ فکر کے بجائے تدبیر اور توکل سے کام لیا جائے۔



ایک سال بعد... یہ پریشانی یاد بھی نہ رہے گی

آج جو مسئلہ پہاڑ لگ رہا ہے، وقت گزرنے کے ساتھ وہ ایک معمولی یاد بن جائے گا۔ زیادہ تر پریشانیاں وقتی ہوتی ہیں۔ اس لیے حال کو ذہنی دباؤ کی نذر کرنے کے بجائے حوصلے سے گزاریے۔



میلوں دور، مگر دل کے قریب

قربت فاصلوں سے نہیں، دلوں کے تعلق سے ناپی جاتی ہے۔ کبھی ہزاروں میل دور بیٹھا کوئی اپنا ایک پیغام سے دل خوش کر دیتا ہے، جبکہ پاس والے بیگانے رہتے ہیں۔ سچا رشتہ وہ ہے جو دوری میں بھی احساس زندہ رکھے۔



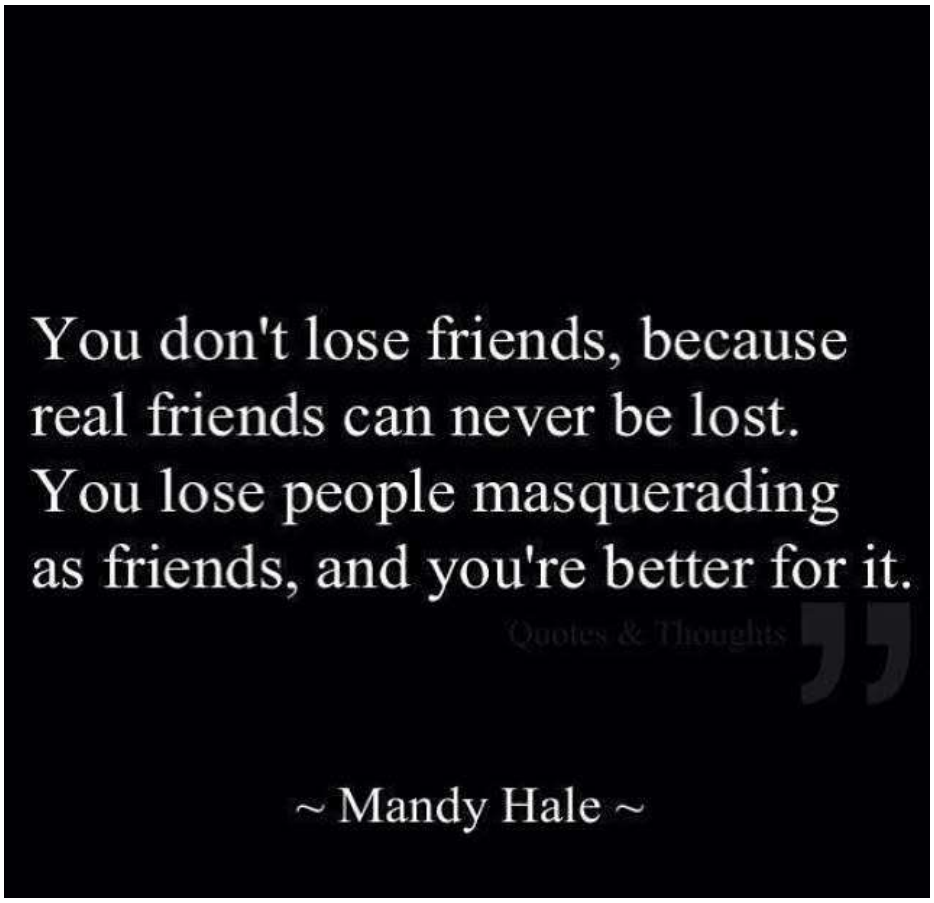
جس نے پھر سے مسکرانا سکھایا

زندگی میں دکھ دینے والے بہت آتے ہیں، مگر ان کا ذکر کرتے رہنا زخم ہرا رکھتا ہے۔ اصل اہمیت اس شخص کی ہے جس نے ٹوٹے دل کو جوڑا اور ہونٹوں پر مسکراہٹ لوٹائی۔ اپنی توجہ دکھ دینے والوں پر نہیں، خوشی دینے والوں پر رکھیے



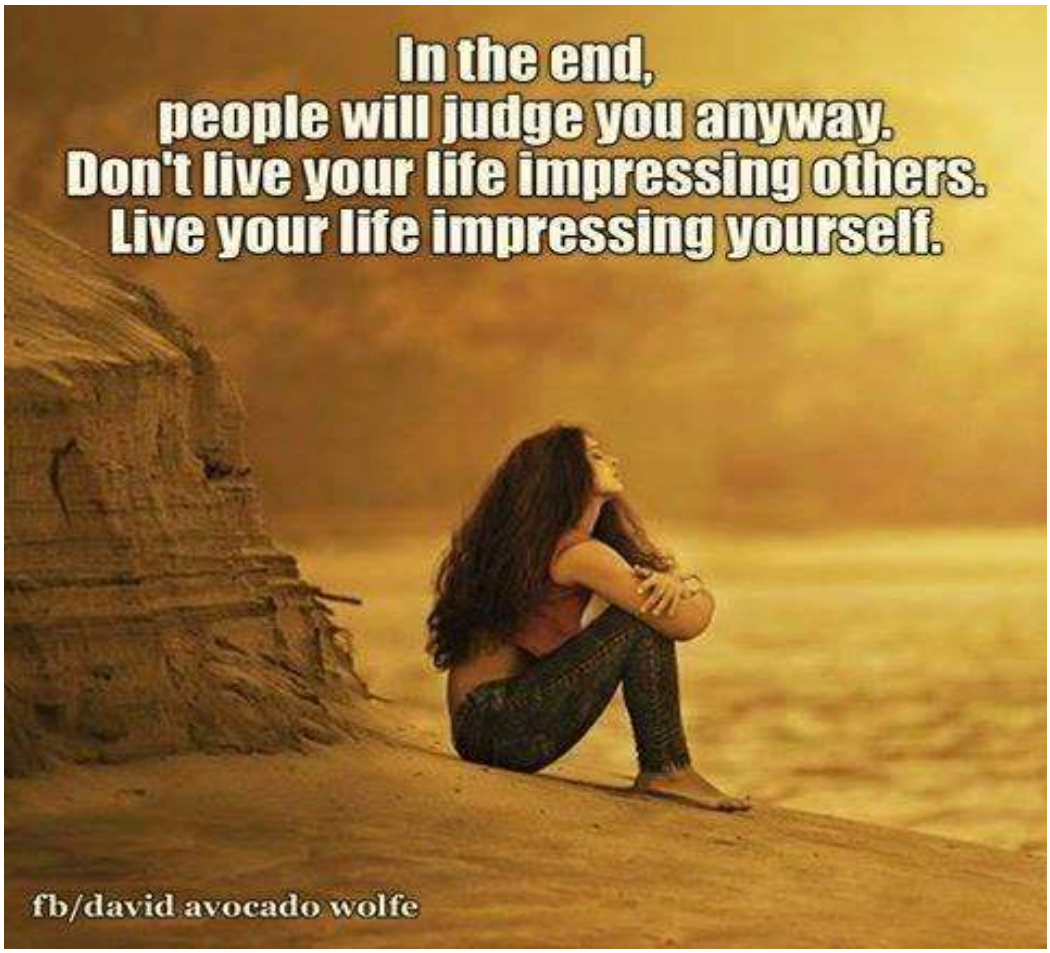
عقلِ سلیم: نعمت یا امتحان؟

سمجھ بوجھ رکھنا بظاہر ایک تحفہ ہے، مگر یہ ایک آزمائش بھی ہے۔ سمجھدار انسان کو قدم قدم پر ایسے لوگوں سے واسطہ پڑتا ہے جو بات سمجھنے کو تیار ہی نہیں ہوتے۔ ایسے میں صبر اور تحمل ہی عقل کا اصل امتحان ہے۔



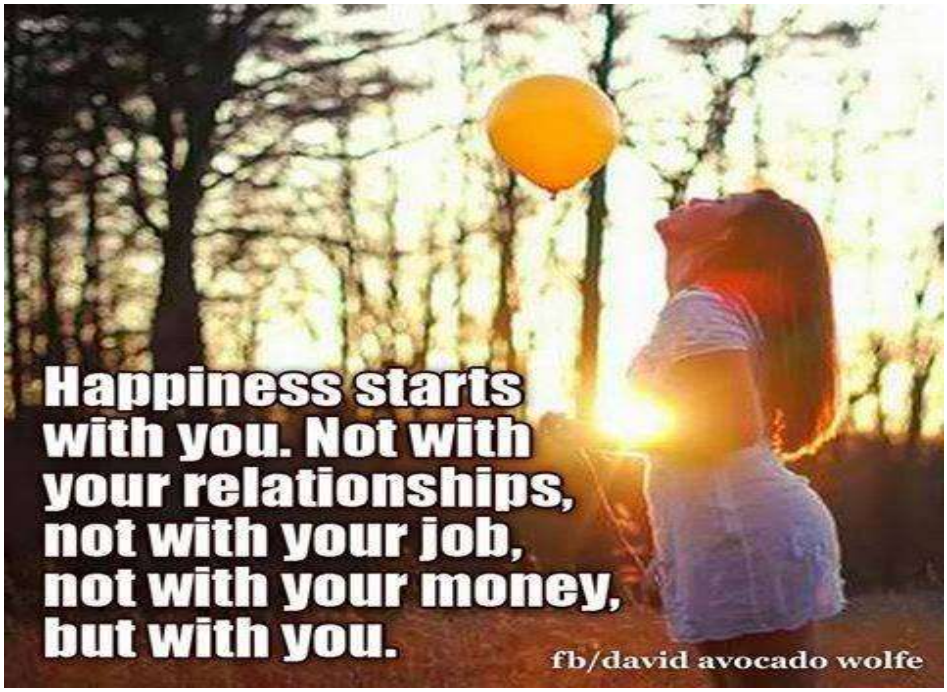
سچے دوست کبھی کھوئے نہیں جاتے

جو دوست واقعی سچے ہوں وہ کبھی ساتھ نہیں چھوڑتے۔ جو بچھڑ جاتے ہیں وہ دراصل دوستی کا لبادہ اوڑھے لوگ تھے۔ ان کا چلے جانا نقصان نہیں بلکہ زندگی کی چھانٹی ہے۔ (مینڈی ہیل)



دوسروں کے لیے نہیں، اپنے لیے جیو

لوگ ہر حال میں تنقید کریں گے، چاہے آپ کچھ بھی کر لیں۔ اس لیے دوسروں کو متاثر کرنے کی دوڑ میں اپنی زندگی ضائع نہ کیجیے۔ ایسے جیئیں کہ آپ کا ضمیر اور آپ کی ذات مطمئن رہے۔



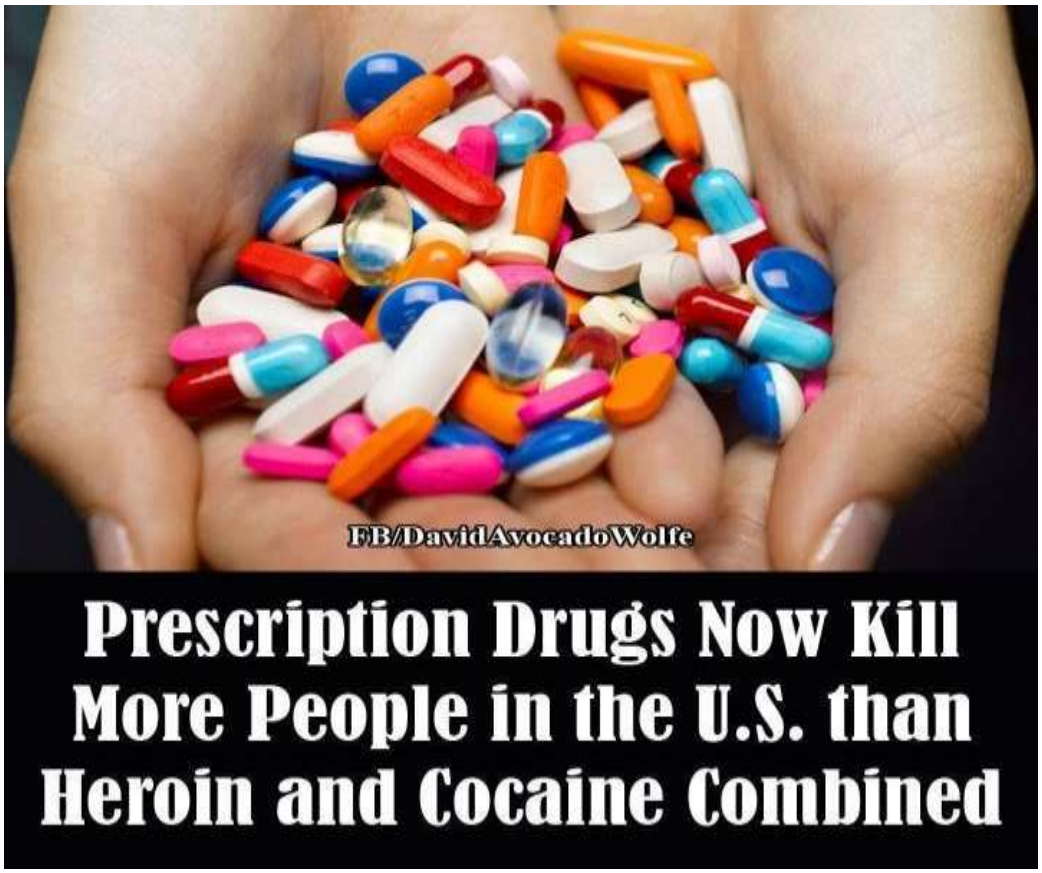
خوشی کا سرچشمہ: آپ کی اپنی ذات

خوشی نہ دولت میں ہے، نہ نوکری یا عہدے میں، اور نہ ہی صرف رشتوں میں۔ اس کا آغاز انسان کے اپنے اندر سے ہوتا ہے۔ جو خود سے مطمئن ہے، وہی دوسروں کو بھی خوشی دے سکتا ہے۔



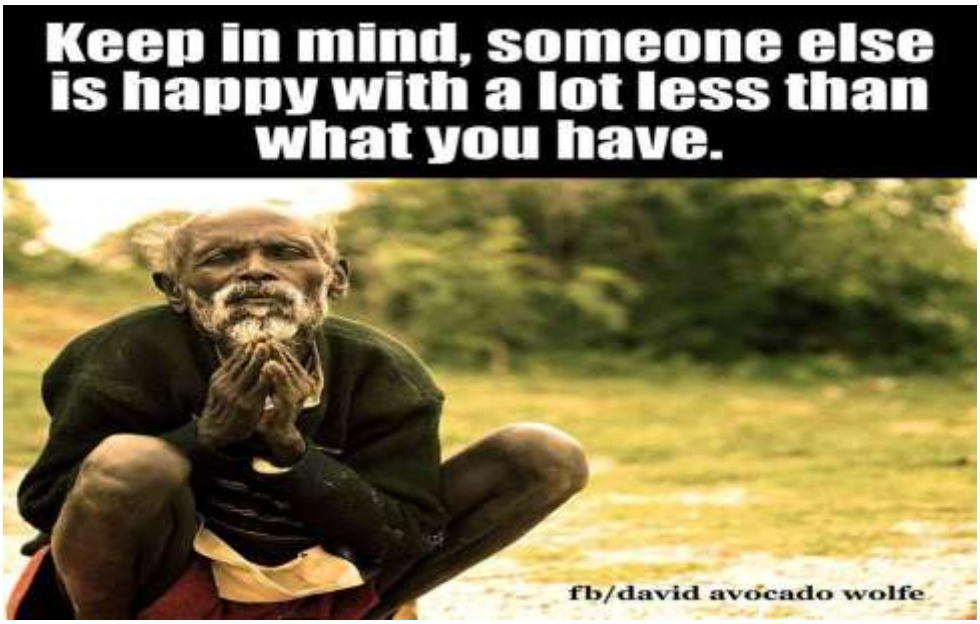
شفایاب مریض = کھویا ہوا گاہک؟

یہ طنزیہ جملہ دواسازی کی صنعت کے تجارتی رویے پر ایک تلخ سوال اٹھاتا ہے۔ جب علاج کاروبار بن جائے تو مریض کی صحت منافع کے پیچھے چھپ جاتی ہے۔ صحت کے شعبے میں انسانیت کو منافع پر ترجیح ملنی چاہیے۔



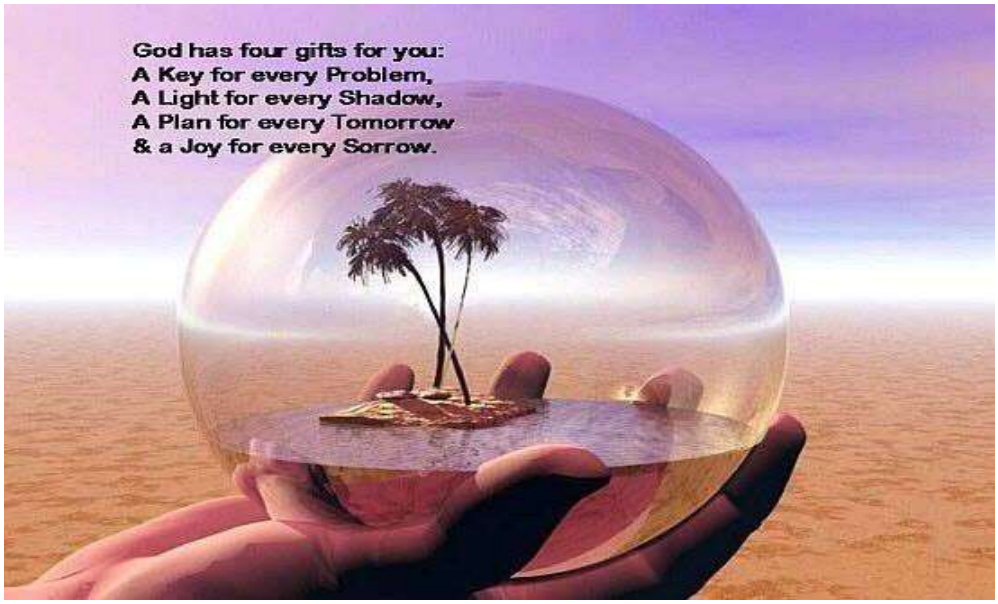
دوا یا زہر؟احتیاط لازم ہے

یہ پوسٹ نسخے والی ادویات کے بے جا اور حد سے زیادہ استعمال کے خطرات کی طرف توجہ دلاتی ہے۔ڈاکٹر کے مشورے کے بغیر دوا لینا یا مقدار بڑھانا جان لیوا ہو سکتا ہے۔دوا شفا کے لیے ہے، اسے لاپرواہی سے زہر نہ بنایئے۔



کم میں بھی شکر گزار

ہم اکثر اپنی کمیوں کا رونا روتے ہیں، حالانکہ دنیا میں بے شمار لوگ ہم سے کہیں کم پر بھی شکر ادا کر رہے ہیں۔ اس بزرگ کے جڑے ہاتھ قناعت کا سبق دیتے ہیں۔ جو مل گیا اس پر شکر زندگی کو آسان بنا دیتا ہے۔



رب کے چار تحفے

اللہ نے ہر مسئلے کے لیے ایک کنجی، ہر اندھیرے کے لیے ایک روشنی، ہر آنے والے کل کے لیے ایک منصوبہ اور ہر غم کے لیے ایک خوشی رکھی ہے۔ اس لیے مایوسی کی کوئی گنجائش نہیں۔ بس یقین اور صبر کے ساتھ ان تحفوں کو پہچاننے کی ضرورت ہے



ننھے ہاتھ، بڑا دل

گلی کے ایک کونے میں ایک بچہ بزرگ کو اپنے ہاتھ سے نوالہ کھلا رہا ہے۔ یہ منظر بتاتا ہے کہ خدمت اور محبت کے لیے عمر یا دولت نہیں، صرف احساس چاہیے۔ ایسی تربیت ہی معاشرے کا اصل سرمایہ ہے۔



شیطان کی دکان پر قیمت چھپی ہوتی ہے

گناہ ہمیشہ دلکش اور آسان دکھائی دیتا ہے۔ شیطان لذت تو دکھاتا ہے مگر اس کی قیمت چھپالیتا ہے۔ یہ قیمت بعد میں ندامت، بربادی اور آخرت کے خسارے کی صورت میں چکانی پڑتی ہے



سچائی: دوست کم، مگر کھرے

سچ بولنے والے کے دوست شاید زیادہ نہ ہوں، کیونکہ کھری بات ہر کسی کو پسند نہیں آتی۔ مگر جو ساتھ رہ جاتے ہیں وہ مخلص اور سچے ہوتے ہیں۔ دیانت داری تعداد نہیں، معیار عطا کرتی ہے۔ (جان لینن)



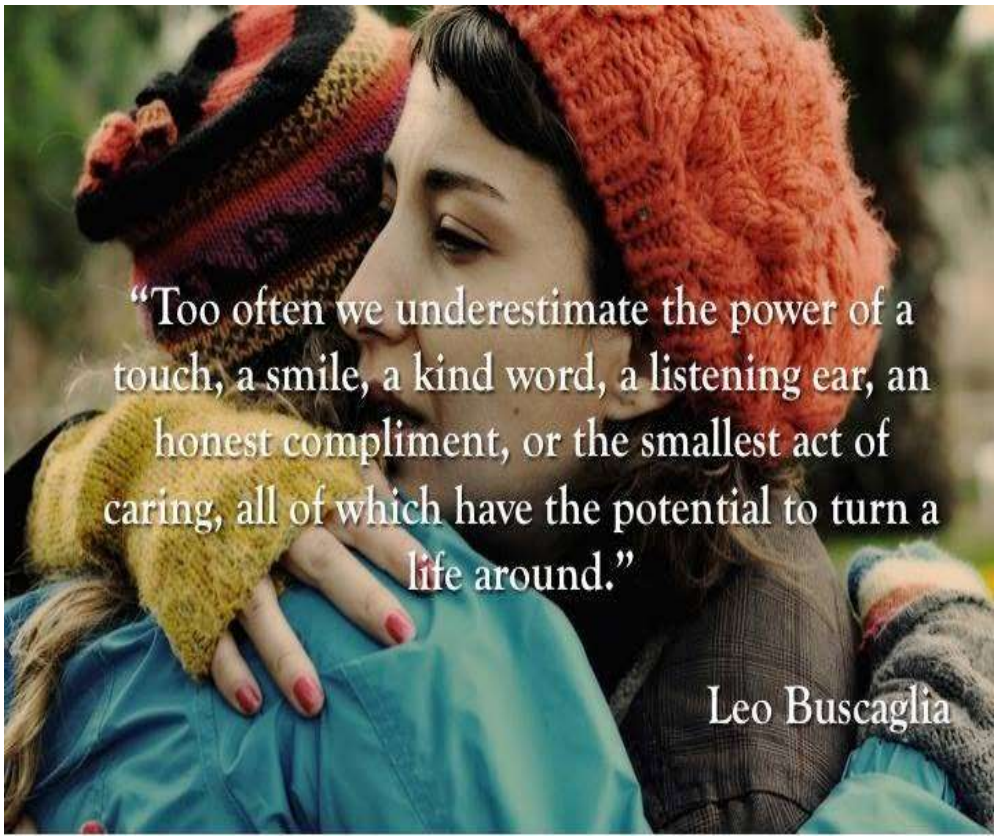
بہتر زندگی چاہیے؟ یہ پانچ کام چھوڑ دیجیے!

خود کو مظلوم ظاہر کرنا، بہانے تراشنا، معاشرے کو اپنی زندگی کے فیصلے کرنے دینا، خوشی کے لیے دوسروں پر انحصار کرنا اور خود پر شک کرنا—یہ عادتیں ترقی کی راہ میں رکاوٹ ہیں۔ انہیں ترک کیجیے اور اپنی زندگی کی باگ ڈور خود سنبھالیے



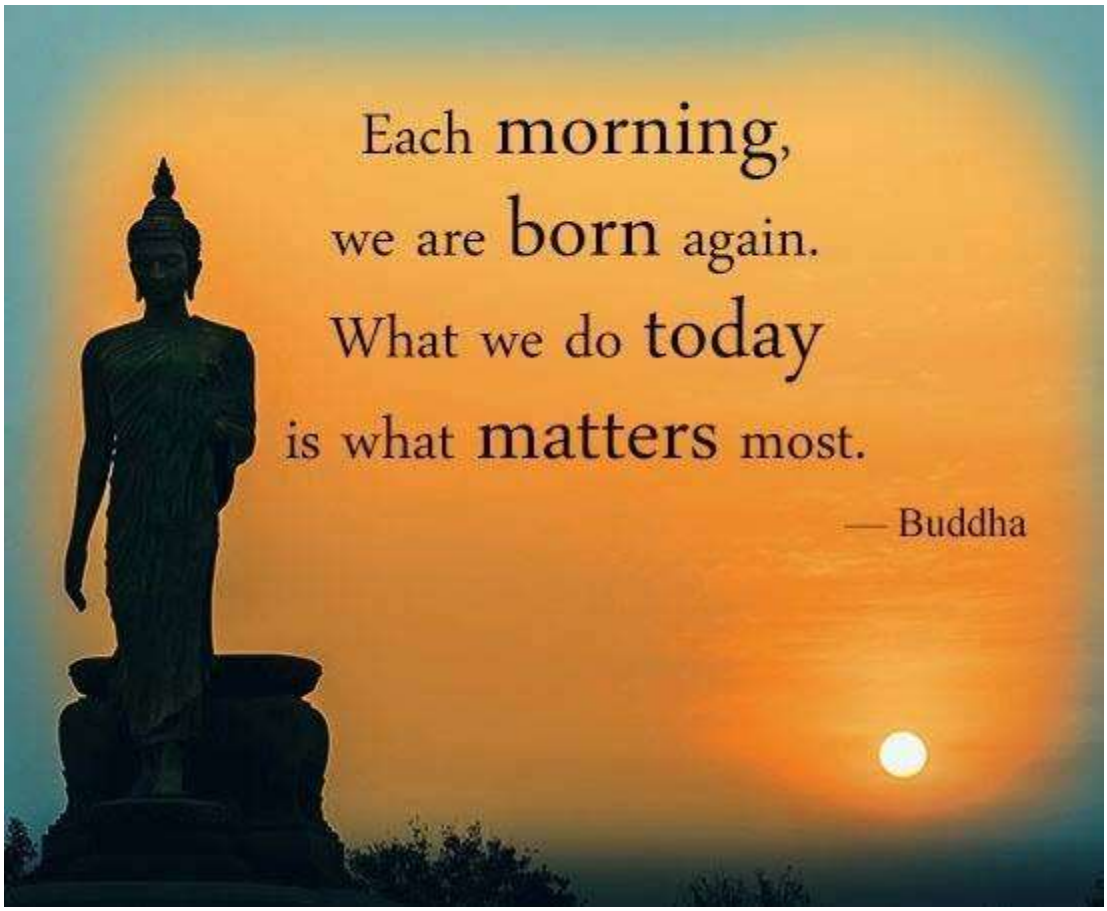
خوشی کے پانچ حقائق — F.A.C.T.S

دوسروں کو معاف کیجیے، اپنی غلطیاں تسلیم کیجیے، دل کا بوجھ آنسوؤں میں بہا کر آگے بڑھیے، ہر نعمت پر اللہ کا شکر ادا کیجیے اور ہمیشہ مسکراتے رہیے۔ یہ پانچ اصول خوش و خرم زندگی کا آسان نسخہ ہیں۔



ایک مسکراہٹ، زندگی بدل سکتی ہے

ہم اکثر ایک لمس، ایک مسکراہٹ، ایک میٹھے بول یا توجہ سے سننے کی طاقت کو کم سمجھتے ہیں۔ حالانکہ یہی چھوٹے چھوٹے عمل کسی ٹوٹے ہوئے انسان کی زندگی کا رخ بدل سکتے ہیں۔ کسی نیکی کو چھوٹا نہ سمجھیے۔ (لیو بسکالیا)



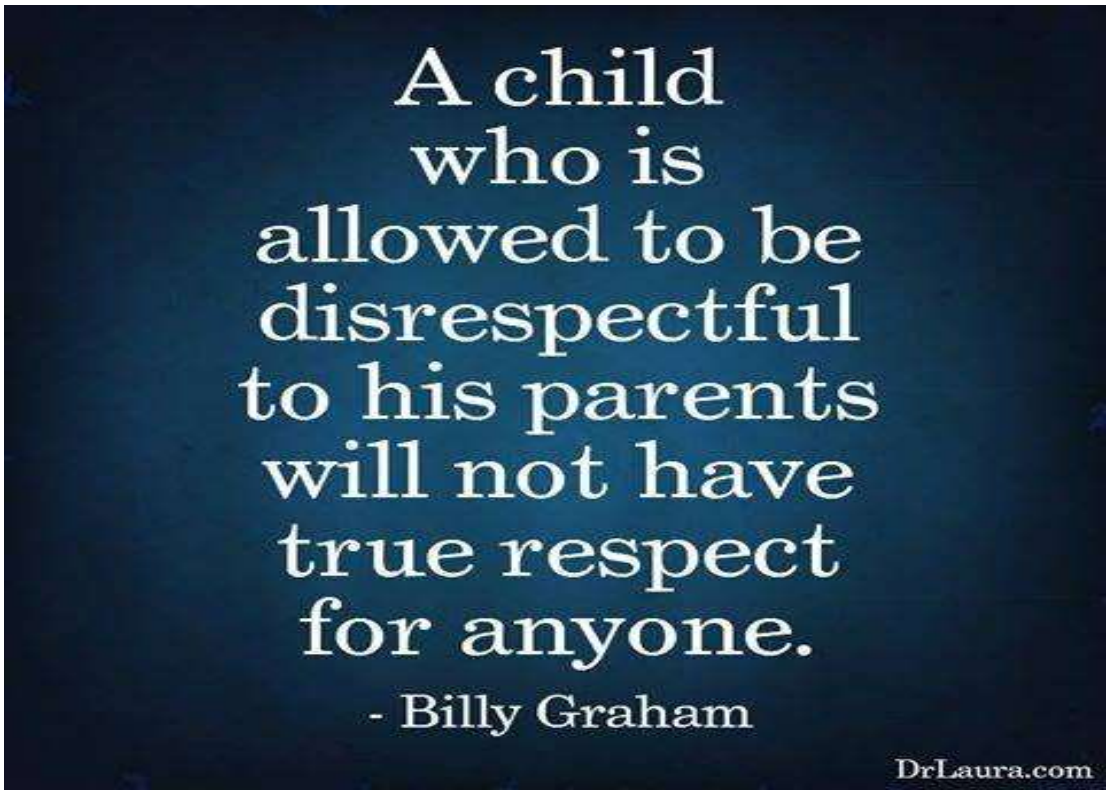
ہر صبح، ایک نیا جنم

ہر نئی صبح زندگی کا ایک نیا موقع لے کر آتی ہے۔ کل جو ہوا وہ گزر گیا، اصل اہمیت اس بات کی ہے کہ آج ہم کیا کرتے ہیں۔ آج کو بہترین بنایئے، کل خود سنور جائے گا۔(مہاتما بدھ)



دوست ٹوٹی باڑ نہیں، کھلے پھول دیکھتا ہے

سچا دوست آپ کی خامیوں پر انگلی نہیں اٹھاتا بلکہ آپ کی خوبیوں کو سراہتا ہے۔ وہ آپ کے باغ کی ٹوٹی باڑ کو نظر انداز کر کے اس کے پھولوں کی تعریف کرتا ہے۔ ایسی دوستی ایک انمول نعمت ہے



جو والدین کا ادب نہ کرے، کسی کا نہ کرے

ادب اور احترام کی پہلی درسگاہ گھر ہے۔ جس بچے کو والدین سے بد تمیزی کی چھوٹ دی جائے، وہ معاشرے میں کسی کی حقیقی عزت نہیں کر سکتا۔ اولاد کی تربیت میں ادب کو اولیت دیجیے۔(بلی گراہم)



ایک دن ہم سب یاد بن جائیں گے

زندگی کا سفر مختصر ہے اور ایک دن ہم صرف دوسروں کی یادوں میں باقی رہ جائیں گے۔ تصویر میں بزرگ خاتون اور نومولود زندگی کے آغاز اور انجام کی علامت ہیں۔ کوشش کیجیے کہ آپ کی یاد اچھی ہو اور دعاؤں میں زندہ رہے۔



زہریلے لوگ؟ فاصلہ رکھیے!

کچھ لوگ ہمیشہ دوسروں کو اپنی پست سطح تک کھینچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ان سے الجھنا وقت اور سکون دونوں کی بربادی ہے۔ ایسے ڈرامے کو اپنی زندگی سے نکال دیجیے اور مثبت لوگوں کا ساتھ اپنایئے۔



لوگ بدلتے نہیں، بے نقاب ہوتے ہیں

جب کوئی اچانک بدلا ہوا محسوس ہو تو اکثر وہ بدلا نہیں ہوتا، بلکہ اس کا اصل چہرہ سامنے آ جاتا ہے۔ وقت اور حالات انسان کی حقیقت ظاہر کر دیتے ہیں۔ اس لیے لوگوں کو پرکھنے میں جلدی نہ کیجیے۔



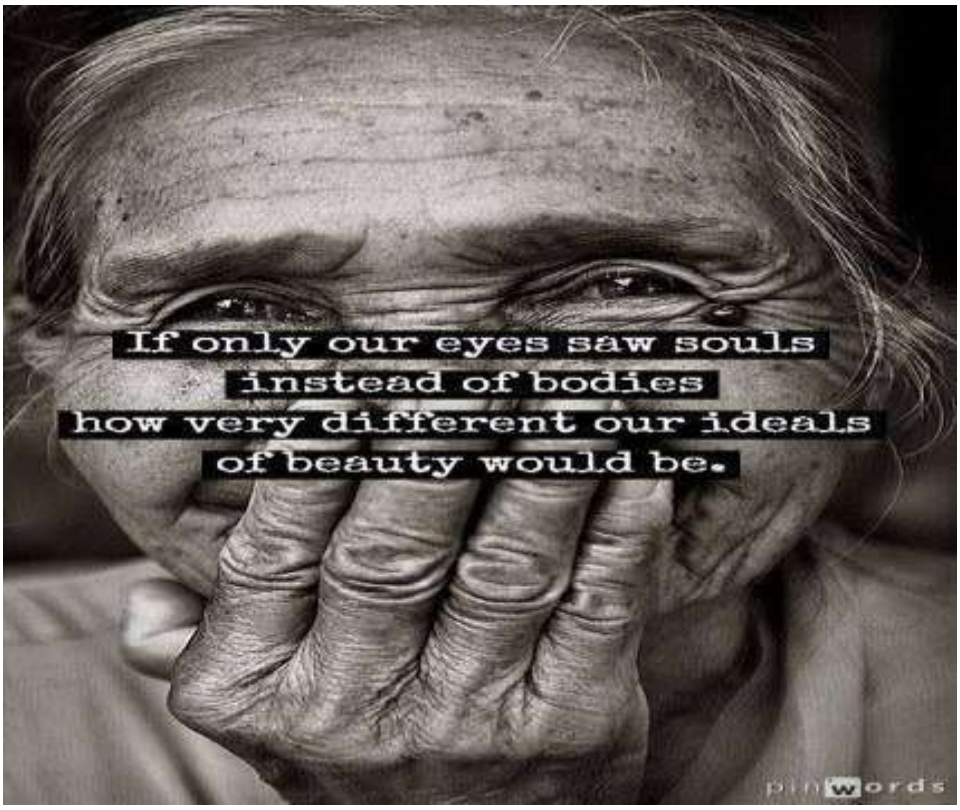
قدرت کی ہتھیلی پر جنت

سمندر سے ابھرتے دو ہاتھ، جن پر کھجوروں کا سرسبز جزیرہ آباد ہے—یہ تخیل کا حسین شاہکار ہے۔ گویا زمین اپنی ہتھیلیوں میں زندگی کو سنبھالے ہوئے ہے۔ یہ منظر یاد دلاتا ہے کہ فطرت ہماری امانت ہے، اس کی حفاظت کیجیے



کیچڑ میں بیٹھا ہمارا مستقبل

لاہور کے ایک سرکاری اسکول میں بچے کھلے آسمان تلے کیچڑ زدہ زمین پر بیٹھ کر تعلیم حاصل کر رہے ہیں۔ نہ عمارت ہے نہ فرنیچر، مگر علم کی پیاس برقرار ہے۔ یہ تصویر ہماری تعلیمی ترجیحات پر ایک بڑا سوالیہ نشان ہے۔ (11-6-2015)



کاش آنکھیں روح کو دیکھ سکتیں

ہم خوبصورتی کو چہروں اور جسموں کے پیمانے سے ناپتے ہیں۔ اگر ہماری نظر روح تک پہنچ پاتی تو جھریوں بھرے چہرے بھی سب سے حسین دکھائی دیتے۔ اصل حسن کردار اور دل کی پاکیزگی میں ہے۔



بے لوث خدمت، نیک فطرت کا تقاضا

ہمدرد لوگ کسی صلے یا تعریف کی خاطر مدد نہیں کرتے۔ ان کے لیے مہربانی ایسی ہی فطری ہے جیسے پھول کے لیے خوشبو۔ نیکی وہی ہے جو بغیر کسی لالچ کے کی جائے



گرمی کا لاہوری توڑ — نہر میں چھلانگ!

مئی کی جھلسا دینے والی گرمی میں لاہور کے نوجوان نہر میں چھلانگیں لگا کر ٹھنڈک حاصل کرتے ہیں۔ یہ منظر زندہ دلانِ لاہور کے مزاج کی عکاسی کرتا ہے۔ تاہم یہ شوق احتیاط کا متقاضی ہے، کیونکہ نہر میں نہانا جان لیوا بھی ثابت ہو سکتا ہے



صحیح لوگوں سے گہری باتیں—انمول لمحے

ہر کسی سے دل کی بات نہیں ہو سکتی۔ جب کوئی ہم خیال اور مخلص انسان مل جائے تو اس کے ساتھ ہونے والی گہری گفتگو روح کو تازگی دیتی ہے۔ ایسے لمحے دولت سے نہیں خریدے جا سکتے



عمر پچھتر کی، جذبہ پچیس کا!

بزرگ خاتون اسپورٹس بائیک چلا رہی ہیں اور ان کے شوہر مسکراتے ہوئے پیچھے بیٹھے ہیں—بزرگوں کا ٹرانسپورٹ مسئلہ حل! یہ دلچسپ تصویر بتاتی ہے کہ جذبہ اور ہمت عمر کے محتاج نہیں۔ ہنسی خوشی جینے کا ہنر ہی اصل جوانی ہے



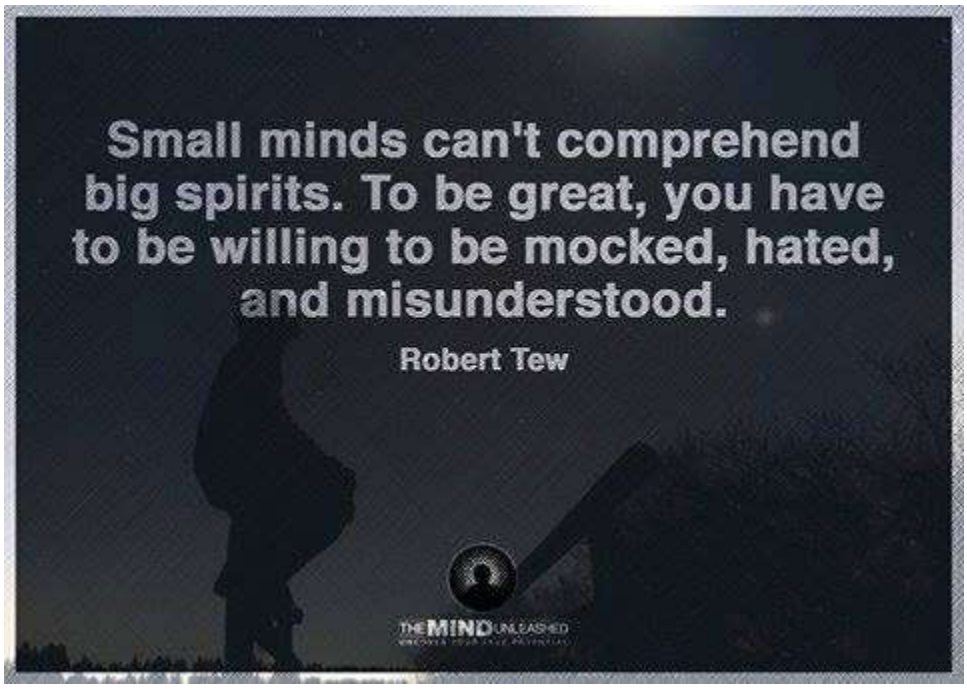
سنورتے انسان کو ماضی کا طعنہ نہ دیجیے

جو شخص اپنی اصلاح کر کے بہتر مستقبل کی طرف بڑھ رہا ہو، اسے اس کی پرانی غلطیاں یاد دلانا اس کی ہمت توڑنا ہے۔ ہر انسان کو بدلنے کا حق ہے۔ اس کا حوصلہ بڑھایئے، اس کا راستہ مت روکیے۔



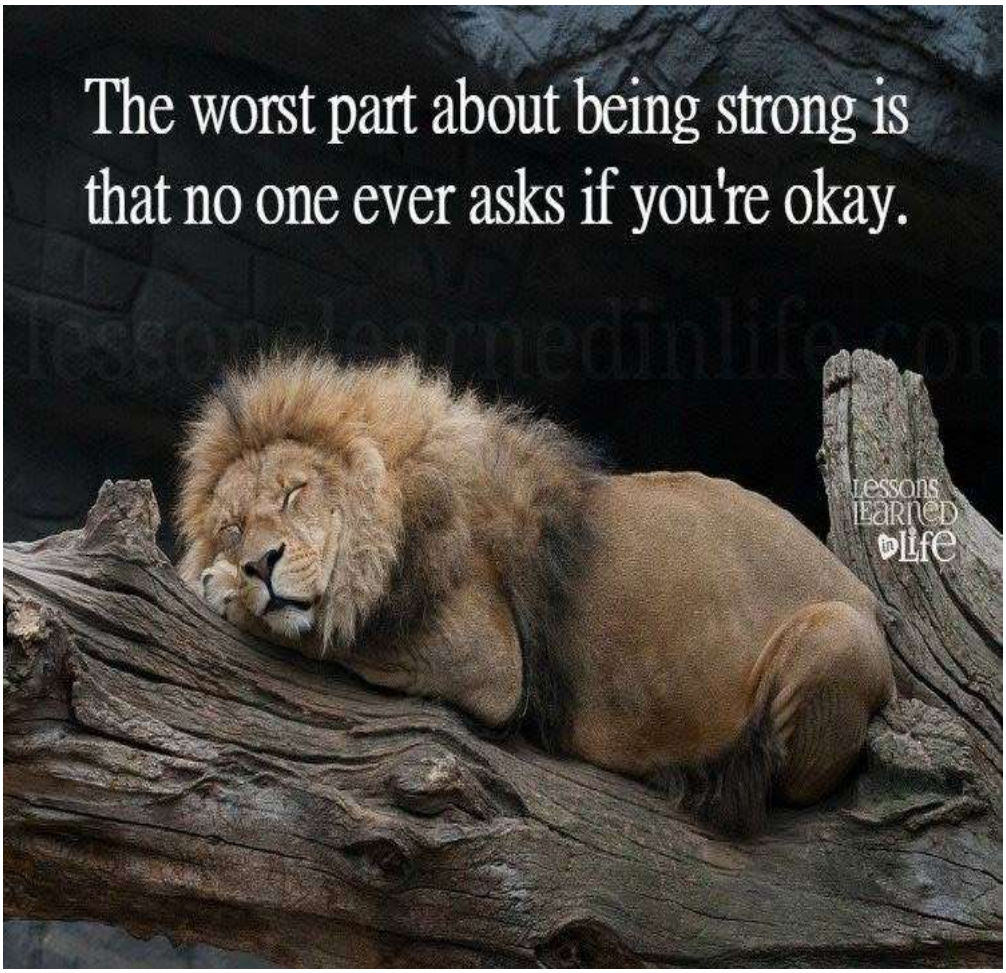
”لوگ کیا کہیں گے؟“ —اس فکر سے آزادی

”لوگ کیا کہیں گے“ کی فکر انسان کی سب سے بڑی زنجیر ہے۔ جس لمحے آپ دوسروں کی رائے کے غلام نہیں رہتے، آپ حقیقی آزادی پا لیتے ہیں۔ پھر زندگی اپنے اصولوں اور مرضی کے مطابق گزرتی ہے



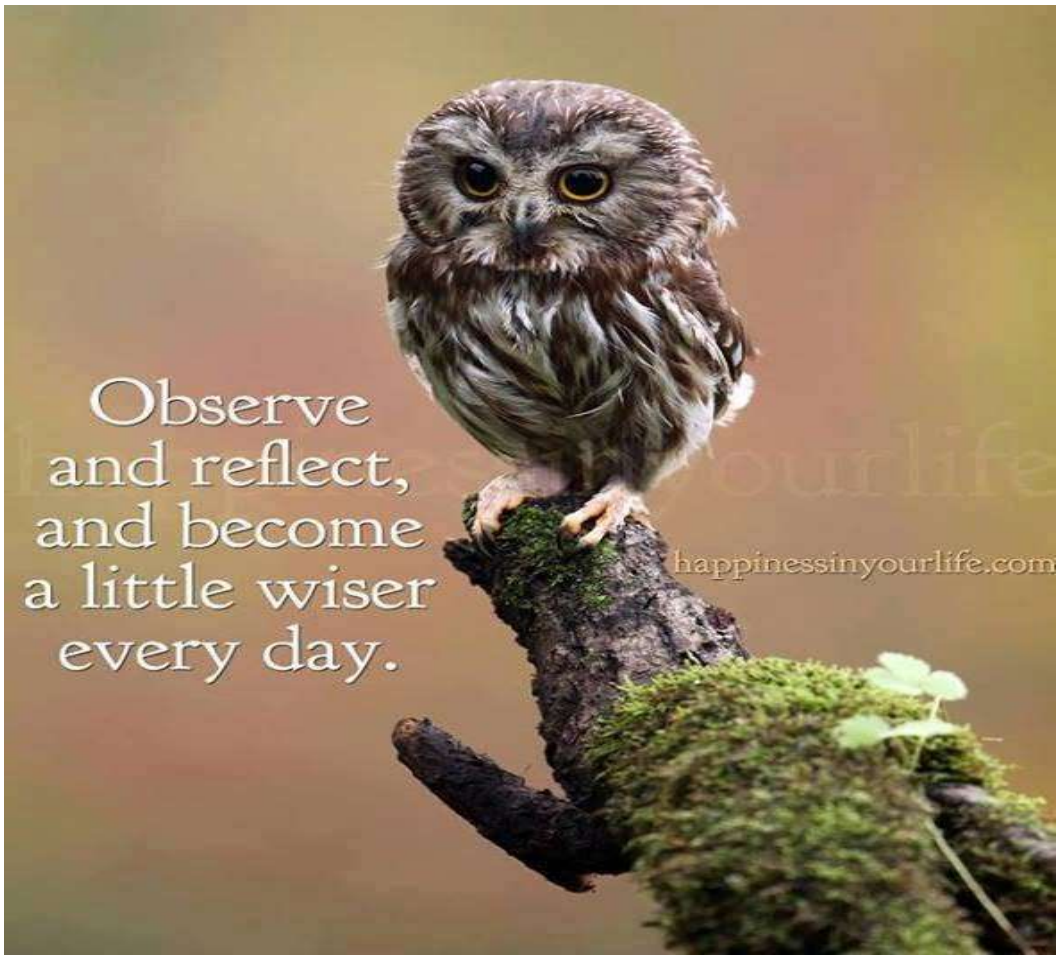
بڑی روحیں، چھوٹے ذہنوں کی سمجھ سے بالاتر

عظیم مقاصد رکھنے والے اکثر تنگ نظر لوگوں کی تنقید اور مذاق کا نشانہ بنتے ہیں۔ عظمت کی راہ میں غلط فہمی اور مخالفت برداشت کرنا پڑتی ہے۔ اپنے مقصد پر ڈٹے رہیے، وقت آپ کو سچا ثابت کرے گا۔(رابرٹ ٹیو)



مضبوط لوگ بھی تھکتے ہیں

جو لوگ ہمیشہ دوسروں کا سہارا بنتے ہیں، ان سے کوئی نہیں پوچھتا کہ وہ خود کیسے ہیں۔ سب سمجھتے ہیں کہ شیر کو کسی سہارے کی ضرورت نہیں۔ اپنے مضبوط دوستوں کا حال بھی پوچھتے رہیے، انہیں بھی کندھے کی ضرورت ہوتی ہے۔



دیکھیے، سوچیے، روز تھوڑا دانا بنیے

دانائی ایک دن میں حاصل نہیں ہوتی۔ غور سے دیکھنے اور گہرائی سے سوچنے کی عادت انسان کو ہر روز تھوڑا اور سمجھدار بناتی ہے۔ الو کی خاموش نگاہ کی طرح مشاہدہ کیجیے اور سیکھتے رہیے۔



محبت بانٹنے سے بڑھتی ہے

ایک ہاتھ سے دوسرے ہاتھ تک پہنچتی روشنی اور تتلی محبت کی علامت ہیں۔ محبت کوئی خزانہ نہیں جسے چھپا کر رکھا جائے، یہ خوشبو ہے جسے بانٹا جائے۔ جتنی محبت دیں گے، اتنی ہی لوٹ کر آئے گی۔



ہر اختتام، نئی شروعات کا بیج

جیسے پھول مرجھا کر نئے پھولوں کے بیج بکھیرتا ہے، ویسے ہی زندگی کے کچھ تجربات ختم ہو کر نئے امکانات کو جنم دیتے ہیں۔ گزرے وقت کی قدر کیجیے، مگر یقین رکھیے کہ آگے بہتر وقت آنے والا ہے۔



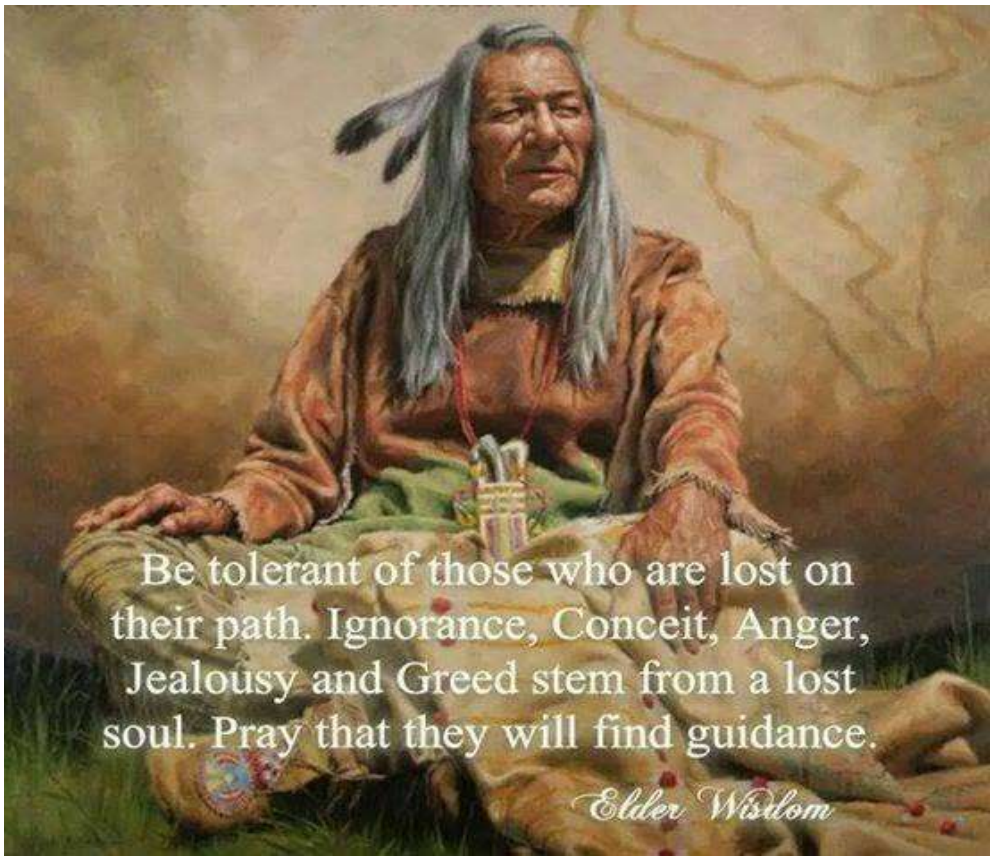
آزادی: جو بس میں نہیں، اسے قبول کرنا

ذہنی آزادی اس وقت ملتی ہے جب ہم ان باتوں کو قبول کر لیتے ہیں جو ہمارے اختیار میں نہیں۔ حقیقت کو جیسی ہے ویسی تسلیم کرنا انسان کو بے جا کشمکش سے نجات دیتا ہے۔ یہی قبولیت سکون کا دروازہ ہے۔ (ڈوز نتاماتا)



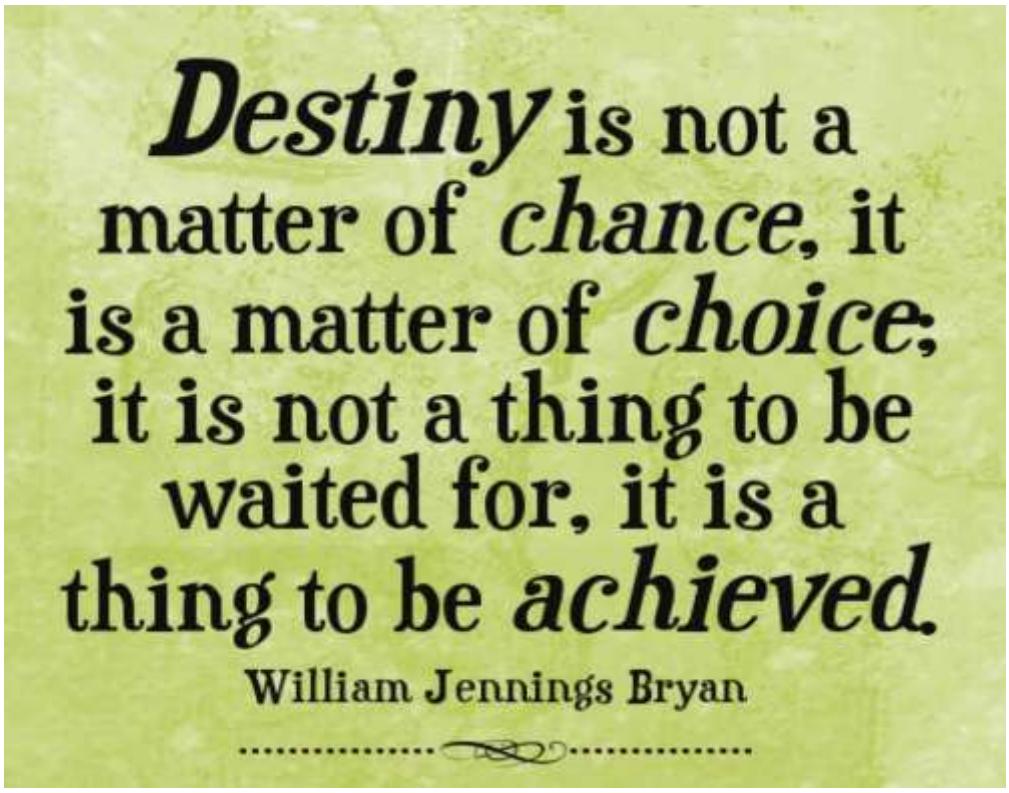
شفا کا مطلب: زخم اب حاکم نہیں

شفا پانے کا یہ مطلب نہیں کہ دکھ کبھی تھا ہی نہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ زخم اب ہماری زندگی کے فیصلے نہیں کرتا۔ ماضی کے درد کو تسلیم کیجیے، مگر اسے اپنے حال پر حکمرانی نہ کرنے دیجیے۔



بھٹکے ہوؤں کے لیے نفرت نہیں، دعا

جہالت، غرور، غصہ، حسد اور لالچ ایک بھٹکی ہوئی روح کی نشانیاں ہیں۔ ایسے لوگوں سے الجھنے کے بجائے تحمل اختیار کیجیے۔ ان کے لیے ہدایت کی دعا کیجیے، یہی بزرگوں کی دانائی ہے۔



تقدیر: انتظار نہیں، انتخاب

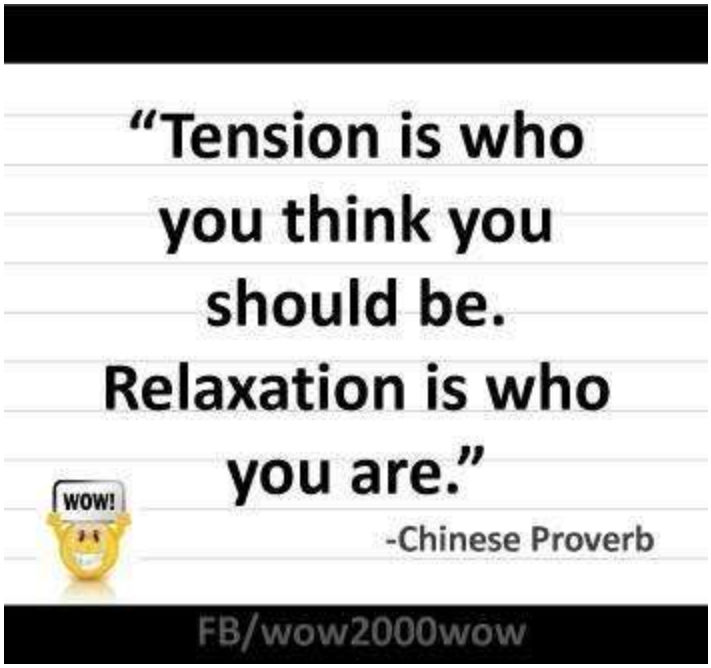
کامیاب مستقبل اتفاق سے نہیں ملتا بلکہ درست فیصلوں اور مسلسل محنت سے بنتا ہے۔ ہاتھ پر ہاتھ دھرے انتظار کرنے والوں کے حصے میں کچھ نہیں آتا۔ اپنی منزل خود چنیے اور اسے پانے کے لیے جدوجہد کیجیے۔ (ولیم جیننگز برائن)



آج کا دن کیسا گزرے؟ فیصلہ آپ کا!

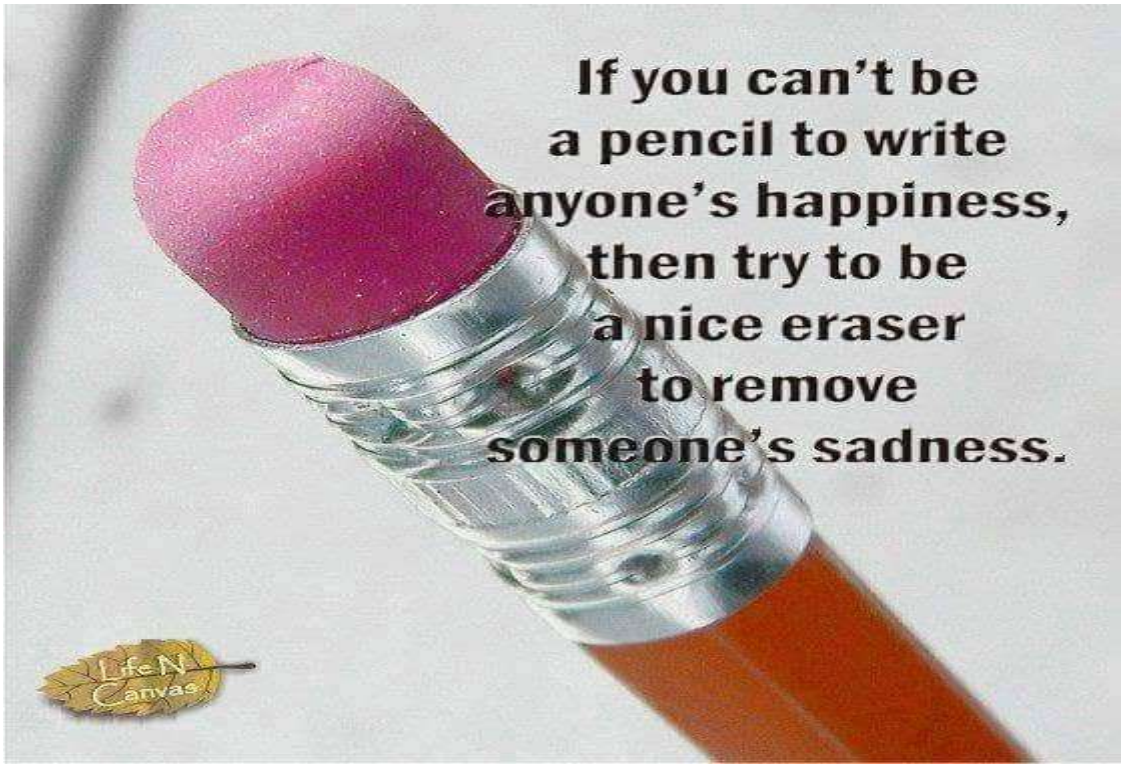
ہر دن ہمارے سامنے تین راستے رکھتا ہے: چھوٹی باتوں پر پریشان ہونا، خوف کے آگے ہار ماننا، یا چھوٹے لمحوں میں خوشی تلاش کرنا۔ انتخاب ہمارے ہاتھ میں ہے۔

آج خوشی کا راستہ



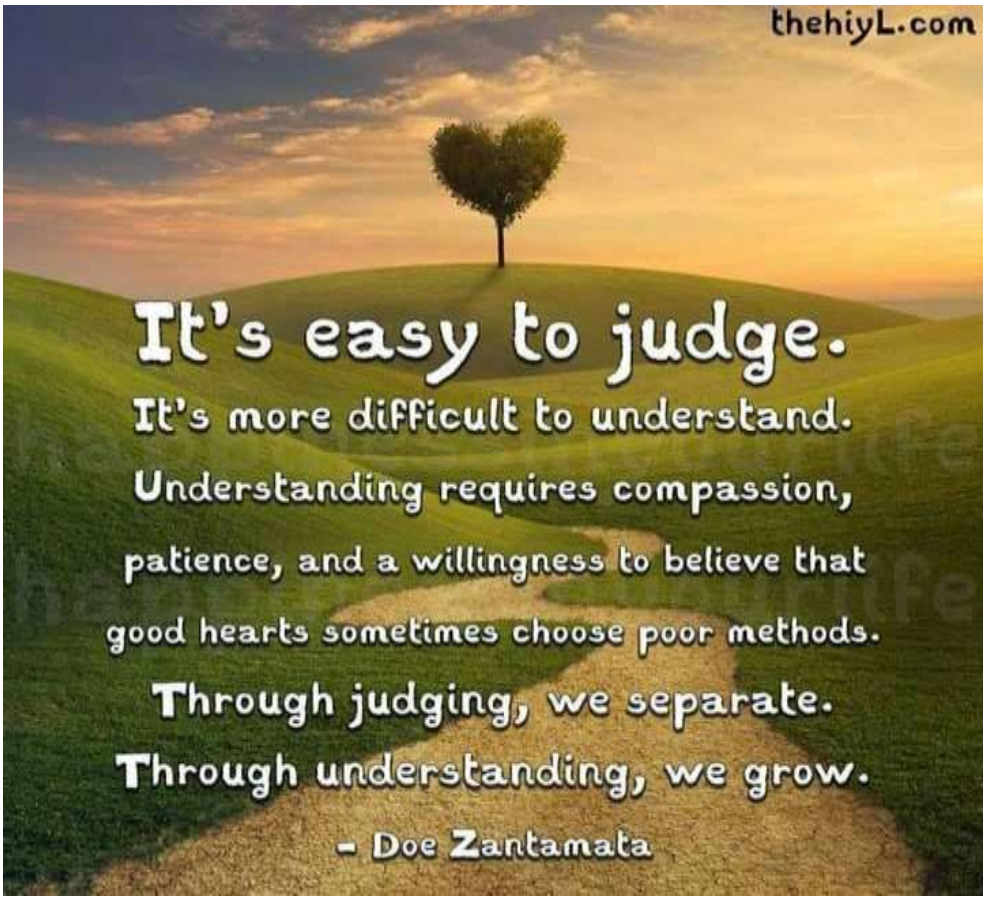
تناؤ بناوٹ میں، سکون اصلیت میں

جب ہم وہ بننے کی کوشش کرتے ہیں جو ہم نہیں ہیں، تو ذہنی تناؤ جنم لیتا ہے۔ اپنی اصل ذات کو قبول کر لینا ہی حقیقی سکون ہے۔ دکھاوے کا بوجھ اتار یے اور ویسے ہی رہیے جیسے آپ ہیں۔ (چینی کہاوت)



قلم نہ سہی، ربڑ ہی بن جایئے

اگر آپ کسی کی زندگی میں خوشیاں نہیں لکھ سکتے تو کم از کم اس کے غم مٹانے کا ذریعہ بن جایئے۔ ایک تسلی بھرا جملہ یا چھوٹی سی مدد کسی کی اداسی دور کر سکتی ہے۔ دوسروں کے دکھ بانٹنا بھی عبادت ہے



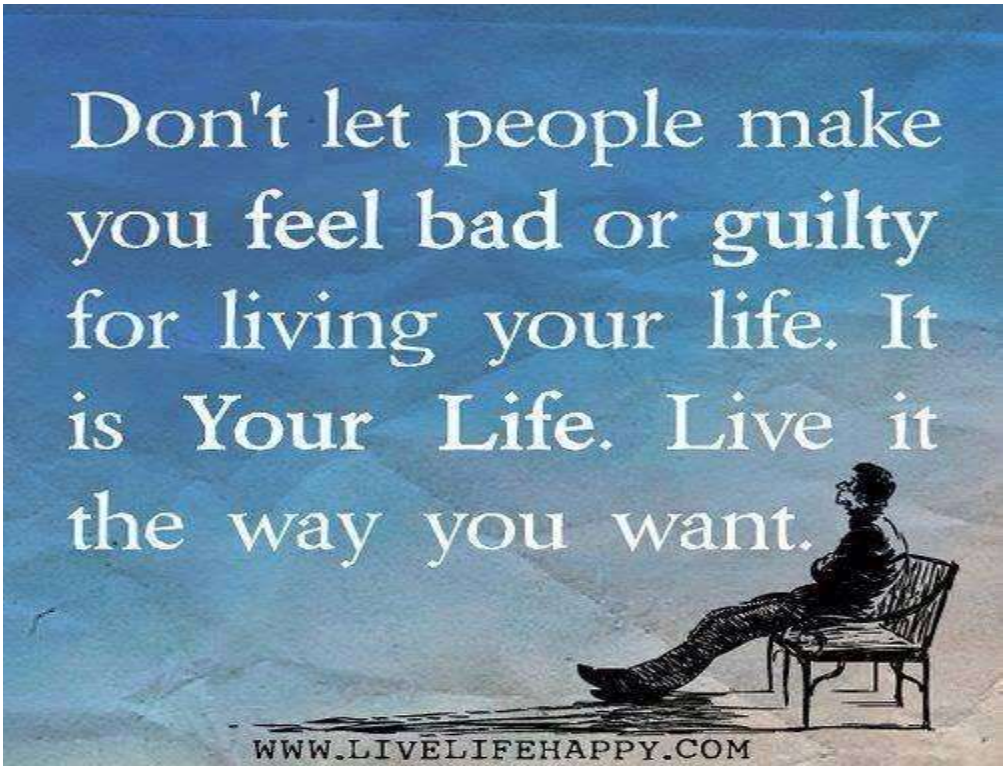
پرکھنا آسان، سمجھنا مشکل

کسی پر فیصلہ صادر کرنا آسان ہے، مگر اسے سمجھنے کے لیے ہمدردی اور صبر درکار ہوتا ہے۔ بعض اوقات نیک دل لوگ بھی غلط طریقہ اختیار کر لیتے ہیں۔ پرکھنے سے فاصلے بڑھتے ہیں اور سمجھنے سے انسان نکھرتا ہے۔ (ڈوز نتاماتا)



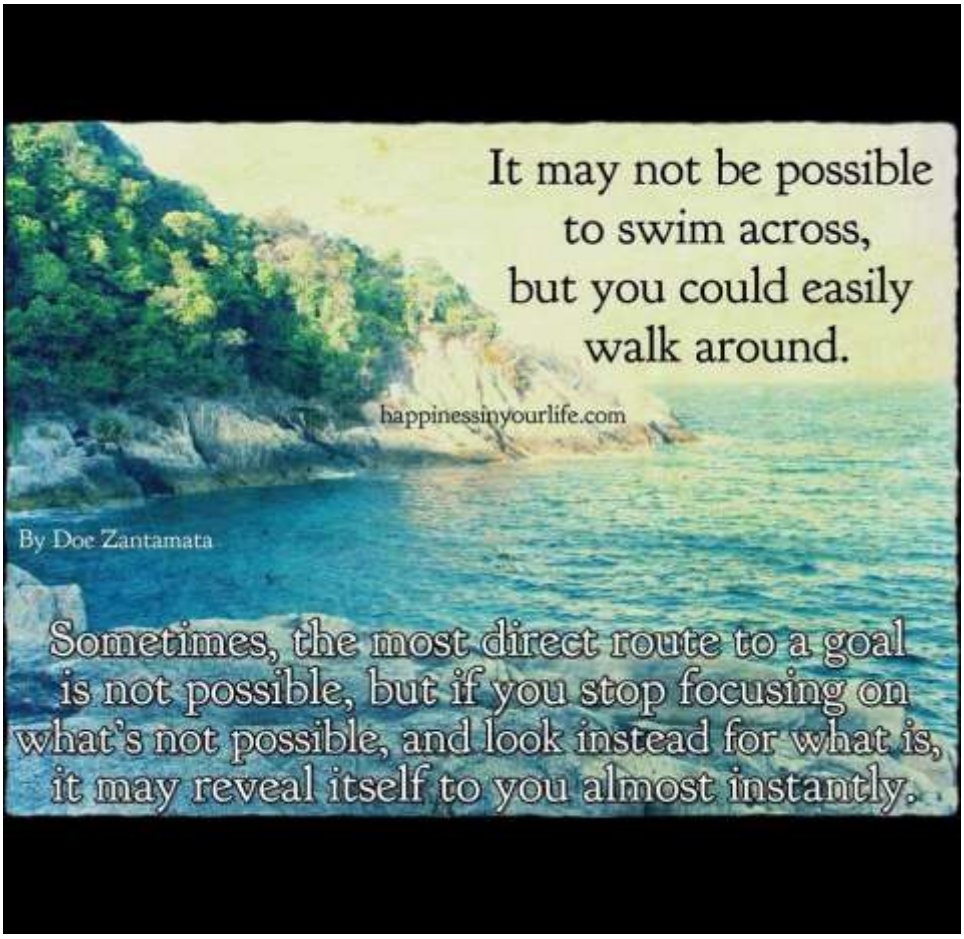
عزت کا تقاضا نہیں، توہین سے انکار

آپ کسی کو زبردستی اپنی عزت کرنے پر مجبور نہیں کر سکتے۔ لیکن یہ آپ کے اختیار میں ہے کہ بے عزتی قبول نہ کریں۔ اپنی عزتِ نفس کی حفاظت کیجیے اور ایسے ماحول سے دور رہیے جہاں آپ کی قدر نہ ہو۔



اپنی زندگی، اپنا انداز

کسی کو یہ حق نہ دیجیے کہ وہ آپ کو اپنی زندگی جینے پر شرمندہ یا مجرم محسوس کروائے۔ یہ زندگی آپ کی ہے، اسے اپنے اصولوں اور حدود میں رہتے ہوئے اپنی مرضی سے جیئیں۔ دوسروں کی بے جا مداخلت سے اپنا سکون نہ چھننے دیجیے



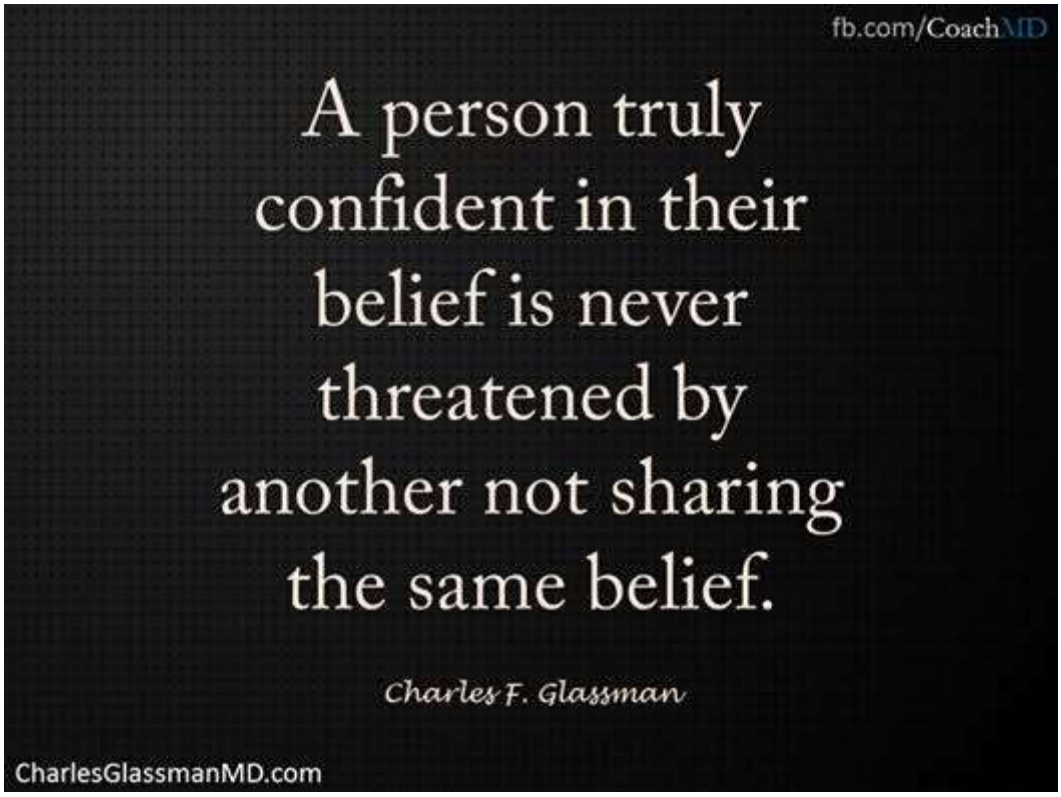
سیدھا راستہ بند؟ گھوم کر پہنچیے!

کبھی کبھی منزل تک پہنچنے کا سیدھا راستہ ممکن نہیں ہوتا۔ ایسے میں ناممکن پر نظریں جمائے رکھنے کے بجائے ممکنہ راستے تلاش کیجیے۔ اکثر متبادل راہ فوراً سامنے آ جاتی ہے۔(ڈوز نتاماتا)



خود کو سب سے بڑا تحفہ: خوش رہنے کی اجازت

ہم اکثر خوشی کو کسی شرط، کسی کامیابی یا کسی دوسرے سے مشروط کر دیتے ہیں۔ حالانکہ سب سے قیمتی تحفہ یہ ہے کہ ہم خود کو خوش رہنے کی اجازت دے دیں۔ خوشی کے لیے کسی کی منظوری ضروری نہیں۔



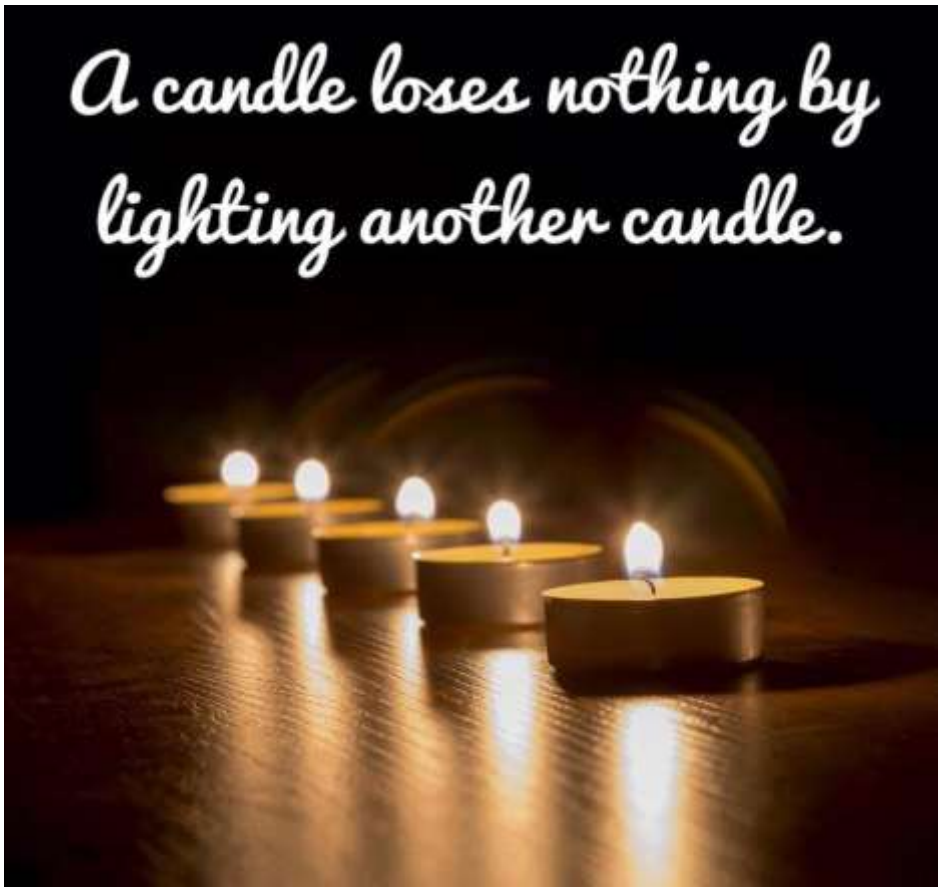
پختہ یقین اختلاف سے نہیں ڈرتا

جو شخص اپنے عقیدے اور نظریے پر دل سے مطمئن ہو، وہ دوسروں کے مختلف خیالات سے خطرہ محسوس نہیں کرتا۔ عدم برداشت دراصل اندرونی کمزوری کی علامت ہے۔ مضبوط ایمان اختلاف کو تحمل سے سنتا ہے۔ (چارلس گلاس مین)



معافی: اپنی خوشی کی حفاظت

کبھی ہم اس لیے معاف نہیں کرتے کہ ہم غلط تھے، بلکہ اس لیے کہ غصہ پالتے رہنا ہماری خوشیاں چھین لیتا ہے۔ ناراضگی کا بوجھ سب سے زیادہ اٹھانے والے ہی کو تھکاتا ہے۔ معاف کیجیے اور ہلکے ہو جایئے۔



چراغ سے چراغ جلتا ہے

ایک شمع دوسری شمع کو روشن کر کے اپنی روشنی کم نہیں کرتی۔ اسی طرح علم، محبت اور خوشی بانٹنے سے گھٹتی نہیں بلکہ بڑھتی ہے۔ دوسروں کی زندگی روشن کیجیے، آپ کی روشنی بھی دوگنی ہو جائے گی۔



ٹوٹا دل، مگر محبت پر یقین سلامت

دل ٹوٹنے کے بعد بھی محبت پر یقین رکھنا بڑی ہمت کا کام ہے۔ ایسا انسان تلخی کے بجائے امید کا چراغ جلائے رکھتا ہے۔ یہی حوصلہ اسے سب سے خوبصورت بنا دیتا ہے



ایمانداری مہنگا تحفہ ہے

ایمانداری ایک نایاب اور قیمتی خوبی ہے جو ہر کسی کے پاس نہیں ہوتی۔ کم ظرف لوگوں سے سچائی اور وفا کی توقع رکھنا خود کو مایوس کرنا ہے۔ رشتے بنایئے تو کردار دیکھ کر بنایئے



معصومیت کی دوستی، فطرت کی گود میں

خزاں کے سنہری پتوں پر لیٹا ایک بچہ لومڑی کو محبت سے تک رہا ہے۔ بچوں کا دل خوف اور تعصب سے پاک ہوتا ہے، اسی لیے وہ ہر مخلوق سے دوستی کر لیتے ہیں۔ کاش ہم بڑے بھی یہ معصومیت سنبھال کر رکھ سکیں۔



خوش لوگ: سب کچھ نہیں، سب کو بہترین بنا لیتے ہیں

سب سے خوش لوگ وہ نہیں جن کے پاس ہر چیز بہترین ہو، بلکہ وہ ہیں جو جو کچھ ملا ہے اسی کو بہترین انداز میں برت لیتے ہیں۔ قناعت اور مثبت سوچ ہی خوشی کی کنجی ہے۔

(زگ زگلر)



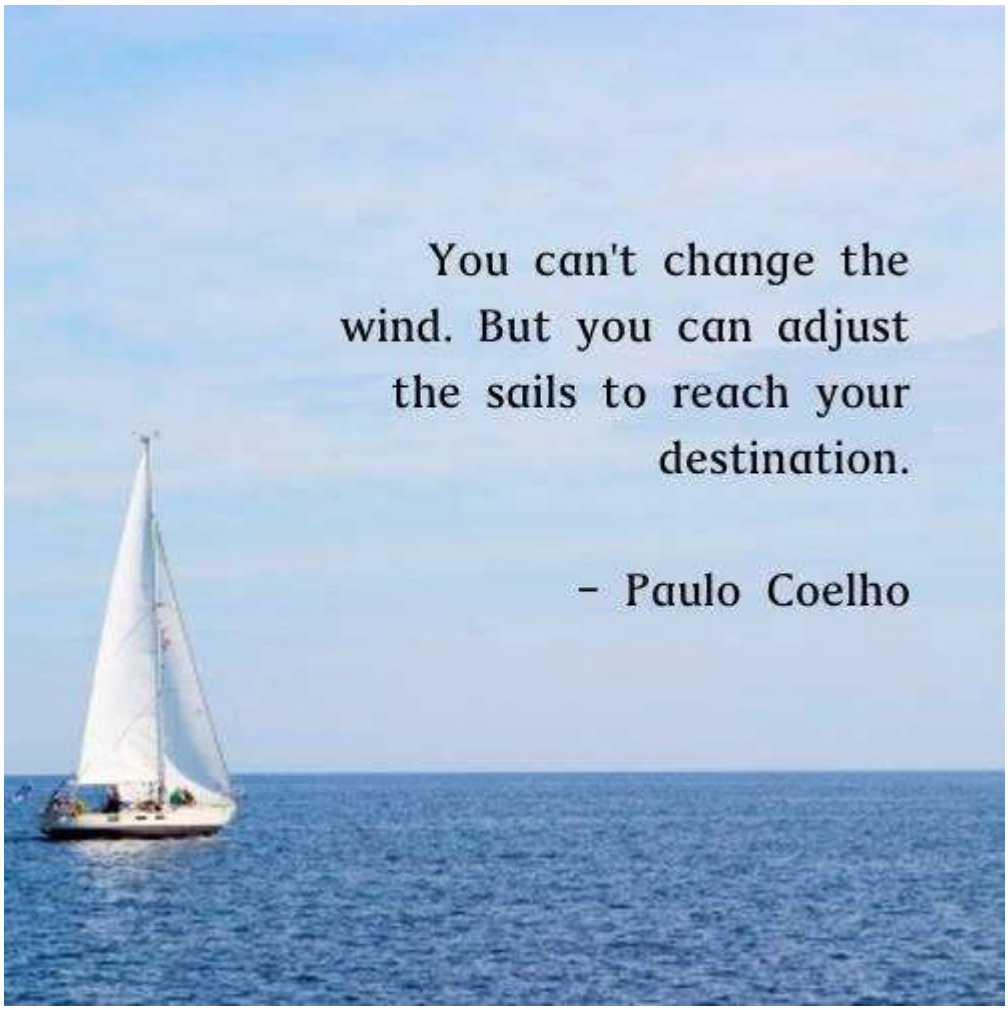
منفی لوگوں سے دور، خود اعتمادی کے قریب

منفی سوچ رکھنے والے لوگ آہستہ آہستہ آپ کی خود اعتمادی اور عزتِ نفس کو کھوکھلا کر دیتے ہیں۔ ان کی باتیں حوصلہ توڑتی اور خواب چھینتی ہیں۔ ایسے لوگوں سے فاصلہ رکھنا خود سے محبت کا تقاضا ہے



جو ہے، اس پر شکر!

جو نعمتیں ہمیں آسانی سے میسر ہیں، اکثر ہم ان کی قدر نہیں کرتے۔ دنیا میں بے شمار لوگ انہی چیزوں کو ترستے ہیں۔ شکر گزاری نعمتوں کو بڑھاتی اور دل کو مطمئن رکھتی ہے۔



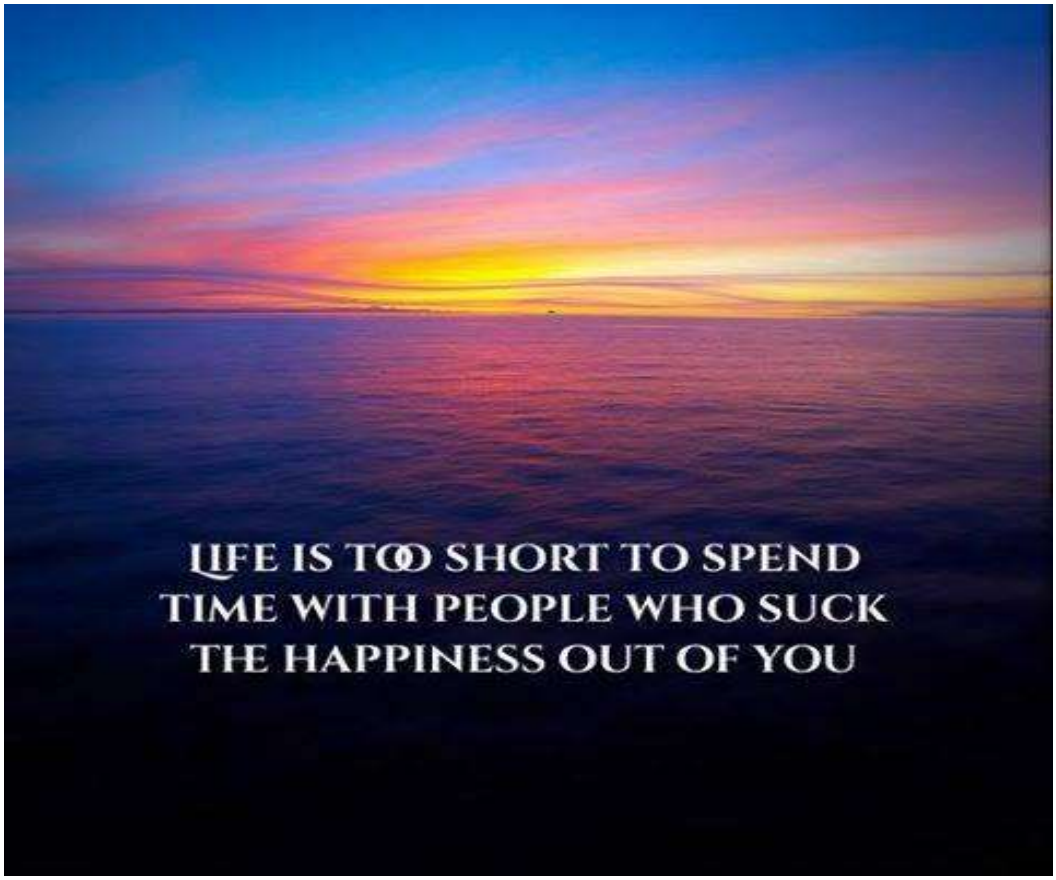
ہوا نہیں بدلتی، بادبان بدلیے

حالات کا رخ ہمیشہ ہمارے بس میں نہیں ہوتا، مگر ہم اپنی حکمتِ عملی اور رویہ بدل کر منزل تک پہنچ سکتے ہیں۔ عقلمند ملاح ہوا سے لڑتا نہیں، بادبان سنبھالتا ہے۔(پاؤلو کوئلو



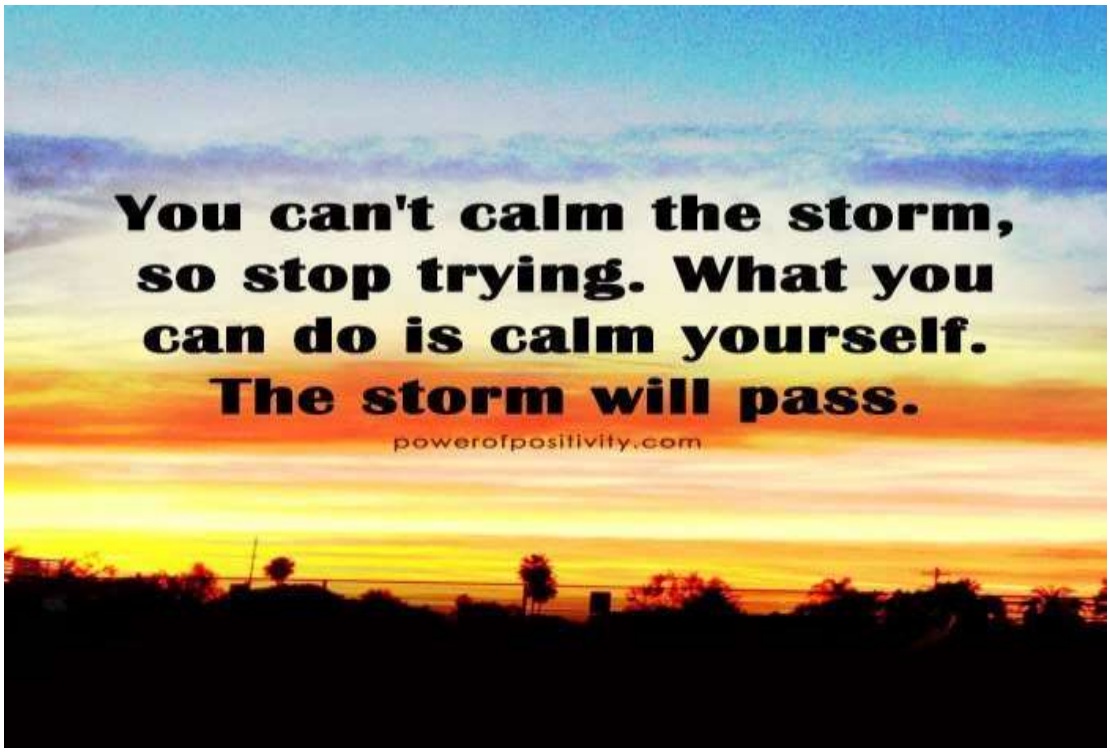
خوابوں پر سودے بازی نہیں

خواب انسان کی روح کی آواز ہوتے ہیں۔ حالات کتنے ہی مشکل کیوں نہ ہوں، اپنے خوابوں سے دستبردار ہونا اپنی ذات سے سمجھوتہ ہے۔ ان پر ڈٹے رہیے، یہی زندگی کو معنی دیتے ہیں۔(پاؤلو کوئلو)



زندگی مختصر ہے، خوشیاں چرانے والوں کو نہ دیجیے

زندگی اتنی لمبی نہیں کہ اسے ایسے لوگوں کے ساتھ گزارا جائے جو ہر وقت مایوسی پھیلاتے اور خوشیاں چھینتے ہیں۔ اپنا قیمتی وقت ان لوگوں کو دیجیے جو آپ کی زندگی میں روشنی لائیں۔



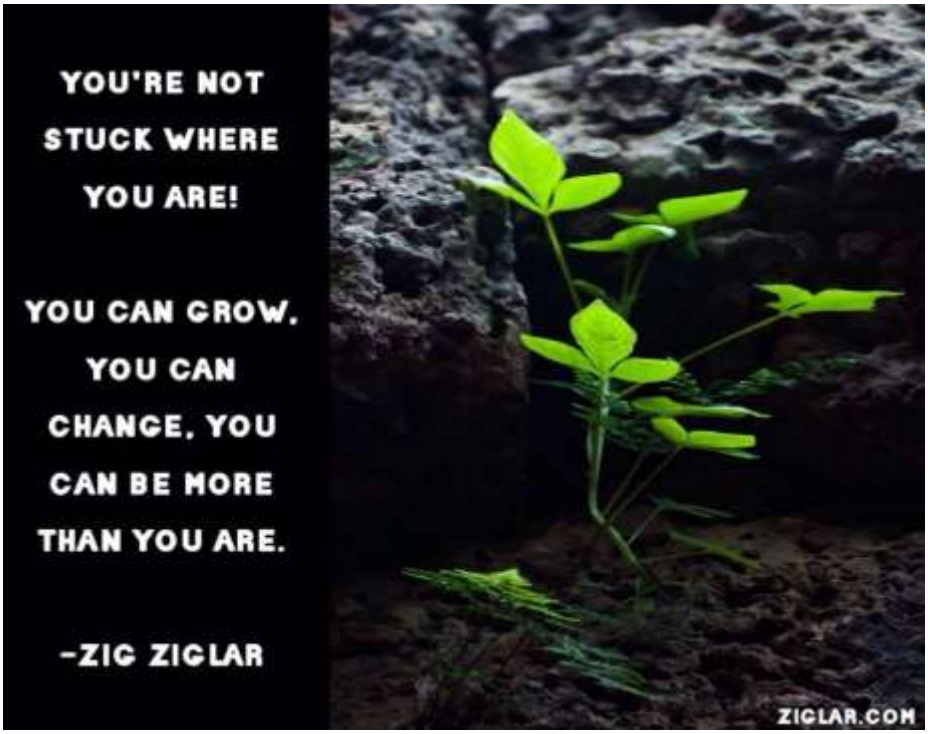
طوفان کو نہیں، خود کو پر سکون کیجیے

کچھ طوفان ہمارے اختیار سے باہر ہوتے ہیں، انہیں روکنے کی کوشش صرف تھکا دیتی ہے۔ اصل ہنر یہ ہے کہ ہم اپنے اندر سکون قائم رکھیں۔ یقین رکھیے، ہر طوفان آخرکار گزر جاتا ہے۔



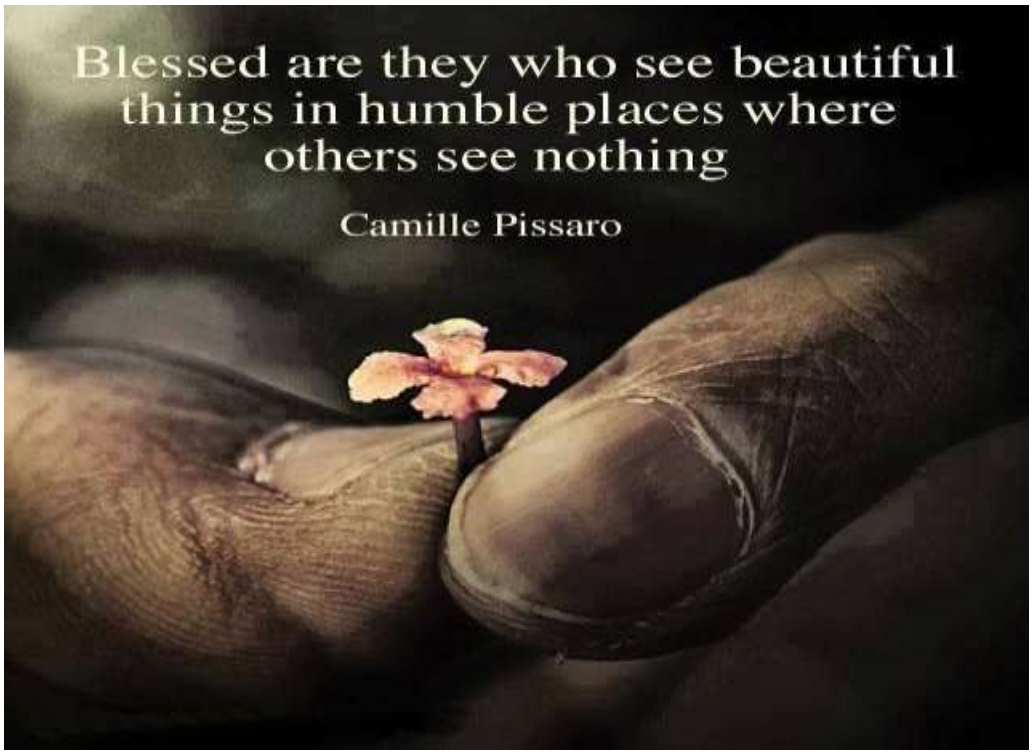
زندگی ایک کینوس—اسے شاہکار بنایئے

زندگی ایک خالی کینوس کی مانند ہے اور اس میں رنگ بھرنا ہمارے اپنے ہاتھ میں ہے۔ محنت، محبت اور امید کے رنگوں سے اسے سجایئے۔ ایسی تصویر بنایئے جس پر آنے والی نسلیں فخر کریں۔



آپ جہاں ہیں، وہاں قید نہیں

پتھروں کی دراڑ سے پھوٹتا ننھا پودا بتاتا ہے کہ حالات کتنے ہی سخت ہوں، بڑھنا ممکن ہے۔ آپ بدل سکتے ہیں، سیکھ سکتے ہیں اور اپنی موجودہ حالت سے کہیں بڑھ کر بن سکتے ہیں۔ بس ہمت نہ ہاریے۔ (زگ زگلر)



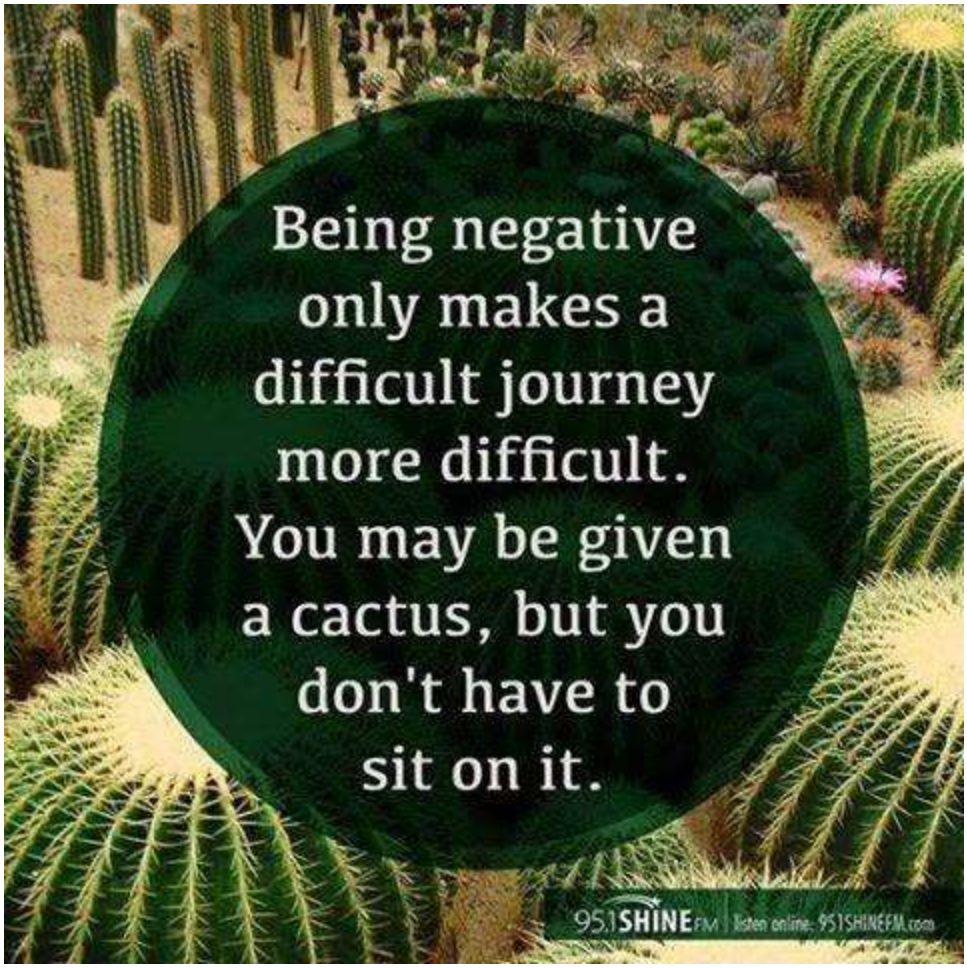
خوش نصیب وہ جو عام جگہوں میں حسن دیکھیں

کھردرے ہاتھوں میں تھاما ایک ننھا پھول یاد دلاتا ہے کہ خوبصورتی ہر جگہ موجود ہے، بس اسے دیکھنے والی آنکھ چاہیے۔ مبارک ہیں وہ لوگ جو معمولی جگہوں میں بھی غیر معمولی حسن تلاش کر لیتے ہیں۔ (کامیل پیسارو)



صرف معذرت کافی نہیں، بدلنا ہو گا

بار بار "معاف کیجیے" کہنا اس وقت بے معنی ہو جاتا ہے جب رویہ نہ بدلے۔ سچی ندامت کا ثبوت عمل کی تبدیلی ہے۔ الفاظ کے بجائے کردار سے اپنی معذرت ثابت کیجیے۔



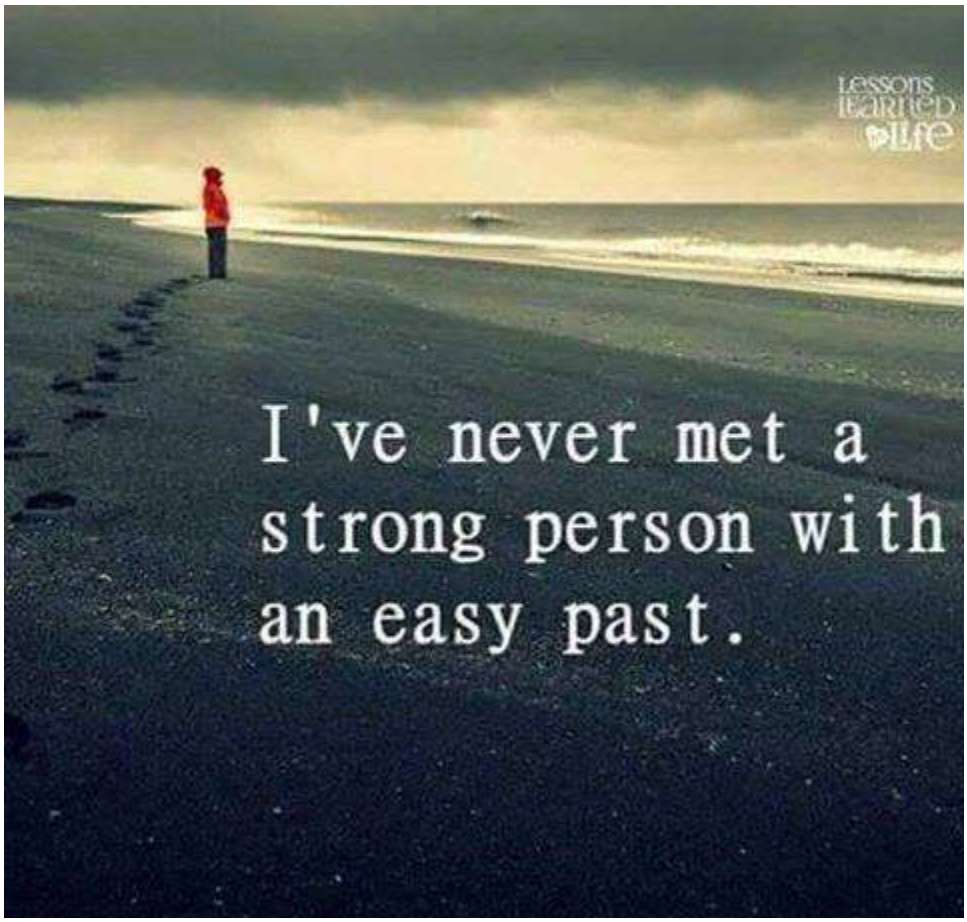
کانٹے ملیں تو ان پر بیٹھنا ضروری نہیں

زندگی کے سفر میں مشکلات آتی ہیں، مگر منفی سوچ ان مشکلات کو دوگنا کر دیتی ہے۔ اگر قسمت نے کیکٹس تھما دیا ہے تو اس پر بیٹھ کر خود کو زخمی کرنا ضروری نہیں۔ مثبت رویہ کٹھن راہ کو بھی آسان کر دیتا ہے۔



رنگین امیدیں، نیا سفر

دھند آلود سڑک پر ایک لڑکی سوٹ کیس اور رنگ برنگے غبارے لیے آگے بڑھ رہی ہے۔ یہ منظر امید، حوصلے اور نئی شروعات کی علامت ہے۔ راستہ دھندلا ہو تب بھی خوابوں کے رنگ ساتھ ہوں تو سفر خوبصورت بن جاتا ہے۔



مضبوط لوگوں کا ماضی کبھی آسان نہیں ہوتا

جو لوگ آج مضبوط اور باحوصلہ دکھائی دیتے ہیں،
وہ کٹھن راستوں سے گزر کر یہاں پہنچے ہیں۔
مشکلات انسان کو توڑتی نہیں بلکہ تراشتی ہیں۔ آج
کی آزمائش کل کی طاقت ہے



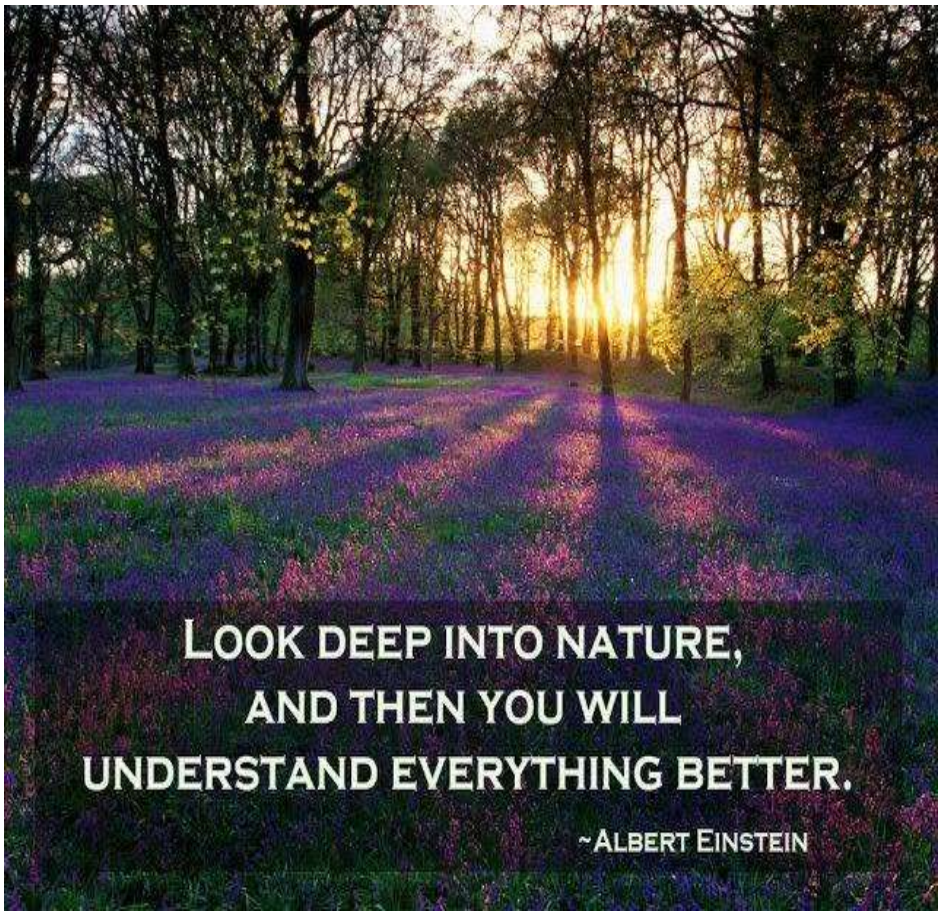
آخری غلطی، بہترین استاد

ہر غلطی اپنے اندر ایک سبق چھپائے ہوتی ہے۔ جو شخص اپنی تازہ غلطی پر غور کرتا ہے، وہ کسی کتاب سے زیادہ سیکھ لیتا ہے۔ غلطی پر مایوس ہونے کے بجائے اس سے سیکھیے۔



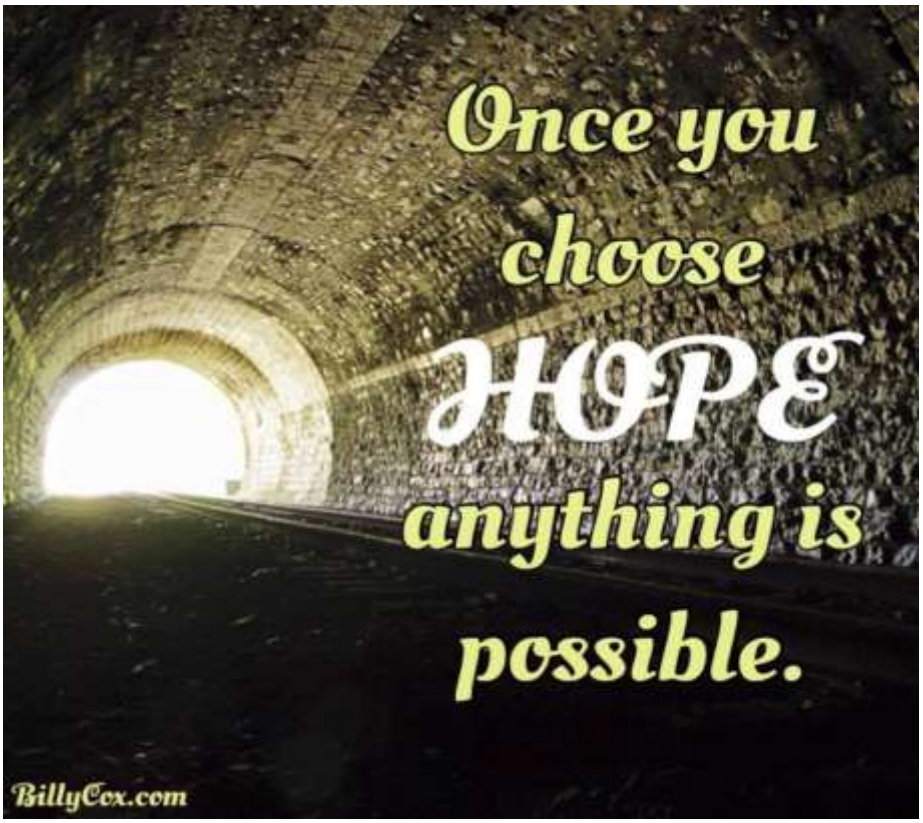
سنیے سمجھنے کے لیے، جواب دینے کے لیے نہیں

ہماری گفتگو کا سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ ہم سمجھنے کے لیے نہیں، جواب دینے کے لیے سنتے ہیں۔ نتیجہ یہ کہ باتیں تو ہوتی ہیں مگر دل نہیں ملتے۔ توجہ سے سننا ہی اچھے تعلقات کی بنیاد ہے



فطرت میں جھانکیے، سب سمجھ آ جائے گا

فطرت کائنات کی سب سے بڑی کتاب ہے۔ درختوں، پھولوں اور روشنی کے نظام پر گہرائی سے غور کریں تو زندگی کے بہت سے راز کھلنے لگتے ہیں۔ فطرت سے قربت ذہن کو وسعت اور دل کو سکون دیتی ہے۔ (البرٹ آئن اسٹائن)



امید کا دامن تھامیے، سب ممکن ہے

سرنگ کتنی ہی تاریک کیوں نہ ہو،
دوسرے سرے پر روشنی ضرور ہوتی
ہے۔ جب انسان امید کا راستہ چن لیتا ہے
تو ناممکن بھی ممکن نظر آنے لگتا ہے۔
مایوسی موت ہے اور امید زندگی



الزام دیا، اختیار کھویا

جب ہم اپنی ناکامیوں کا ذمہ دار دوسروں کو ٹھہراتے ہیں تو دراصل اپنی بہتری کا اختیار انہیں سونپ دیتے ہیں۔ ذمہ داری قبول کرنے والا ہی خود کو بدل سکتا ہے۔ الزام تراشی چھوڑیے، خود احتسابی اپنائیے۔ (بلی کاکس)



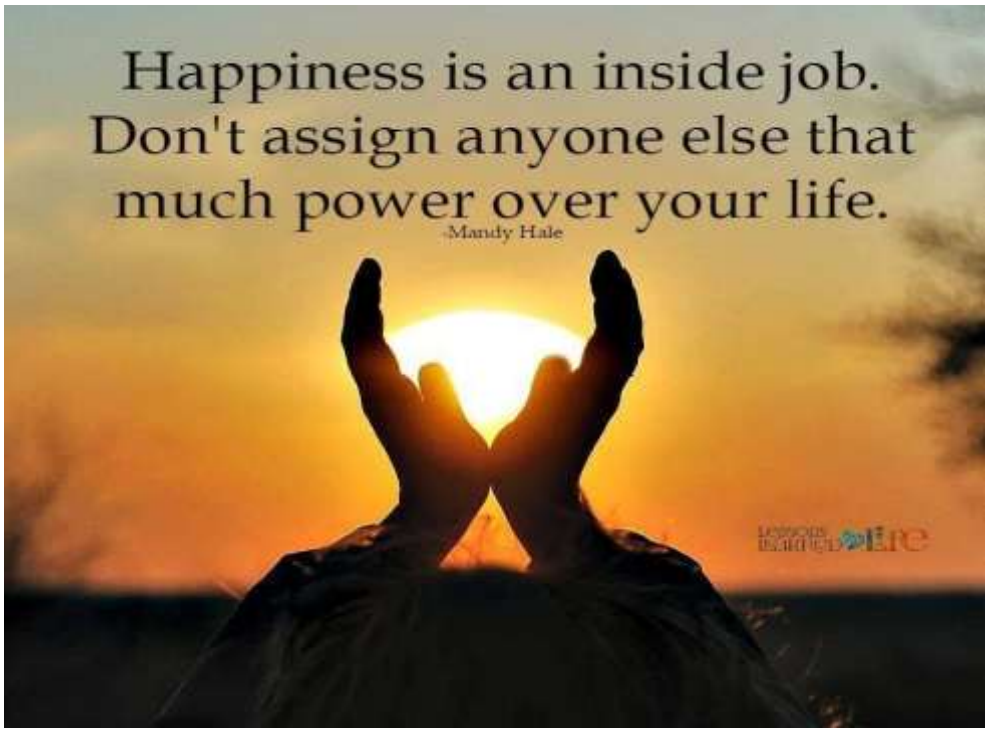
کامل وقت کا انتظار نہیں، جرات کی چھلانگ

جو لوگ ہمیشہ مناسب وقت کے انتظار میں رہتے ہیں، ان کا وقت اکثر گزر جاتا ہے۔ کبھی کبھی کامیابی کے لیے ہمت کر کے قدم اٹھانا پڑتا ہے۔ سوچ سمجھ کر سہی، مگر جرات سے آگے بڑھیے۔



ہمت نہ ہاریے، آخری چابی دروازہ کھولتی ہے

اکثر کامیابی اس وقت ملتی ہے جب ہم ہار ماننے کے قریب ہوتے ہیں، جیسے گچھے کی آخری چابی ہی تالا کھول دیتی ہے۔ مسلسل کوشش جاری رکھیے، منزل شاید بس ایک قدم دور ہو۔ (پاؤلو کوئلو)



خوشی اندر کا معاملہ ہے

اپنی خوشی کی ڈور کسی دوسرے کے ہاتھ میں مت دیجیے۔ جو شخص اپنی مسرت دوسروں کے رویوں سے مشروط کر دیتا ہے، وہ ہمیشہ بے بس رہتا ہے۔ خوشی کا چراغ اپنے دل میں روشن کیجیے۔ (مینڈی ہیل)



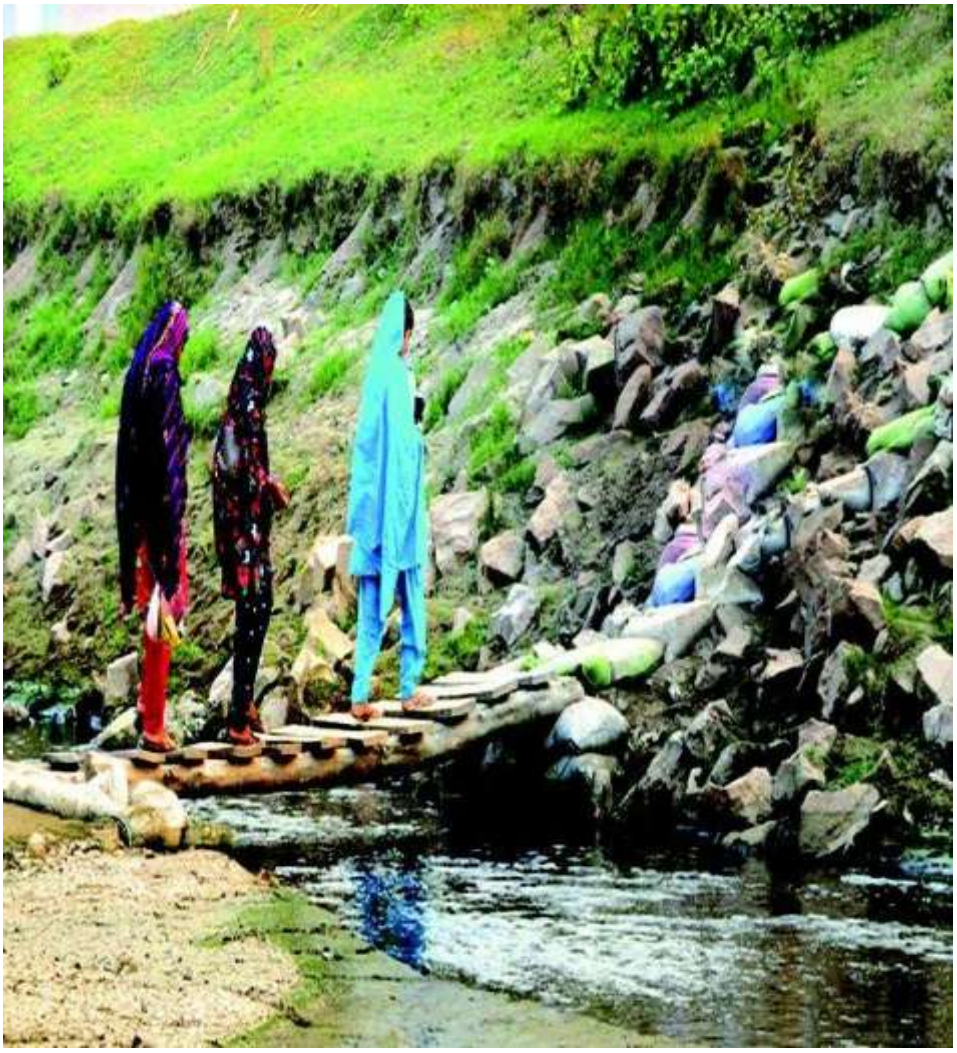
رویہ: چھوٹی سی چیز، بڑا فرق

بلی کا سایہ شیر کی صورت میں نظر آنا بتاتا ہے کہ انسان کی اصل طاقت اس کی سوچ اور رویے میں ہے۔ مثبت رویہ عام انسان کو بھی غیر معمولی بنا دیتا ہے۔ اپنا زاویۂ نظر بدلیے، دنیا بدل جائے گی۔ (ونسٹن چرچل)



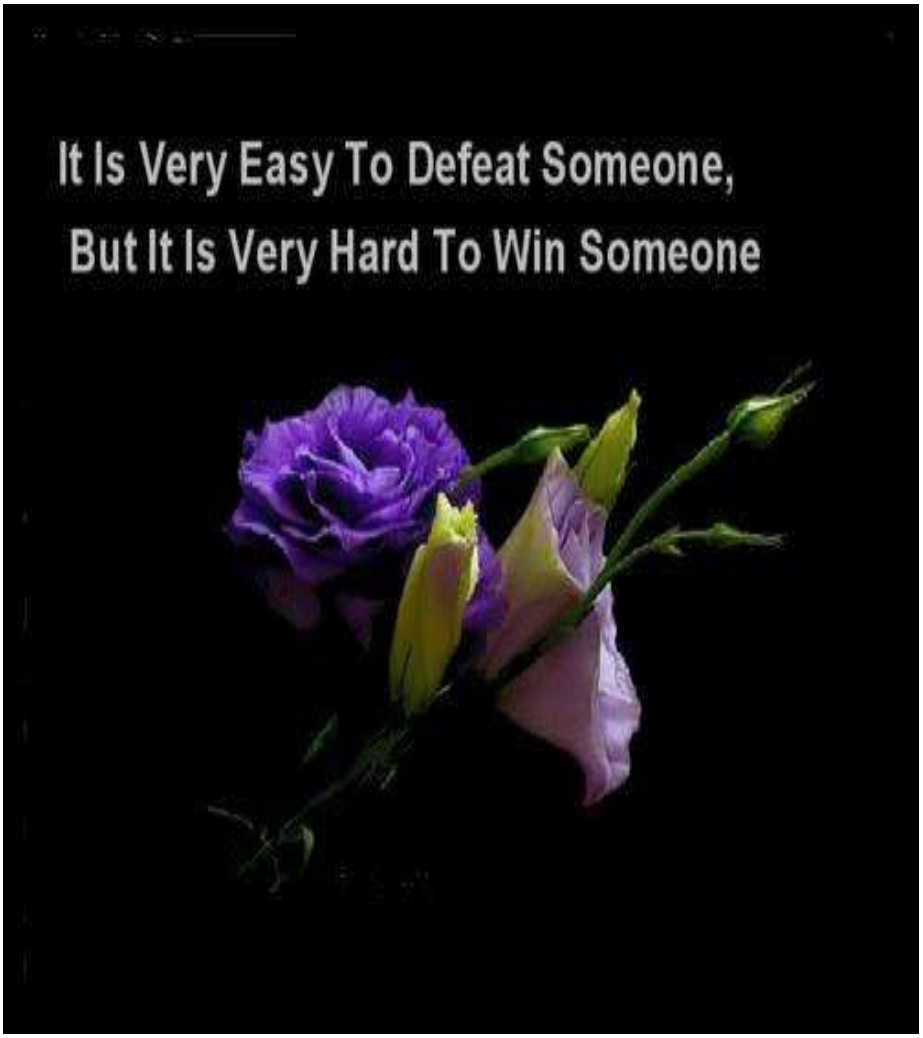
روح کے پانچ حواس

ہم دیکھنے، سننے اور چھونے جیسے جسمانی حواس سے تو واقف ہیں، مگر روح کے حواس کو بھول جاتے ہیں۔ ہمدردی، اعتماد، وجدان، محبت اور ہم آہنگی ہی انسان کو حقیقی انسان بناتے ہیں۔ ننھا ہاتھ جب بزرگ کی انگلی تھامتا ہے تو یہی حواس بولتے ہیں۔ (اسٹیون ایچیسن



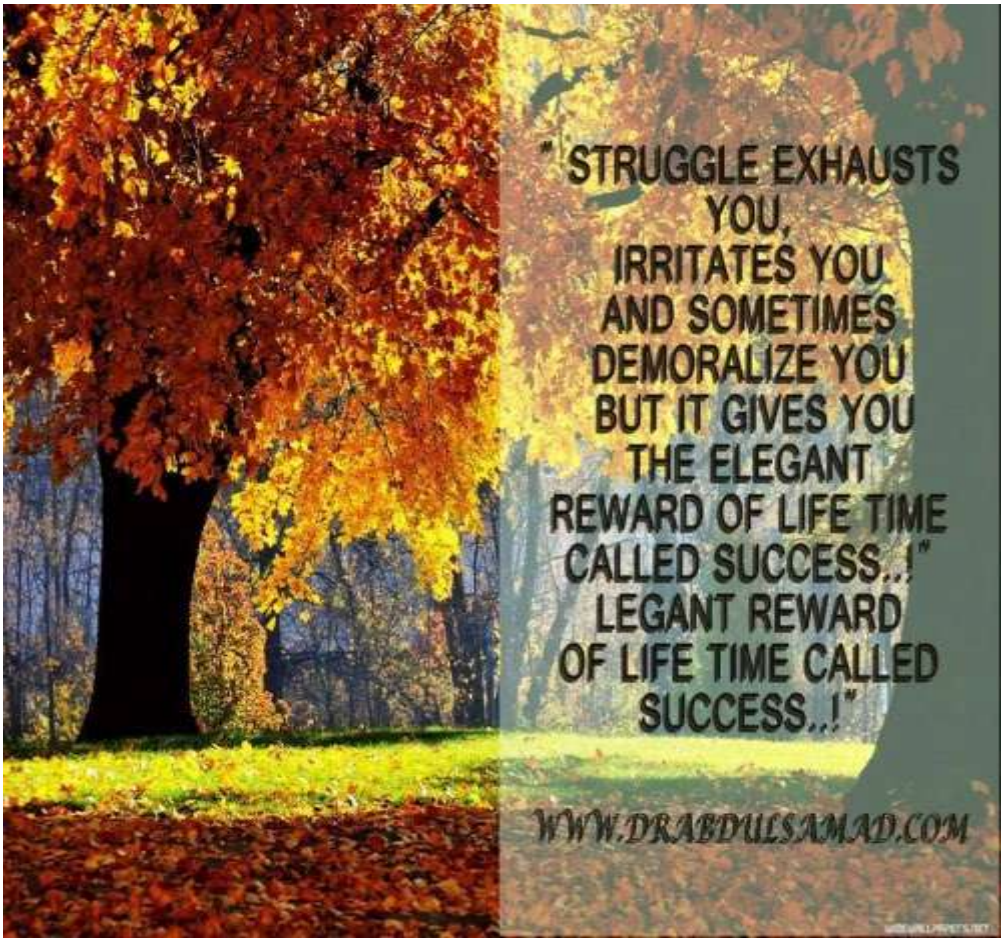
ندی پار کرتی خواتین—جوہر ٹاؤن لاہور

پتھروں پر سنبھل سنبھل کر قدم رکھتی یہ خواتین بتاتی ہیں کہ بڑے شہر کے کنارے آج بھی بنیادی سہولتوں کی کمی ہے۔ ایک چھوٹا سا پل کئی زندگیوں کو آسان بنا سکتا ہے۔



ہرانا آسان، دل جیتنا مشکل :

: کسی کو شکست دینا لمحوں کا کام ہے، مگر کسی کا دل جیتنے کے لیے محبت، صبر اور اخلاص درکار ہوتا ہے۔



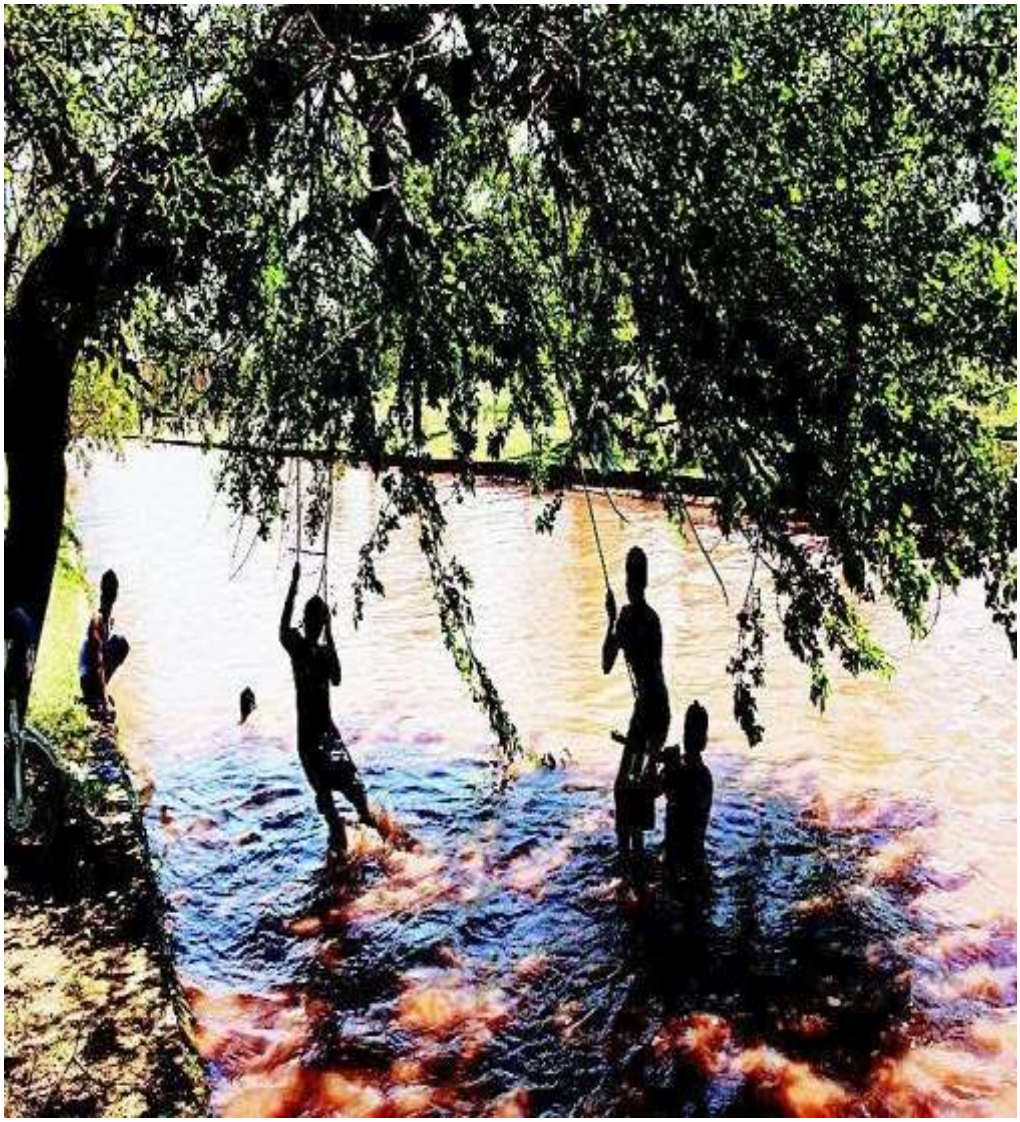
جدوجہد کا صلہ ـــ کامیابی

جدوجہد تھکاتی بھی ہے، الجھاتی بھی ہے اور کبھی مایوس بھی کرتی ہے، مگر آخر کار یہی زندگی بھر کا سب سے خوبصورت انعام عطا کرتی ہے جسے کامیابی کہتے ہیں



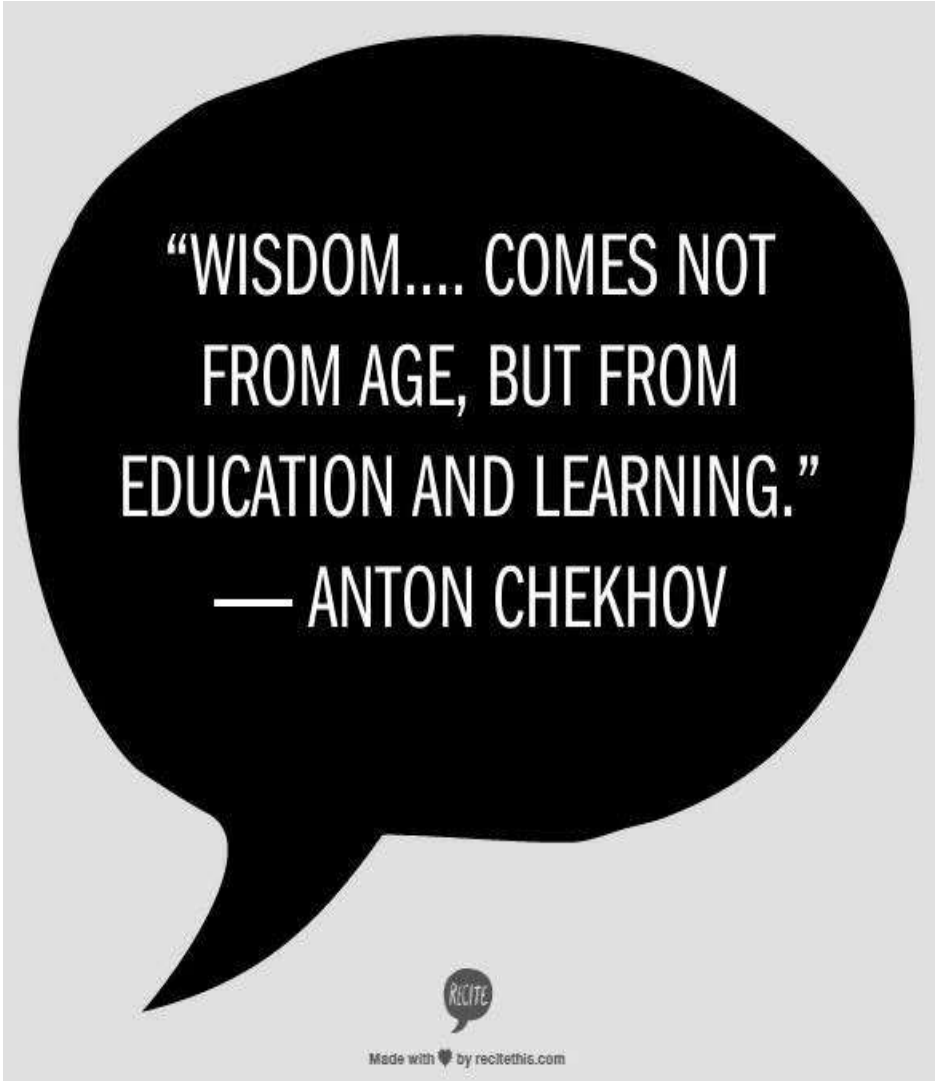
لاہور میں ٹریفک کا مسئلہ

گنجائش سے کہیں زیادہ طلبہ سے لدی یہ گاڑی ٹرانسپورٹ کی کمی اور ہماری لاپرواہی دونوں کی تصویر ہے۔ ایک معمولی جھٹکا بڑے حادثے میں بدل سکتا ہے؛ محفوظ سفر ہر شہری کا حق ہے



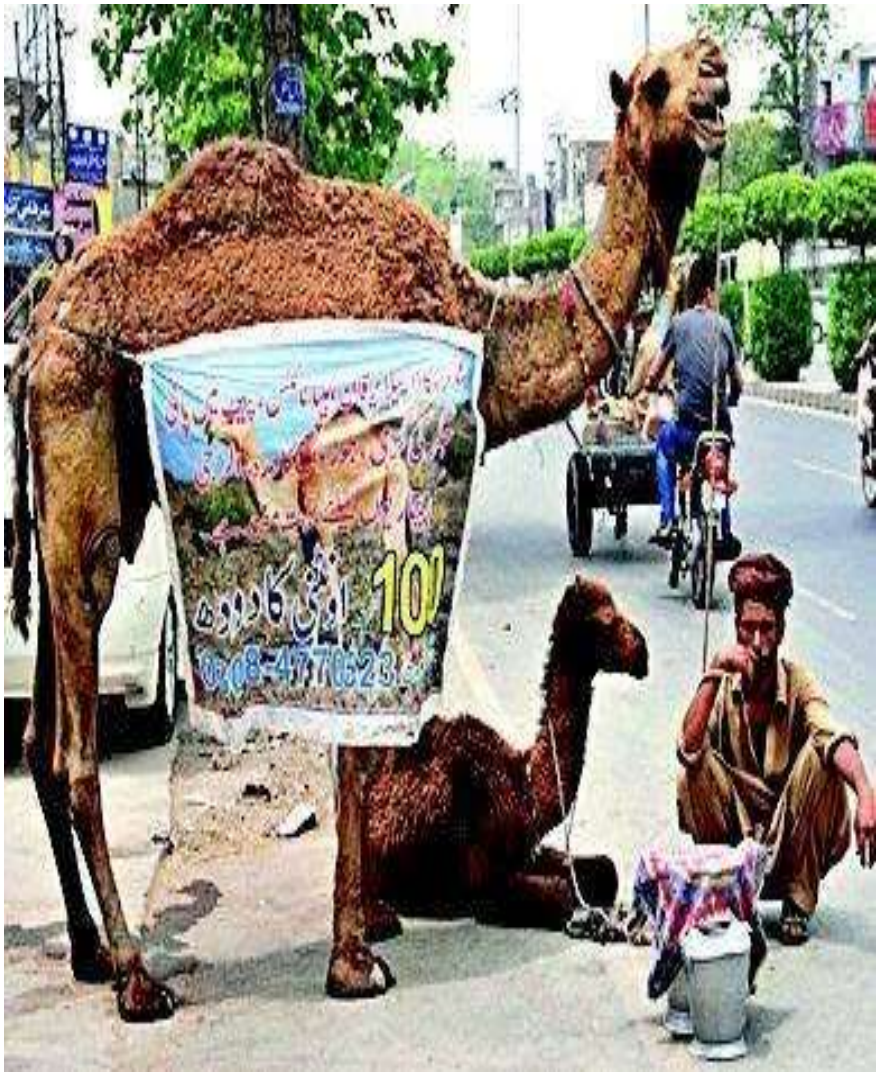
گرم اتوار ــــ لاہور اور نہر :

: شدید گرمی میں نہر لاہوریوں کا مفت سوئمنگ پول بن جاتی ہے۔ لطف اپنی جگہ، مگر احتیاط ضروری ہے کیونکہ ہر سال کئی قیمتی جانیں نہر کی نذر ہو جاتی ہیں



دانائی عمر سے نہیں، علم سے — انتون چیخوف

عقل و دانش سفید بالوں کی محتاج نہیں؛ یہ تعلیم، مطالعے اور مسلسل سیکھنے سے حاصل ہوتی ہے



سڑک کنارے اونٹنی کا دودھ

: شہر کی مصروف سڑک پر اونٹنی کا تازہ دودھ بیچتا یہ شخص روزی کمانے کے روایتی انداز کی یاد دلاتا ہے۔ دیہی ثقافت آج بھی شہر کے بیچ سانس لے رہی ہے



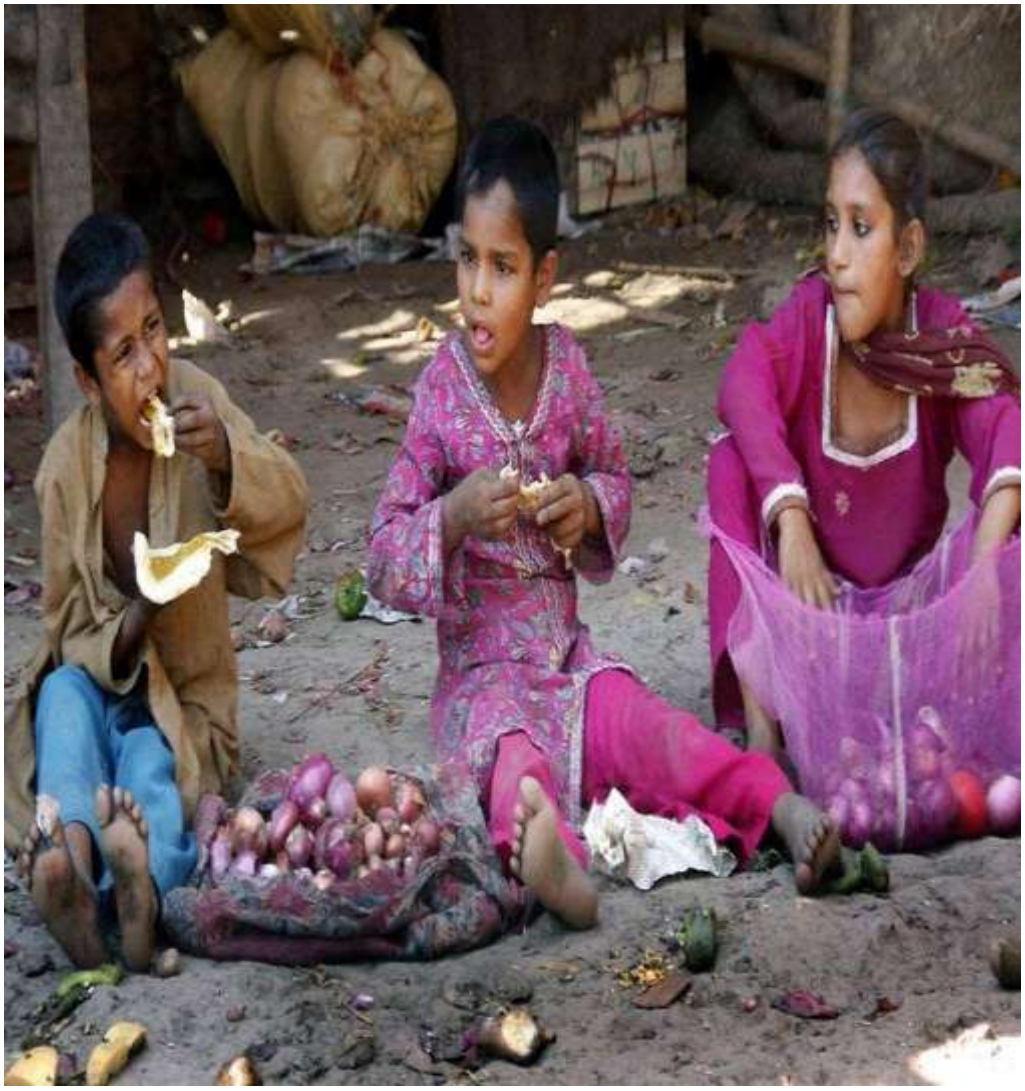
سردیوں کی سوغات — بھنی مونگ پھلی

سڑک کنارے کڑاہی میں بھنتی مونگ پھلی لاہور کی سردیوں کی پہچان ہے۔ یہ محنت کش ٹھٹھرتی شام میں گرمائش بھی بیچتا ہے اور اپنے گھر کا چولہا بھی جلاتا ہے



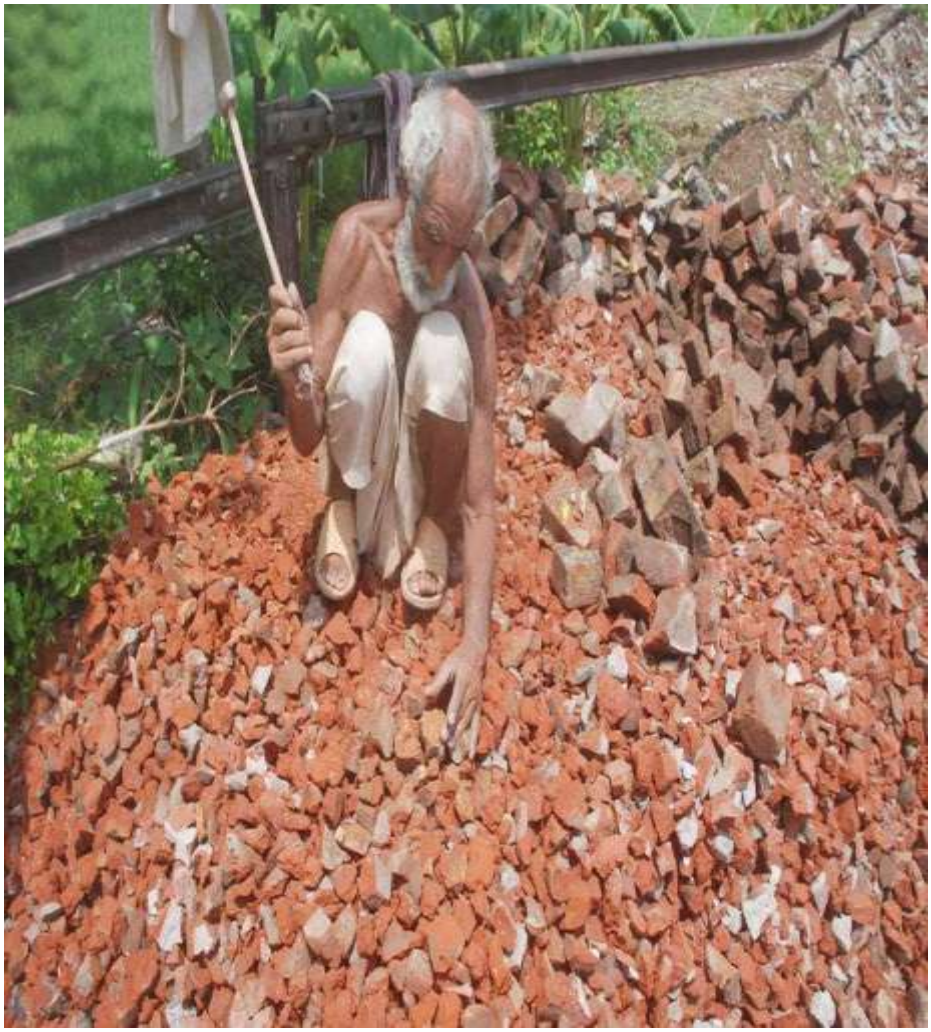
خوشی کا راز ــــ قناعت

: جو کچھ آپ کے پاس ہے اس پر راضی رہنا ہی خوش رہنے کا اصل فن ہے



پیاز کے ڈھیر پر بچپن

: جن ہاتھوں میں کتابیں ہونی چاہئیں وہ منڈی میں پیاز چن رہے ہیں۔ غربت بچوں سے ان کا بچپن چھین لیتی ہے؛ ان کی تعلیم ہم سب کی ذمہ داری ہے



بڑھاپا اور مشقت

جس عمر میں آرام اور خدمت کا حق بنتا ہے، یہ بزرگ اینٹیں توڑ کر روٹی کما رہا ہے۔

معاشرے کے بزرگوں کا سہارا بننا ہمارا فرض ہے



پٹڑی پر نیند

تھکن اور بے گھری انسان کو ریل کی پٹڑی پر بھی سُلا دیتی ہے۔ یہ منظر ہمارے سماجی تحفظ کے نظام پر ایک سوالیہ نشان ہے



ایک نوالے کی خاطر

مفت کھانے کی تقسیم پر بڑھتے ہاتھ بھوک کی شدت بیان کرتے ہیں۔ خیرات

کے ساتھ ساتھ روزگار کے ایسے مواقع بھی پیدا کرنے ہوں گے کہ کسی کو ہاتھ

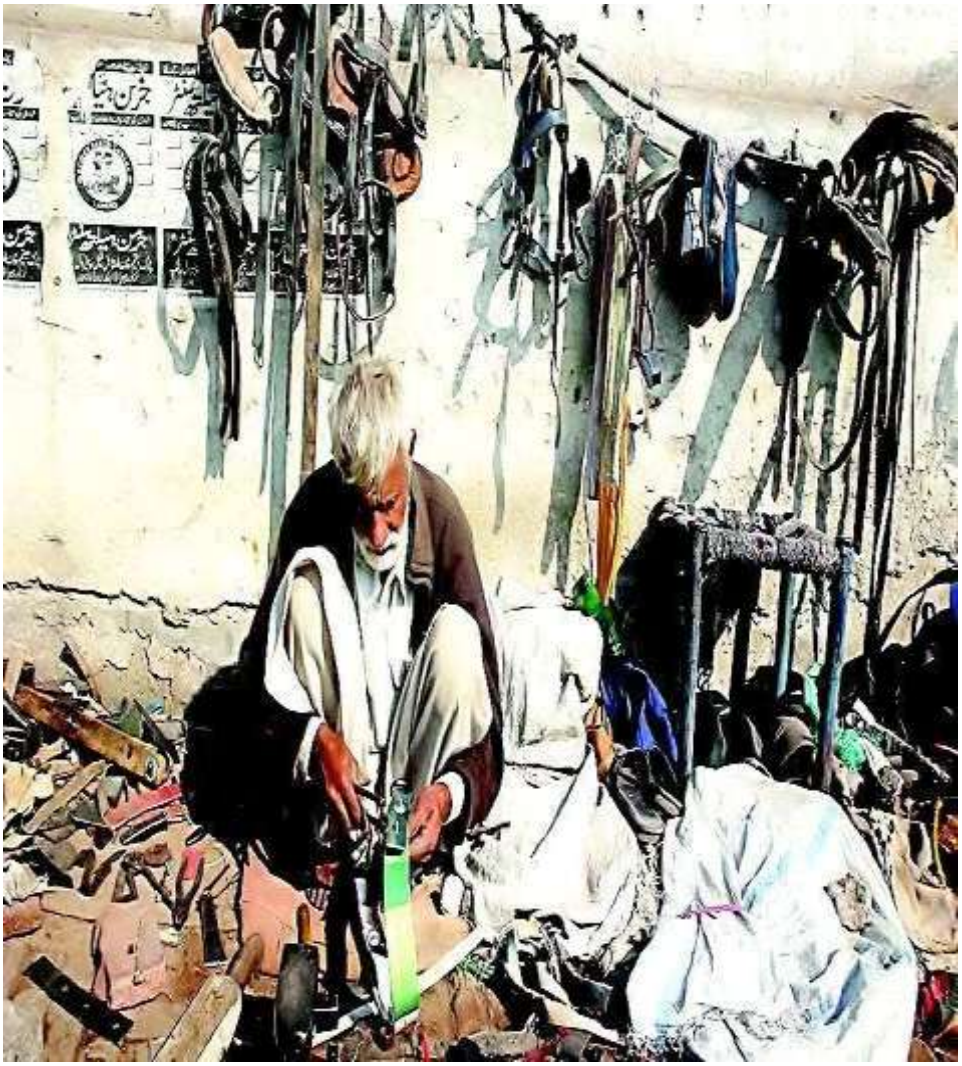
نہ پھیلانا پڑے۔



گنے کے ڈھیر پر گزر بسر

: چارپائی پر بیٹھی یہ ماں اور بچے سادہ زندگی اور کٹھن حالات کی

داستان سناتے ہیں، جہاں کل کی فکر ہر روز ساتھ رہتی ہے۔



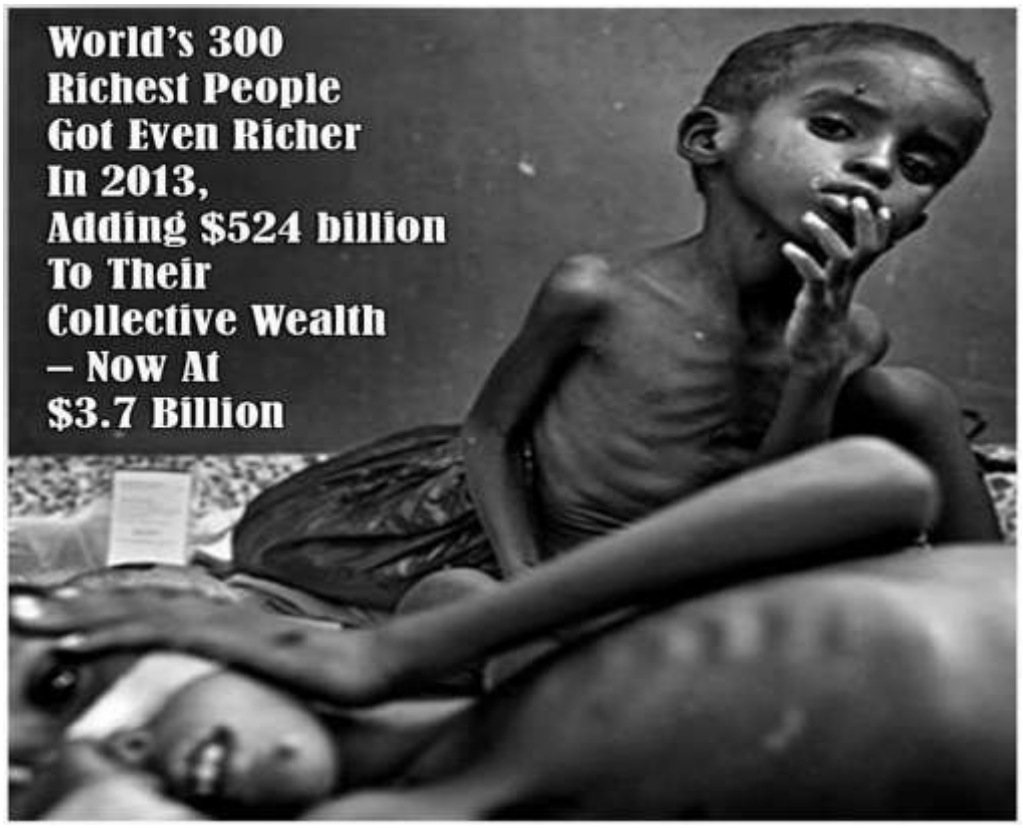
بزرگ کاریگر کی محنت

: عمر ڈھل گئی مگر ہاتھ آج بھی ہنر سے روزی کمار ہے ہیں۔ حلال رزق کی یہ جستجو قابلِ احترام ہے



بھوک مٹانے کی خاطر ہم نے سپنے بیچ دیئے

: کوڑا چنتی یہ ننھی بچی ان لاکھوں بچوں کی نمائندہ ہے جن کے خواب غربت کی آگ میں جل جاتے ہیں



امیر امیر تر، غریب غریب تر

2013 میں دنیا کے 300 امیر ترین افراد کی دولت میں 524 ارب ڈالر کا اضافہ ہوا، جبکہ بھوک سے نڈھال بچے آج بھی ایک نوالے کو ترس رہے ہیں۔ یہ عدم مساوات انسانیت کے ضمیر پر سوال ہے



فٹ پاتھ پر بڑھاپا

سڑک کنارے بیٹھی یہ بزرگ خاتون یاد دلاتی ہے کہ بے سہارا بزرگ ہماری توجہ اور محبت کے سب سے زیادہ حقدار ہیں



کچرے میں رزق کی تلاش

: کوڑے کے ڈھیر میں کچھ ڈھونڈتا یہ بچہ ہمارے معاشرے کا کڑوا سچ ہے۔ ہر بچے کا حق ہے کہ وہ اسکول میں ہو، کچرے میں نہیں



گرے ہوئے ٹماٹر چنتی خاتون

منڈی میں پھینکے گئے ٹماٹر اٹھاتی یہ خاتون مہنگائی کی مار کی عکاس ہے۔ جو ہم ضائع کرتے ہیں، وہ کسی کے گھر کا کھانا ہو سکتا ہے



حسد کرنے والوں کا احترام

حسد کرنے والوں سے نفرت نہ کریں، کیونکہ ان کا حسد اس بات کا اعتراف ہے کہ وہ آپ کو خود سے بہتر سمجھتے ہیں



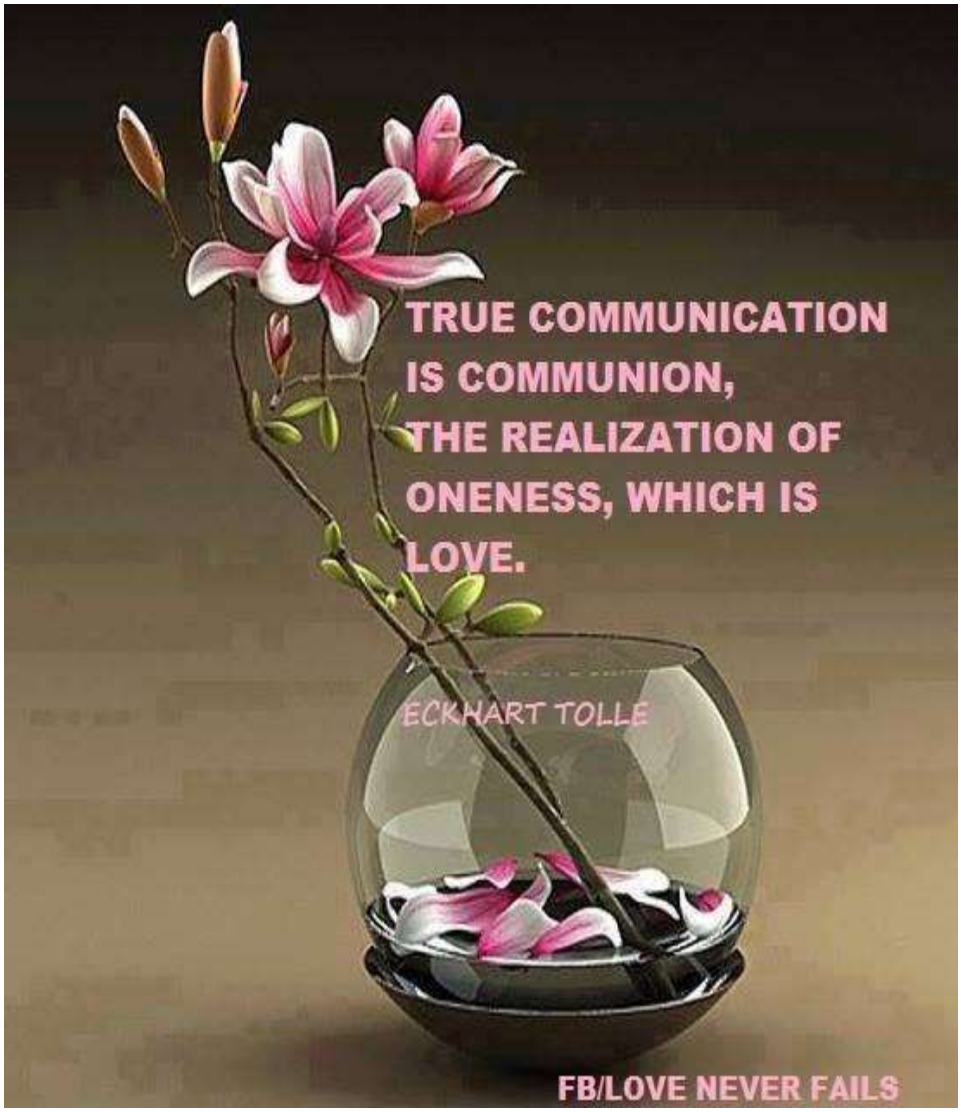
ہمت ہو تو معذوری رکاوٹ نہیں

بازوؤں کے بغیر منہ سے مصوری کرتی یہ باہمت لڑکی ثابت کرتی ہے کہ عزم پختہ ہو تو کوئی کمی راستہ نہیں روک سکتی



معاف کرنا سیکھیں

جنہوں نے آپ کو دکھ دیا انہیں معاف کر دیں، اور اس سے بھی بڑھ کر خود کو معاف کریں کہ آپ نے انہیں دکھ دینے کا موقع دیا۔



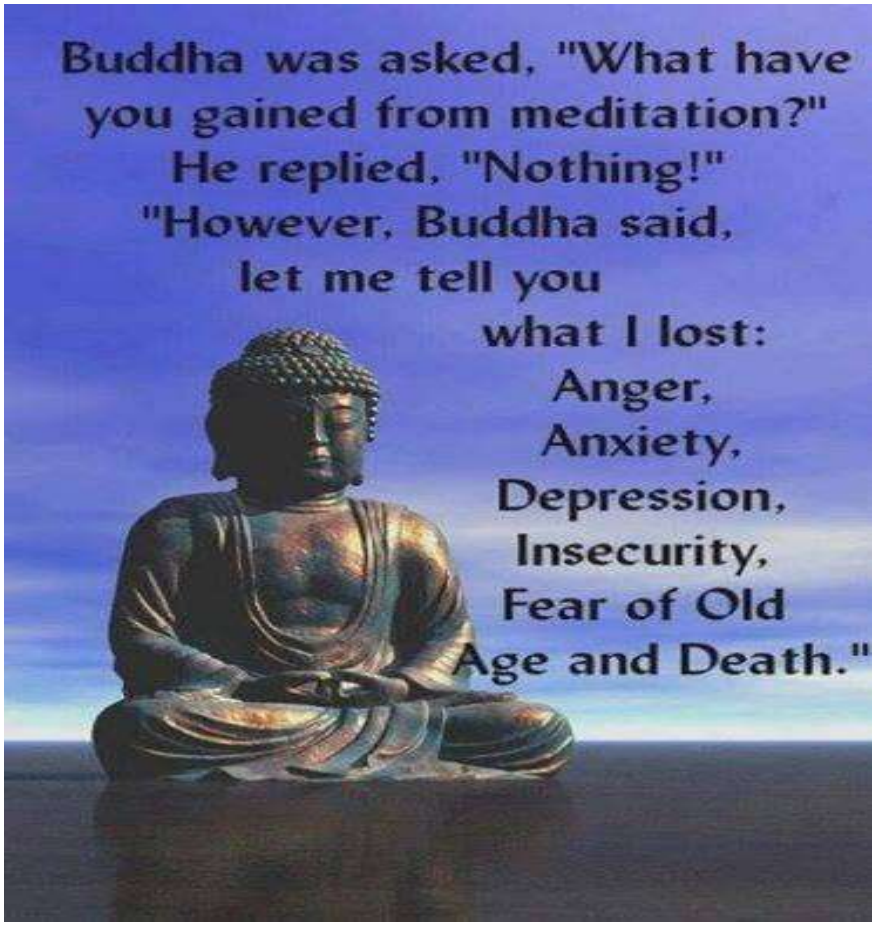
سچا رابطہ ہی محبت ہے ۔

سچا رابطہ دلوں کا ملاپ ہے، اور یکجائی کا یہی احساس محبت کہلاتا ہے



حد سے زیادہ کچھ بھی نہیں

حد سے زیادہ بھروسہ، امید اور محبت نہ کریں، کیونکہ یہی "حد سے زیادہ" کبھی کبھی بہت زیادہ تکلیف دیتا ہے۔



مراقبے سے کیا کھویا؟ــــ مہاتما بدھ

بدھ سے پوچھا گیا کہ مراقبے سے کیا پایا؟ جواب دیا: "کچھ نہیں، مگر یہ سنو کہ

کیا کھویا ــــ غصہ، پریشانی، افسردگی، عدم تحفظ، اور بڑھاپے و موت کا خوف۔"



لفظوں کا احتیاط سے استعمال :

زبان سے نکلے الفاظ معاف تو کیے جاسکتے ہیں، بھلائے نہیں جاسکتے۔ پہلے تولیں، پھر بولیں



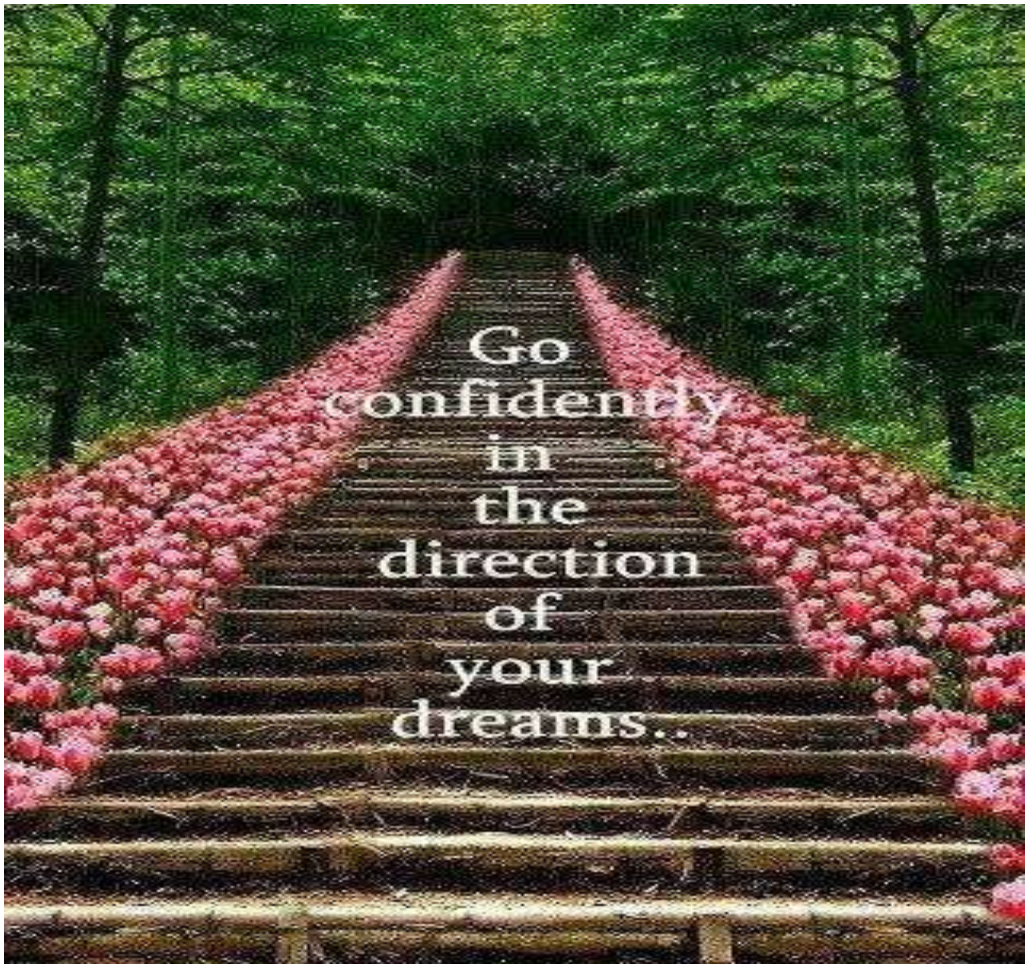
مضبوط لوگ دوسروں کو اٹھاتے ہیں — مائیکل پی واٹسن

اصل طاقت دوسروں کو گرانے میں نہیں بلکہ انہیں سہارا دے کر اوپر اٹھانے میں ہے



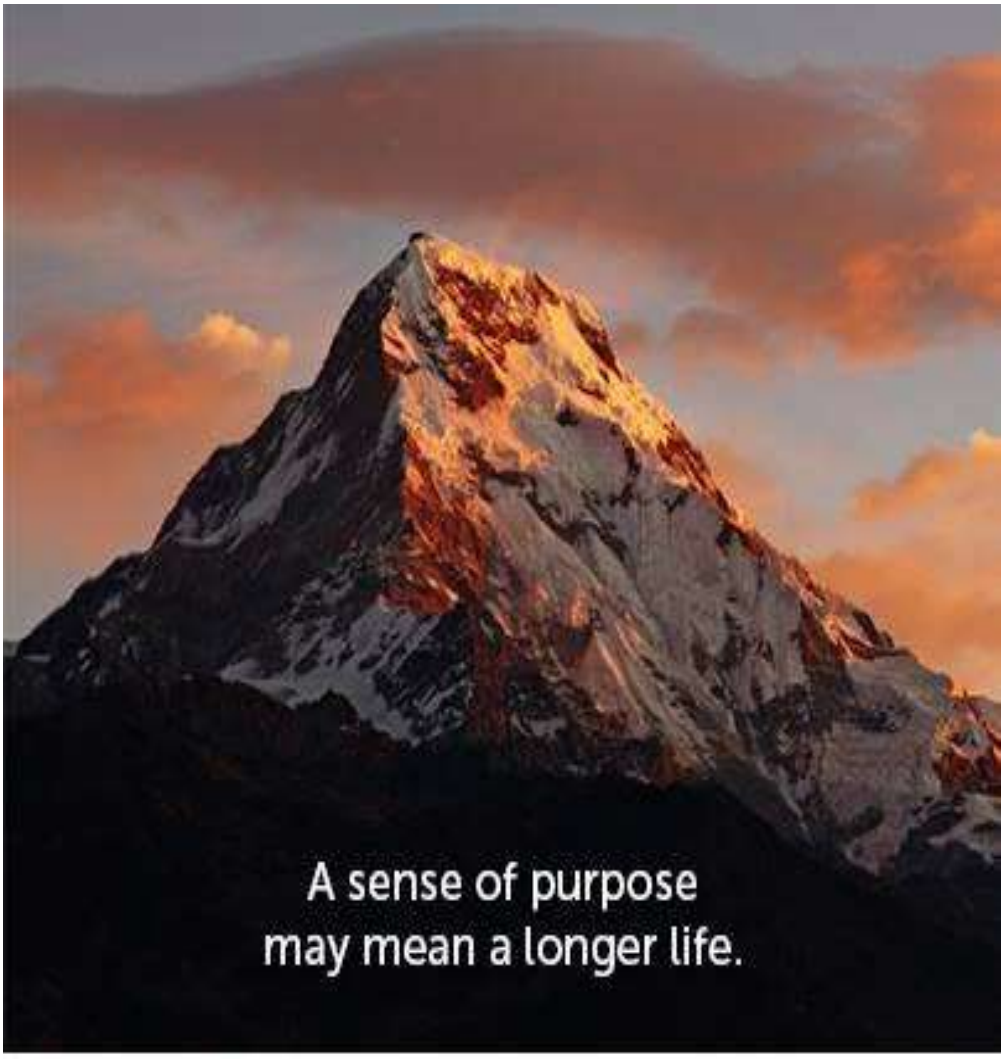
ایک دن آپ یاد بن جائیں گے

ایک دن ہم سب کسی نہ کسی کی یاد بن جائیں گے، کوشش کریں کہ وہ یاد اچھی ہو۔



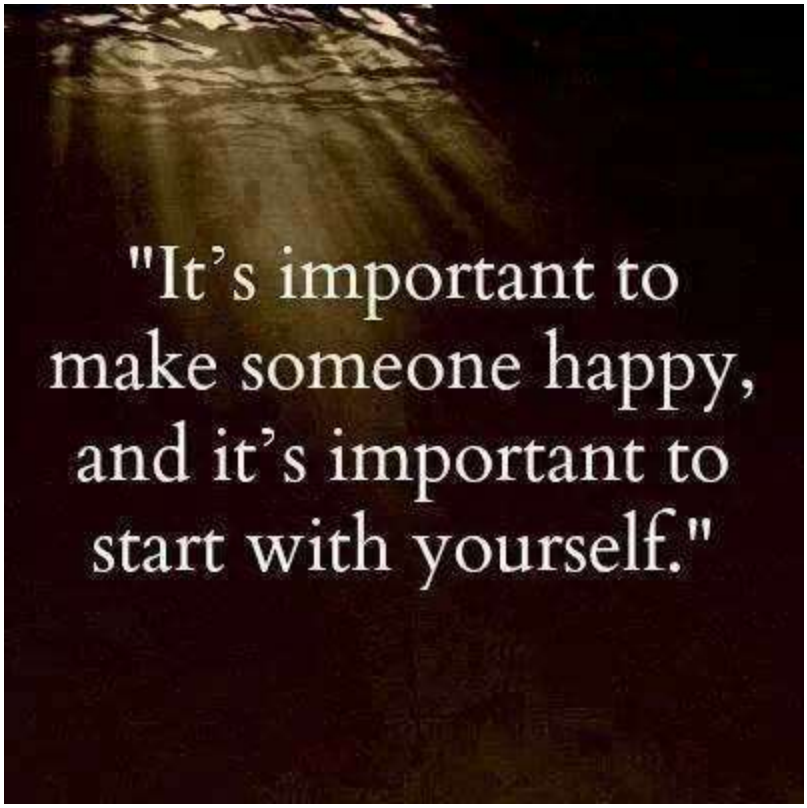
خوابوں کی سمت اعتماد سے بڑھیں :

اپنے خوابوں کی جانب پورے یقین کے ساتھ قدم بڑھائیں؛ راستے خود بخود کھلتے جائیں گے



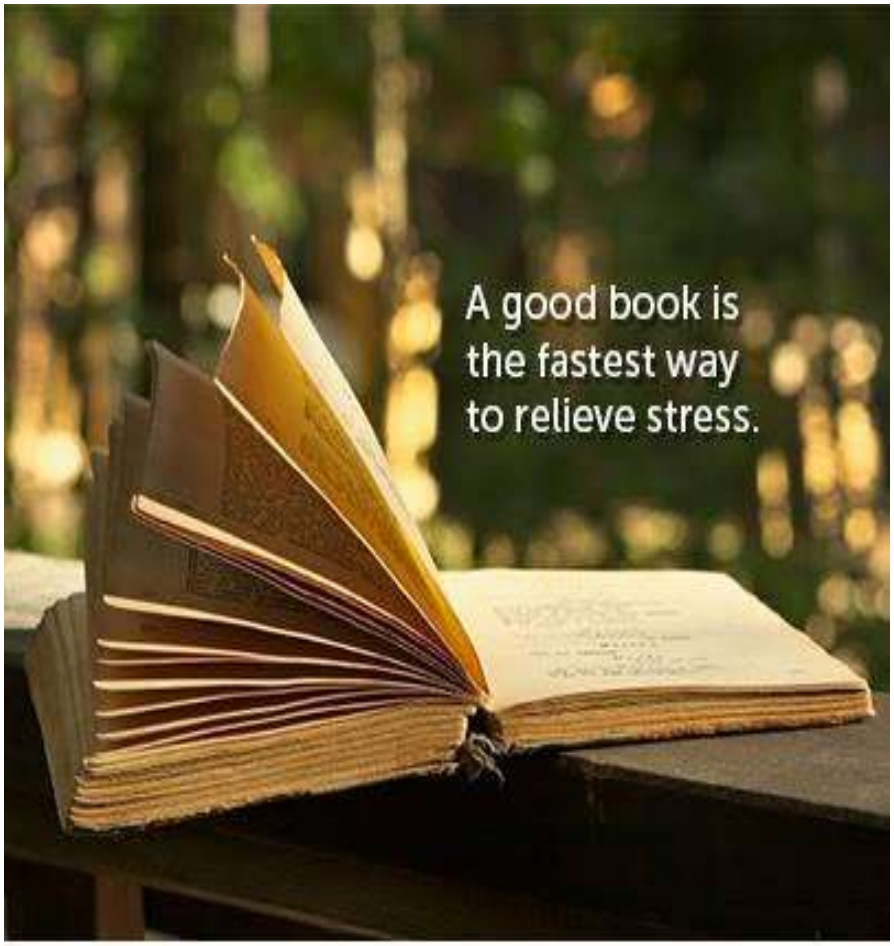
مقصدِ حیات اور لمبی عمر

: زندگی میں کوئی واضح مقصد ہو تو انسان نہ صرف بامعنی بلکہ طویل زندگی بھی جیتا ہے



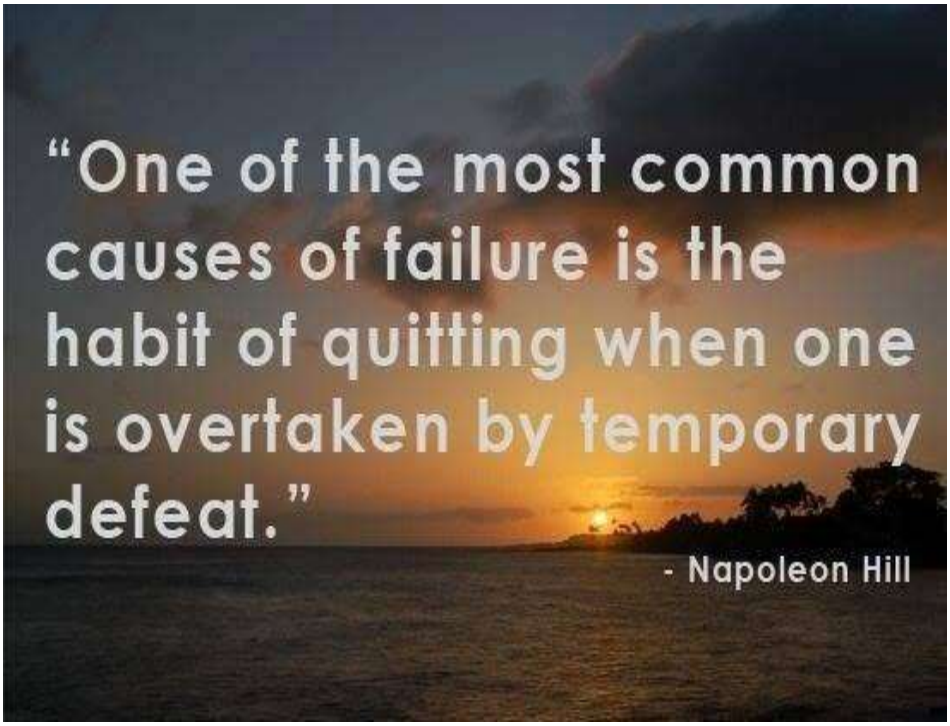
خوشی کا آغاز اپنی ذات سے

دوسروں کو خوش رکھنا اہم ہے، مگر اس کی ابتدا خود کو خوش رکھنے سے ہوتی ہے



اچھی کتاب ــــ ذہنی سکون

: ایک اچھی کتاب ذہنی دباؤ دور کرنے کا تیز ترین ذریعہ ہے۔



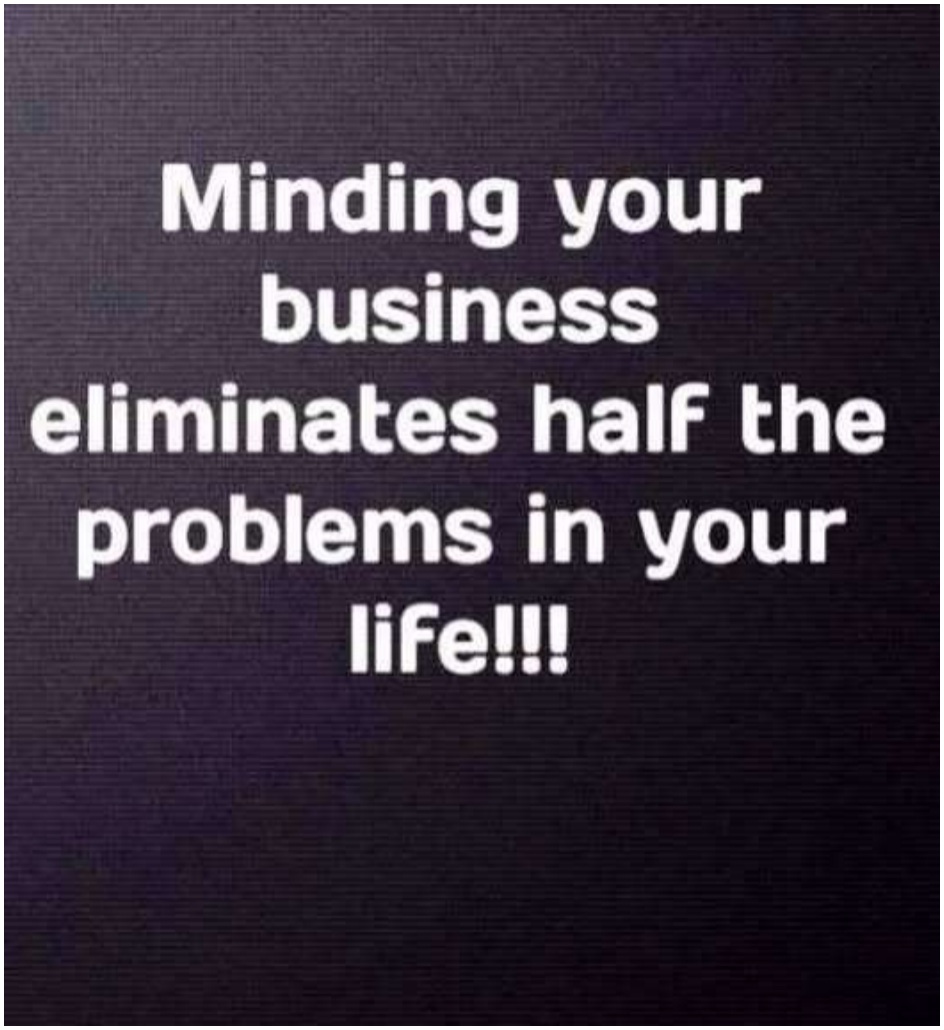
ہار مان لینا ناکامی کی بڑی وجہ — نپولین ہل

عارضی شکست پر ہمت ہار دینا ناکامی کی سب سے عام وجہ ہے؛ کامیابی ڈٹے رہنے والوں کو ملتی ہے۔



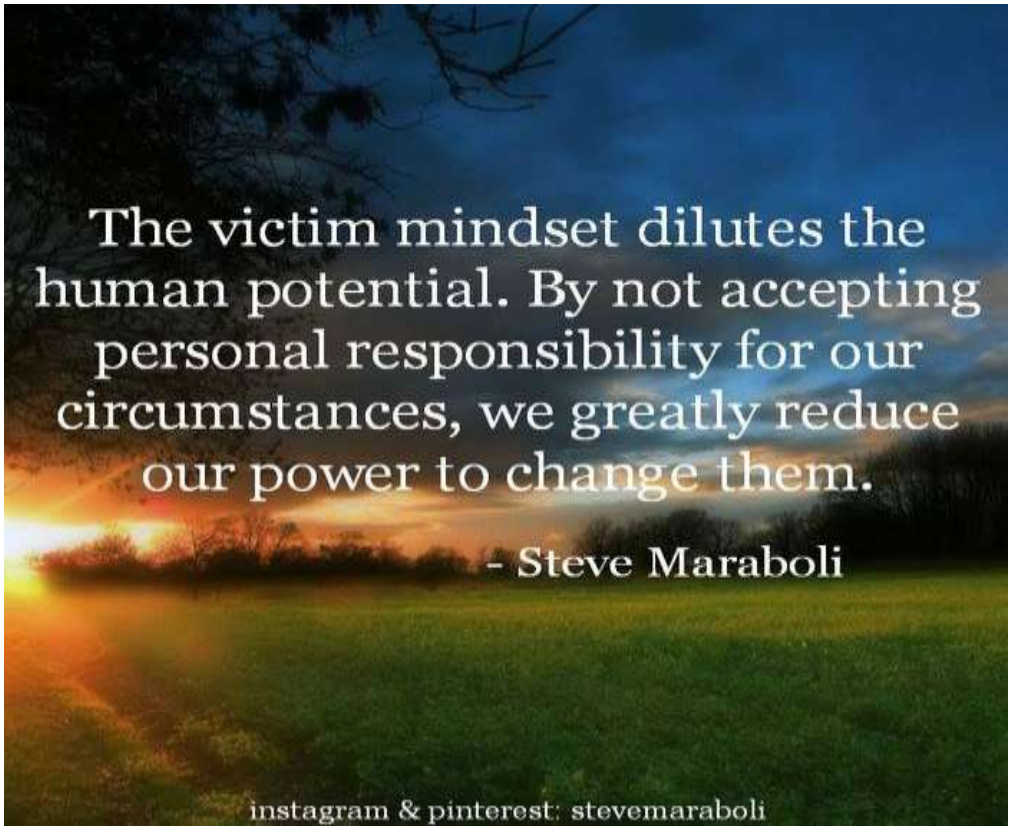
کبھی خاموشی بہتر ہے

جب معلوم ہو کہ لوگ سن تو سکتے ہیں مگر سمجھ نہیں سکتے، تو دل کی بات کہنے سے خاموش رہنا بہتر ہے، ورنہ دکھ اپنا ہی بڑھتا ہے۔



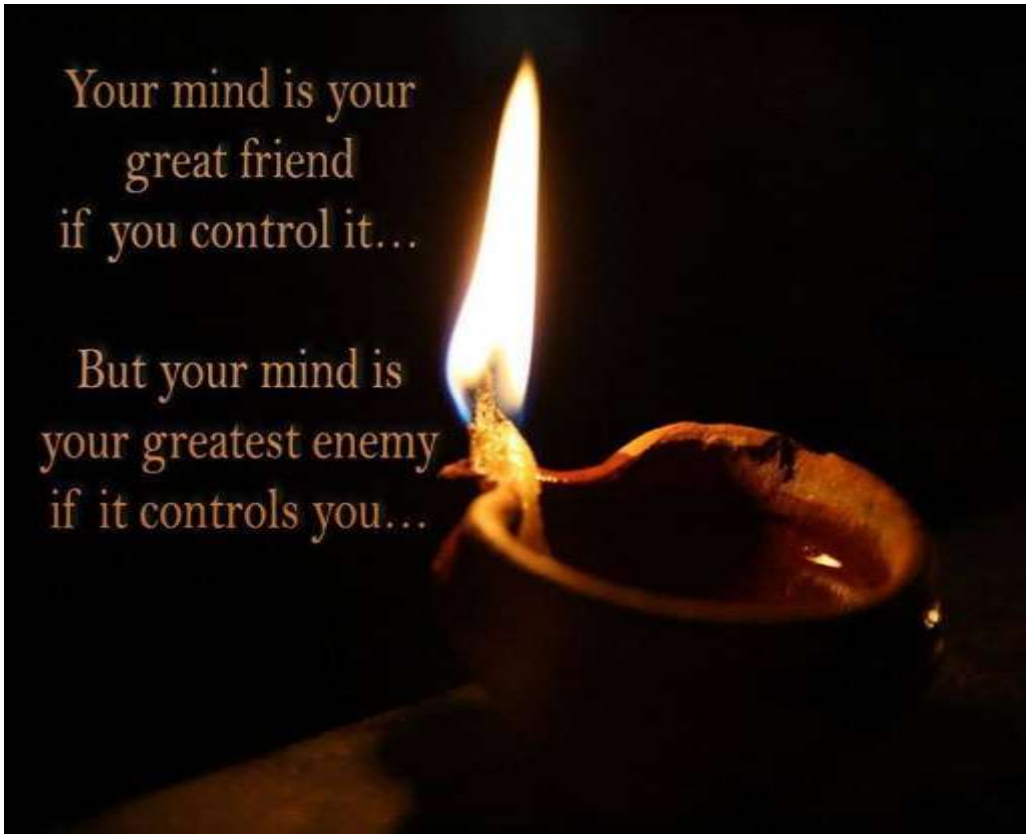
اپنے کام سے کام رکھیں

دوسروں کے معاملات میں دخل نہ دینا زندگی کے آدھے مسائل ختم کر دیتا ہے



خود کو مظلوم سمجھنے کی سوچ ـــ اسٹیو مارابولی

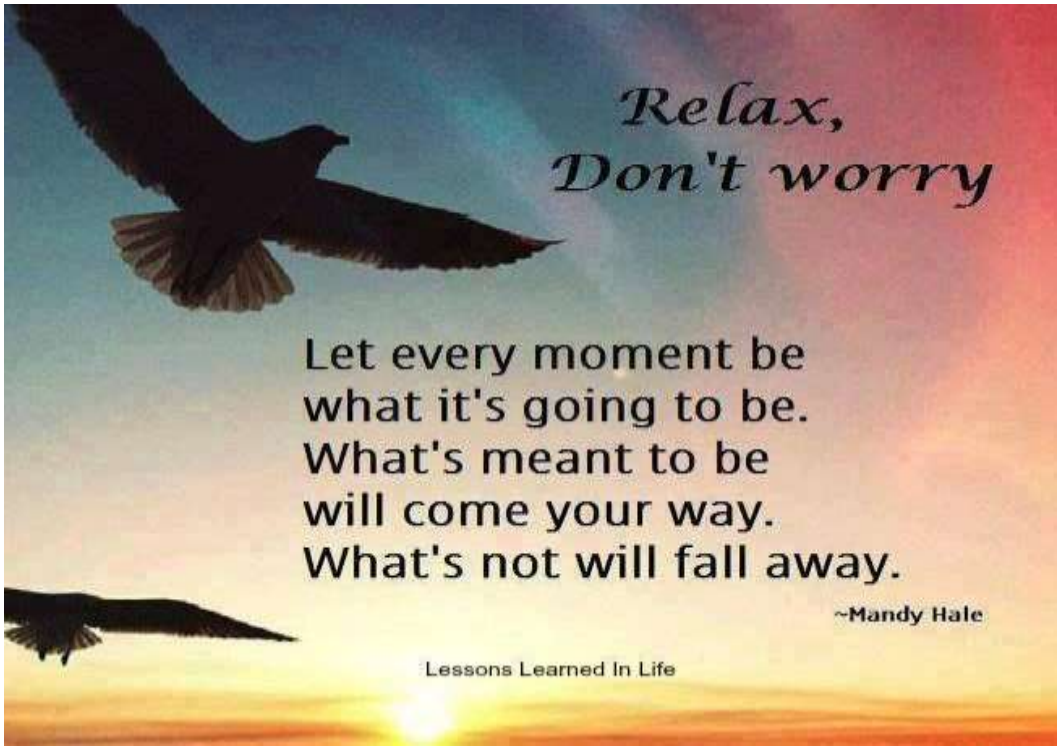
خود کو حالات کا شکار سمجھنا انسانی صلاحیت کو کمزور کرتا ہے؛ ذمہ داری قبول کرنے سے ہی حالات بدلنے کی طاقت ملتی ہے۔



ذہن ـــــ دوست بھی، دشمن بھی

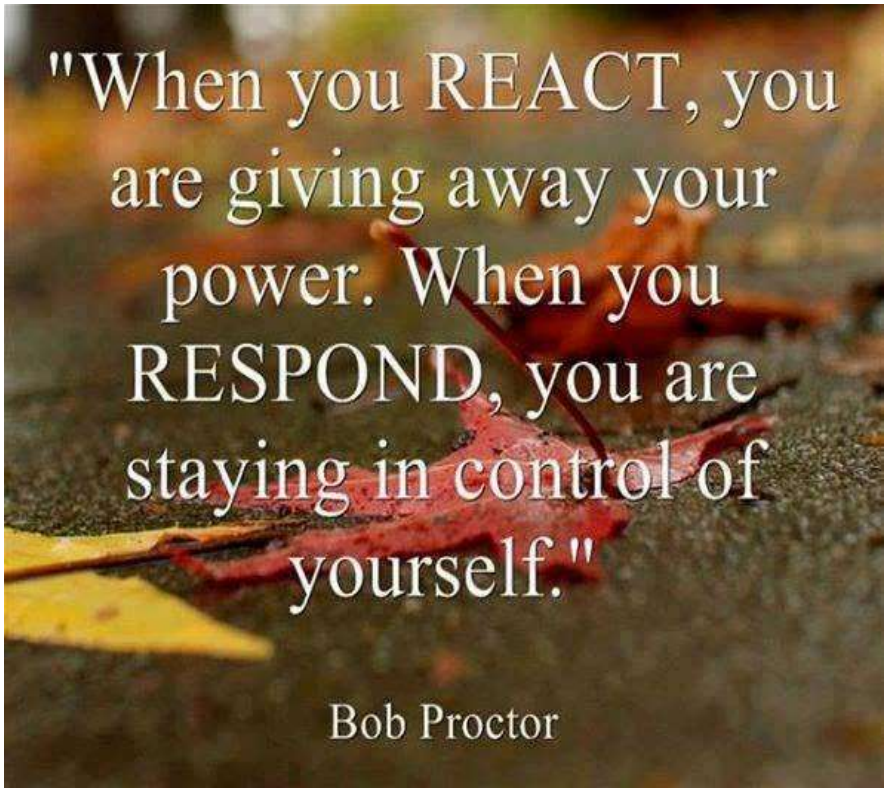
: اگر آپ ذہن کو قابو میں رکھیں تو یہ بہترین دوست ہے، اور

اگر یہ آپ کو قابو کرلے تو بدترین دشمن



فکر نہ کریں — مینڈی ہیل

: ہر لمحے کو ویسا ہی رہنے دیں جیسا وہ ہے؛ جو آپ کے مقدر میں ہے وہ آپ تک پہنچ کر رہے گا، اور جو نہیں وہ خود ہی دور ہو جائے گا



ردِ عمل نہیں، سوچا سمجھا جواب

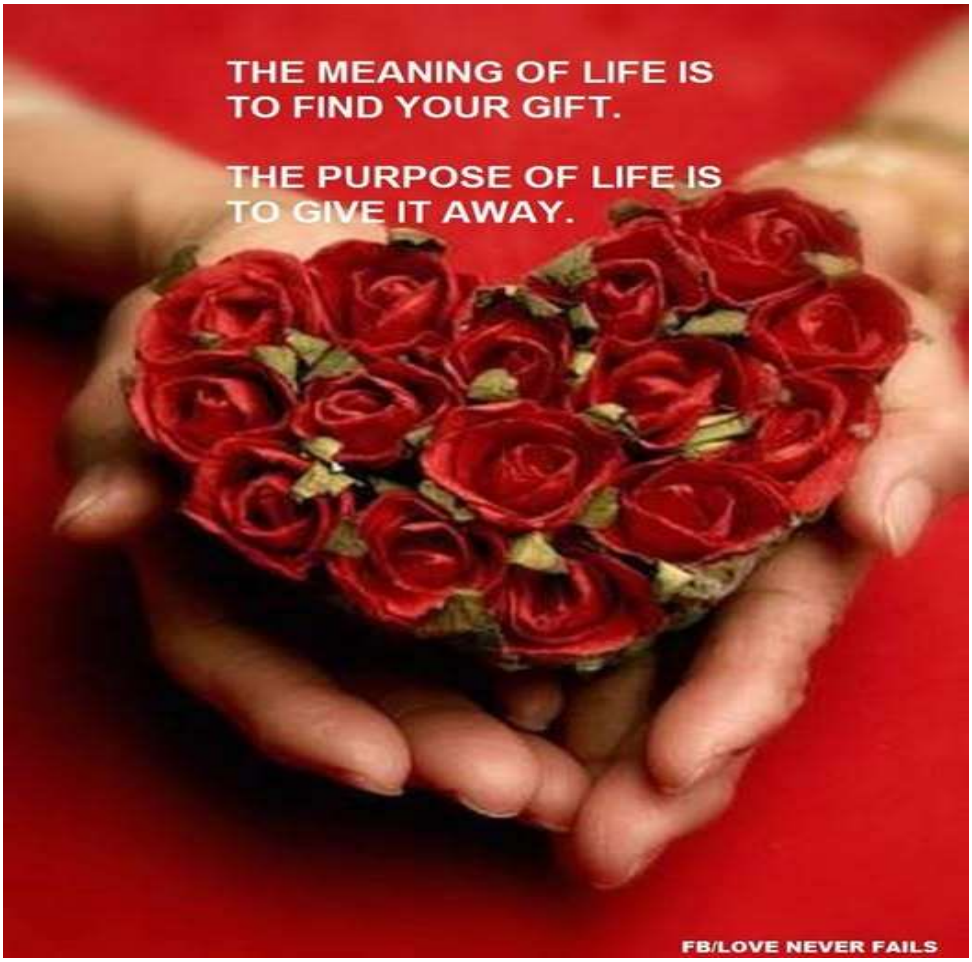
(باب پراکٹر)

فوری ردِ عمل میں آپ اپنی طاقت دوسروں کے حوالے کر دیتے ہیں، جبکہ سوچ کر جواب دینے سے اپنے آپ پر قابو رہتا ہے



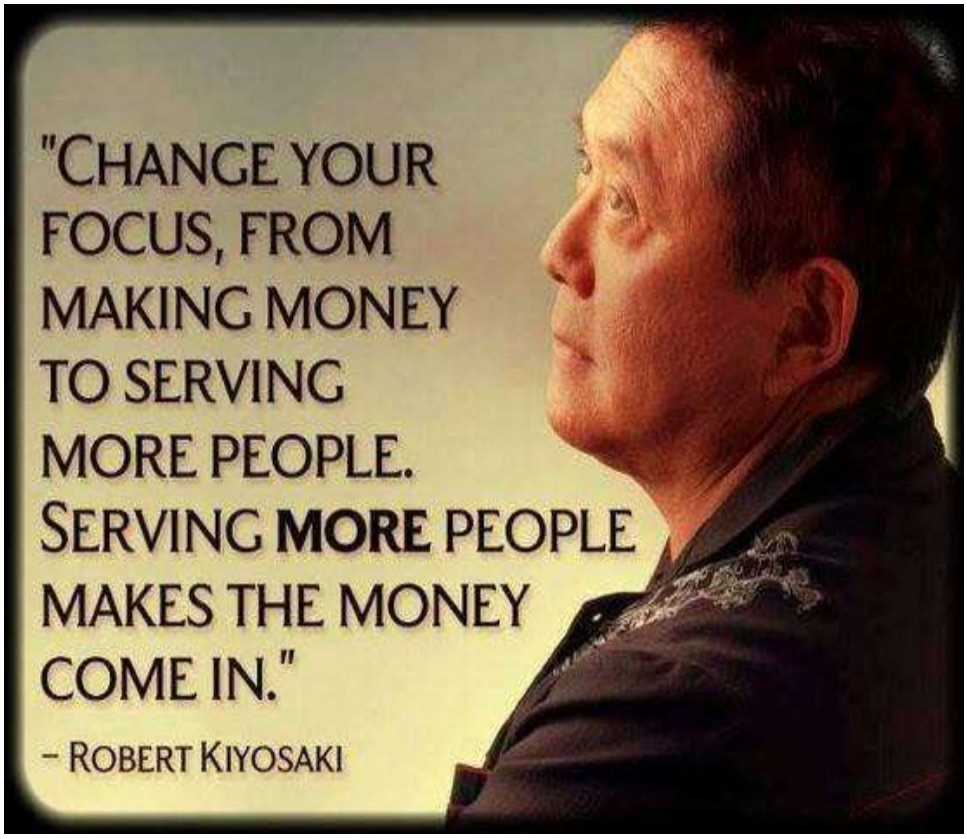
پھول بس کھِلتا ہے

پھول ساتھ والے پھول سے مقابلے کا نہیں سوچتا، وہ بس کھِلتا ہے۔ موازنہ چھوڑیں اور اپنی خوبیوں کے ساتھ نکھریں



زندگی کا مفہوم اور مقصد

زندگی کا مفہوم اپنے اندر چھپی صلاحیت کو تلاش کرنا ہے، اور اس کا مقصد وہ صلاحیت دوسروں کی بھلائی کے لیے بانٹ دینا ہے



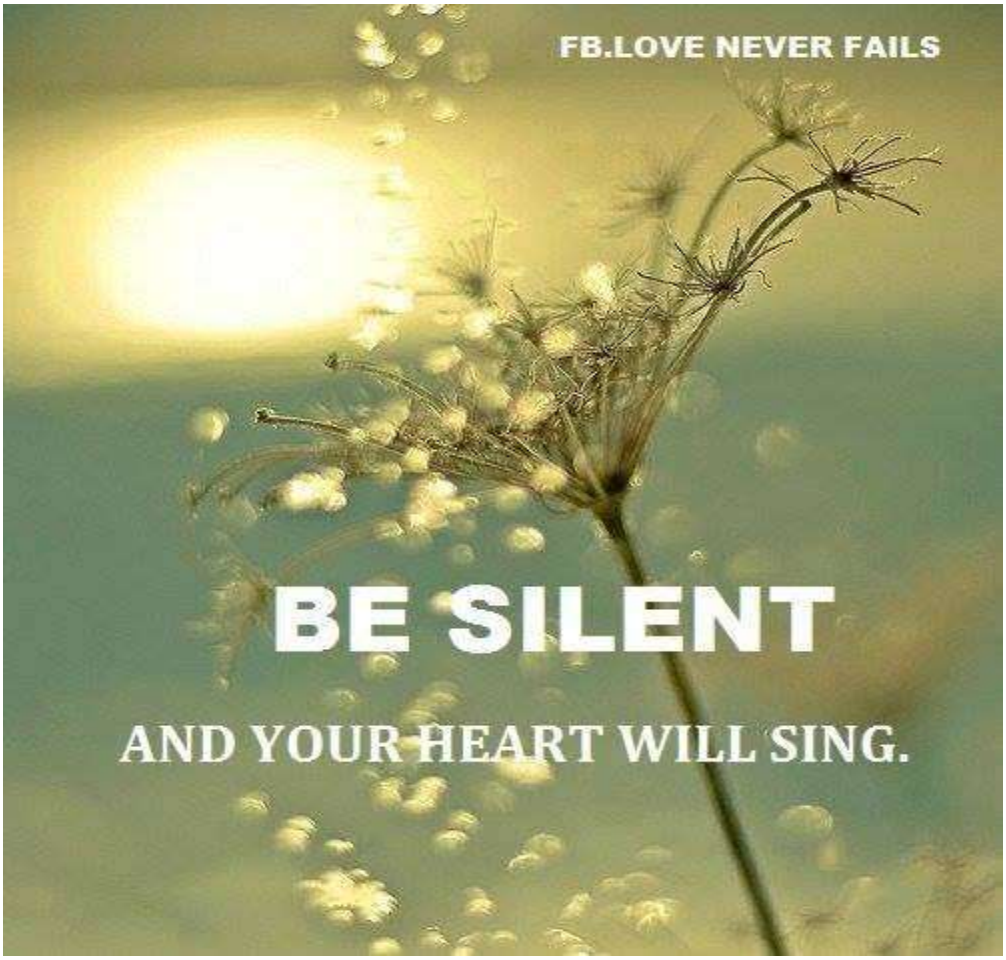
دولت نہیں، خدمت ـــــ رابرٹ کیوساکی

توجہ پیسہ کمانے سے ہٹا کر زیادہ لوگوں کی خدمت پر لگائیں؛ خدمت بڑھے گی تو دولت خود چل کر آئے گی



محبت روح کی روشنی ہے ـــــ رومی

محبت وہ چراغ ہے جو روح کو منور کر دیتا ہے



خاموش رہیں، دل گنگنائے گا :

: باہر کے شور سے ذرا خاموش ہوں تو اندر کا سکون اور دل کی آواز سنائی دینے لگتی ہے



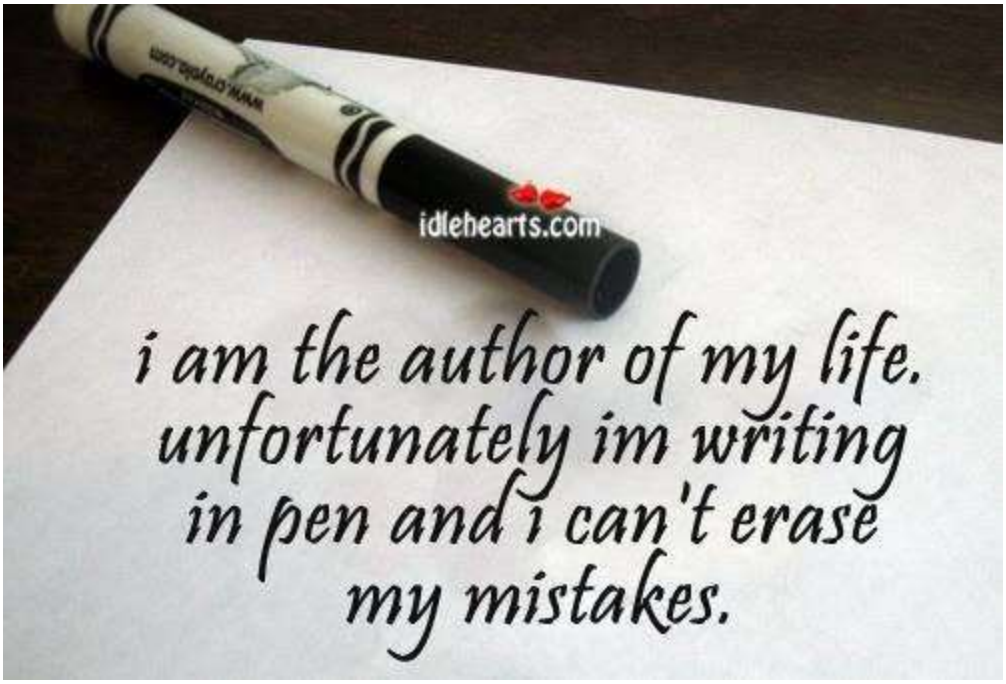
نہر کنارے ایک خاندان :

موٹر سائیکل رکشے پر سوار یہ خاندان نہر کنارے رکا ہوا ہے — کم وسائل میں بھی زندگی کے چھوٹے چھوٹے لمحے جینے کا ہنر۔



ہینڈ پمپ پر نہاتے بچے :

نلکے پر نہاتے بچے غربت کے باوجود بچپن کی معصوم خوشیوں کا منظر ہیں، اور صاف پانی جیسی بنیادی سہولت کی کمی کی یاد دہانی بھی.



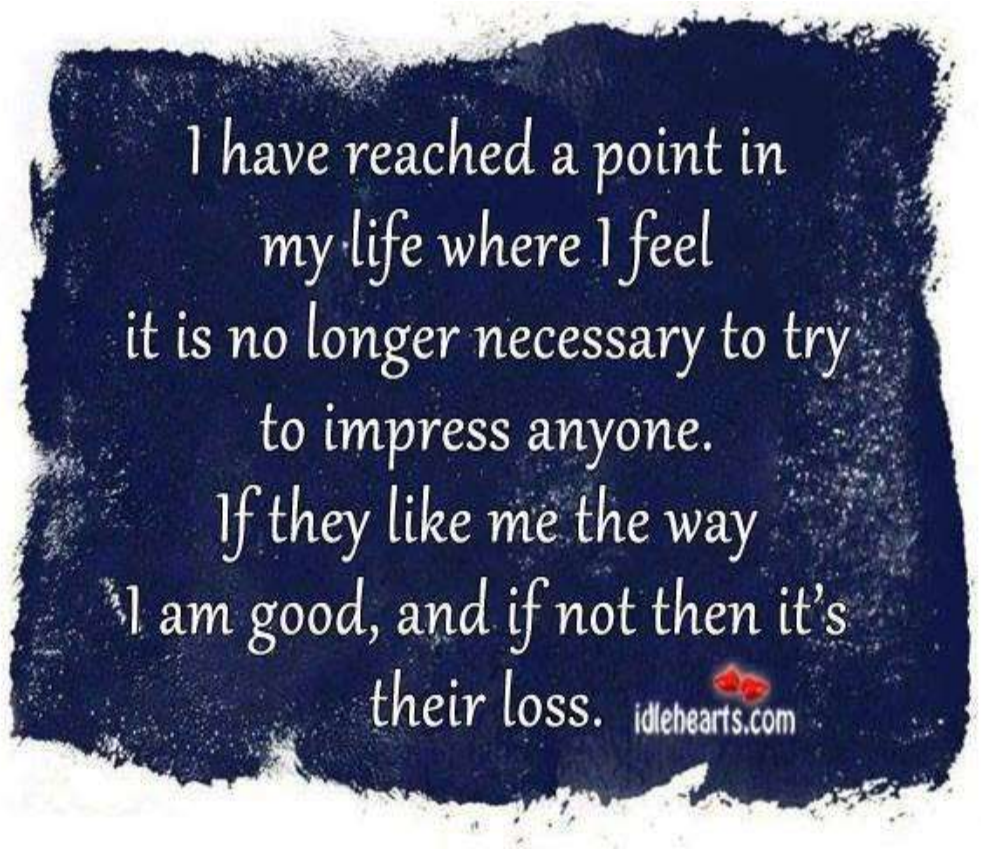
زندگی کی کتاب — قلم سے لکھی

میں اپنی زندگی کا مصنف ہوں، مگر افسوس کہ قلم سے لکھ رہا ہوں اور اپنی غلطیاں مٹا نہیں سکتا۔ اس لیے ہر قدم سوچ سمجھ کر اٹھائیں



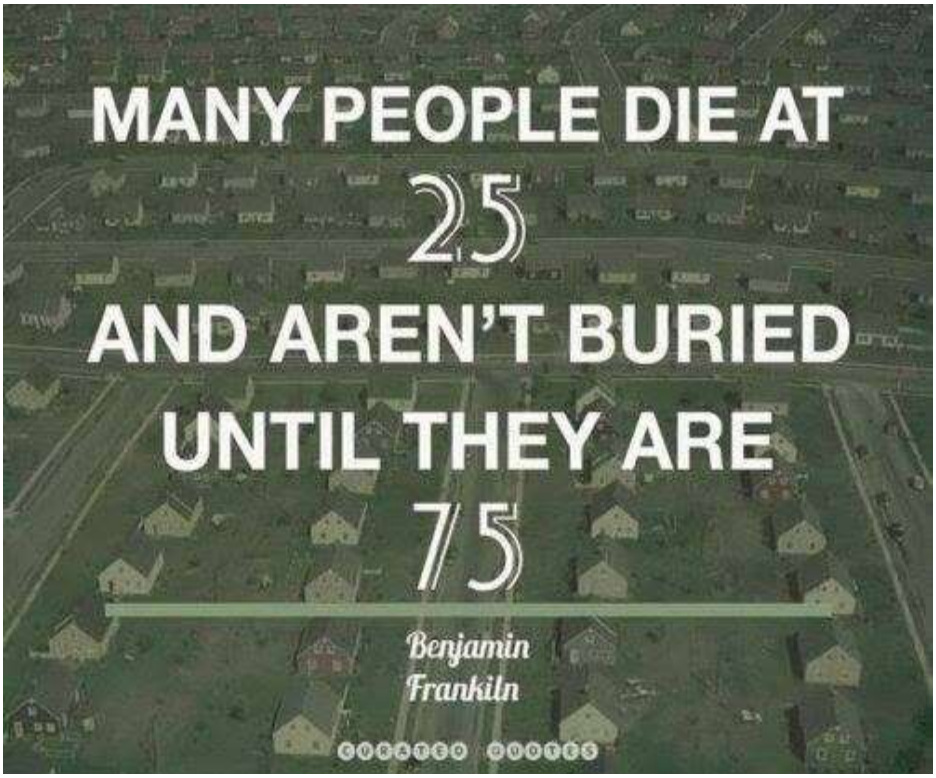
ہمت نہ ہاریں

ہمت نہ ہاریں، آغاز ہمیشہ سب سے مشکل ہوتا ہے



کسی کو متاثر کرنے کی ضرورت نہیں

اب کسی کو متاثر کرنے کی کوشش ضروری نہیں؛ جو مجھے ویسا ہی پسند کرے جیسا میں ہوں تو اچھا، ورنہ نقصان اس کا ہے



پچیس میں مرنا، پچھتر میں دفن — بنجمن فرینکلن

بہت سے لوگ پچیس برس کی عمر میں ہی جینا چھوڑ دیتے ہیں اور پچھتر میں دفن ہوتے ہیں۔ اپنے خواب اور جذبہ زندہ رکھیں



خود اعتمادی کا راز

عزتِ نفس اور خود اعتمادی تب آتی ہے جب آپ خود کو ویسا ہی قبول کریں جیسے آپ ہیں، نہ کہ دوسروں کی توقعات کے مطابق بننے کی کوشش میں



ہر ملاقات کی ایک وجہ

اللہ لوگوں کو کسی وجہ سے ہماری زندگی میں لاتا ہے، اور کسی بہتر وجہ سے ہی انہیں دور کرتا ہے



یقین اور جرأت

بہت سے لوگ غیر معمولی زندگی اس لیے نہیں جی پاتے کہ وہ چھلانگ لگانے اور خود پر یقین کرنے سے ڈرتے ہیں



خوشی ایک انتخاب ہے

مسکرانا نہ بھولیں! خوشی کسی نتیجے کی محتاج نہیں بلکہ ایک فیصلہ ہے؛ جب تک آپ خود خوش رہنے کا فیصلہ نہ کریں، کوئی چیز آپ کو خوش نہیں کر سکتی



مسکراہٹ—ہر حال میں جیت

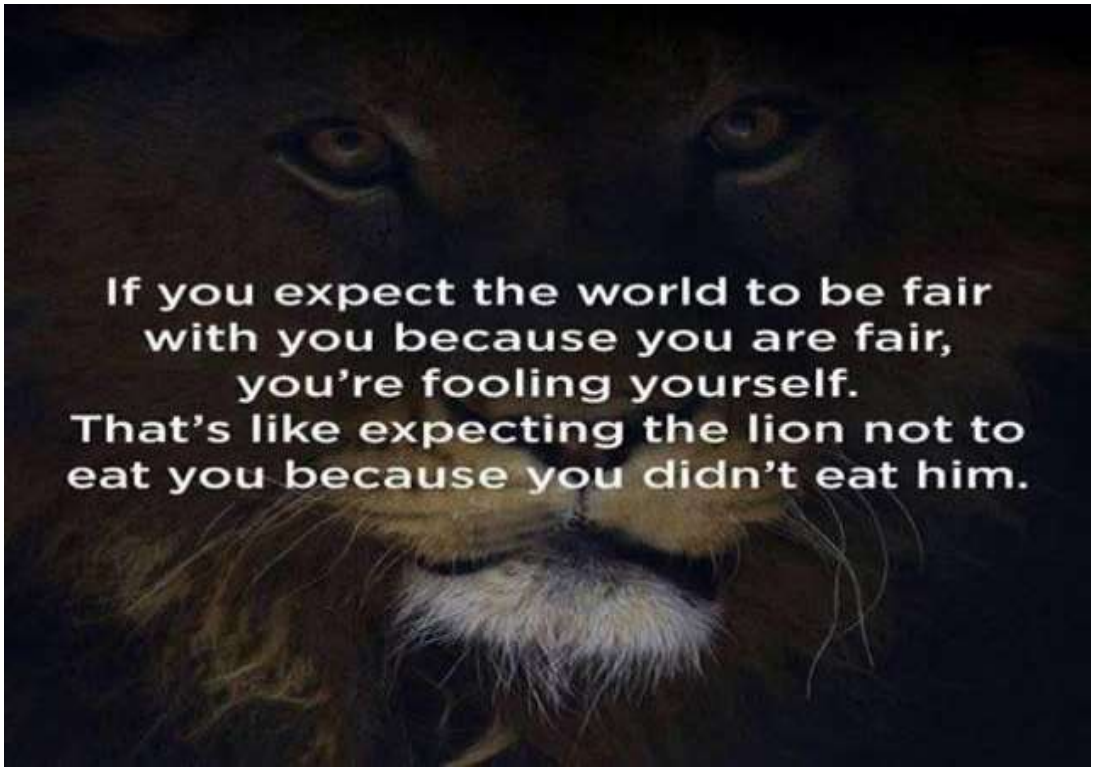
مسکرایئے! یا تو دوسروں کا دل گرمادے گی یا حاسدوں کو جلادے گی—

دونوں صورتوں میں جیت آپ ہی کی ہے



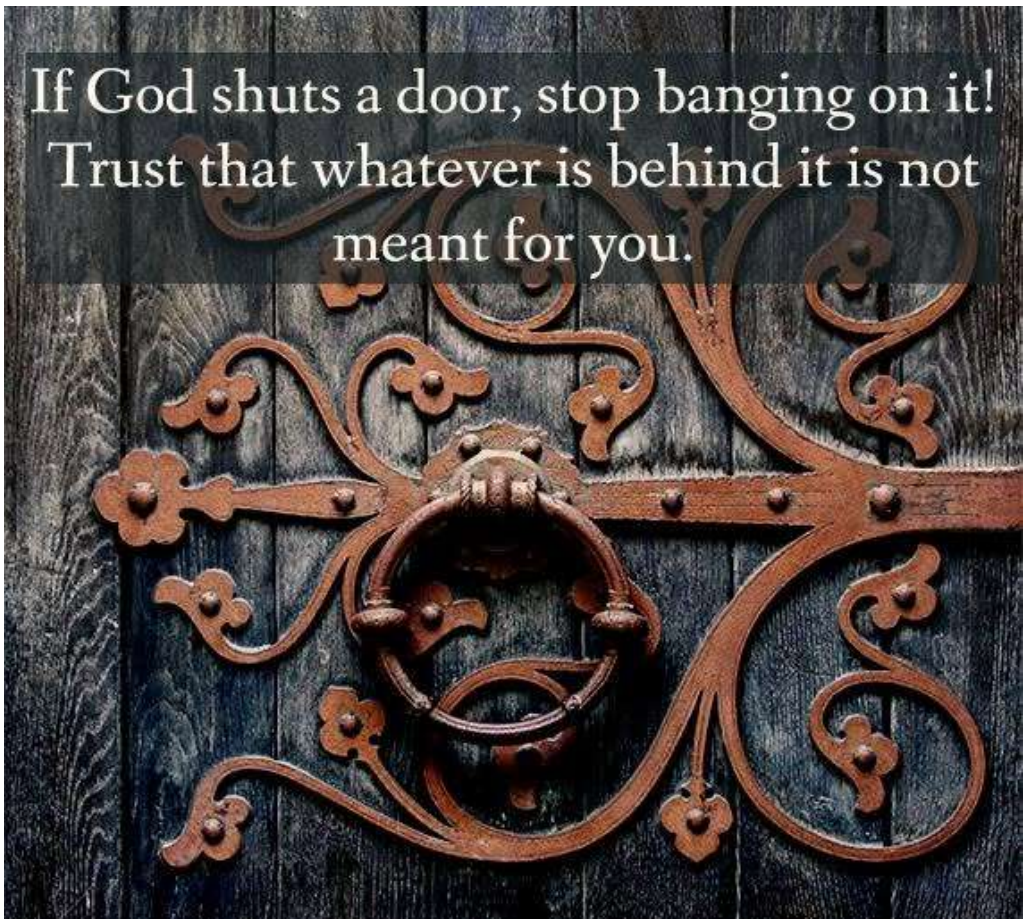
دیانت داری

: دیانت داری یہ ہے کہ آپ اس وقت بھی صحیح کام کریں جب کوئی دیکھ نہ رہا ہو



دنیا اور انصاف کی توقع

یہ توقع رکھنا کہ دنیا آپ سے انصاف کرے گی کیونکہ آپ منصف ہیں، ایسا ہی ہے جیسے شیر سے امید رکھنا کہ وہ آپ کو نہیں کھائے گا کیونکہ آپ نے اسے نہیں کھایا۔



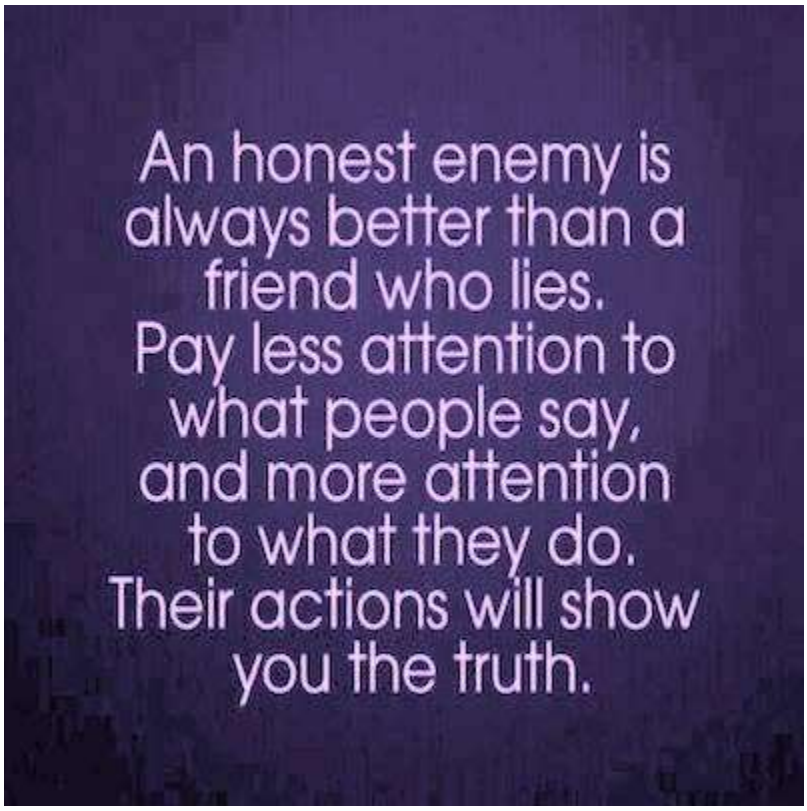
بند دروازہ

اگر اللہ کوئی دروازہ بند کر دے تو اسے پیٹتے نہ رہیں؛ یقین رکھیں کہ اس
کے پیچھے جو کچھ ہے وہ آپ کے لیے تھا ہی نہیں



رب کا کامل منصوبہ

اللہ کا ہمارے لیے بہترین منصوبہ ہے؛ وہ سب کچھ یکدم نہیں دیتا بلکہ قدم بہ قدم، تا کہ ہم آنکھوں سے نہیں بلکہ ایمان کے سہارے چلنا سیکھیں



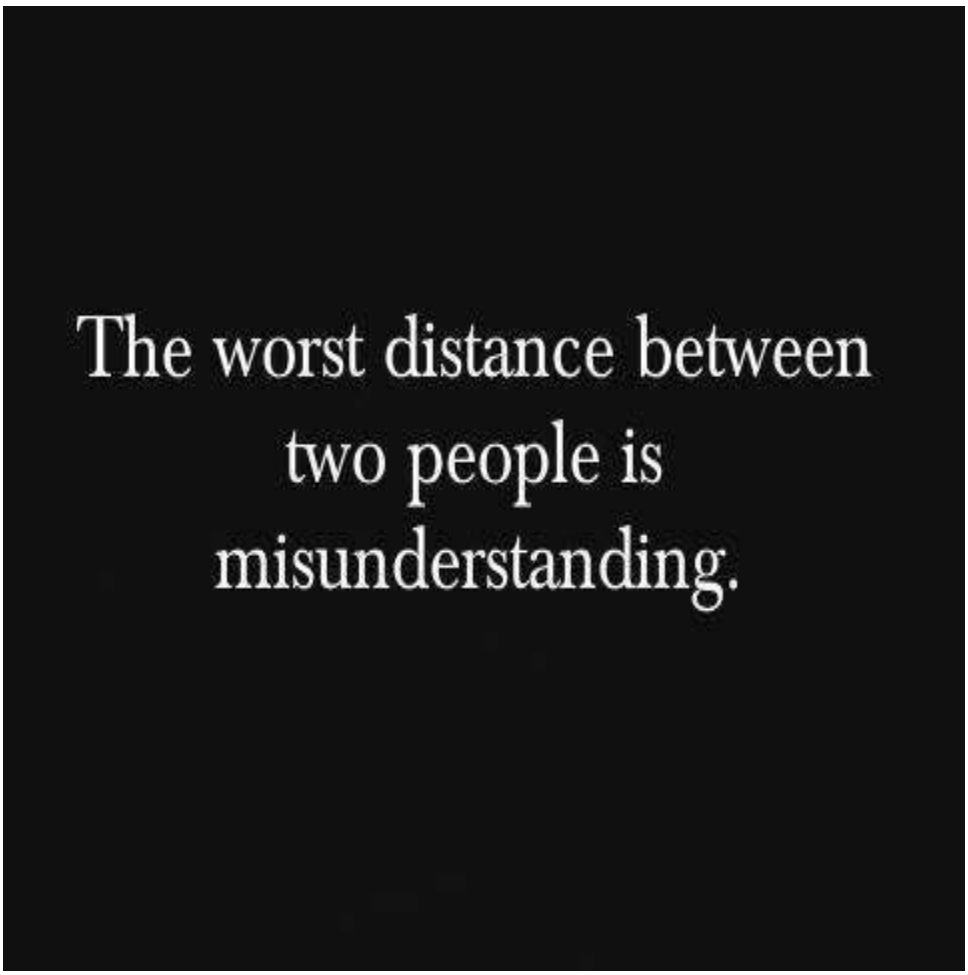
سچا دشمن، جھوٹے دوست سے بہتر

: لوگوں کی باتوں سے زیادہ ان کے عمل پر توجہ دیں؛ ان کا عمل ہی آپ کو سچ دکھائے گا



انسانیت ابھی زندہ ہے

سڑک پر گرے نڈھال شخص کو پانی پلاتی یہ خاتون بتاتی ہے کہ ایک چھوٹی سی نیکی کسی کی جان بچا سکتی ہے



غلط فہمی—سب سے بڑا فاصلہ

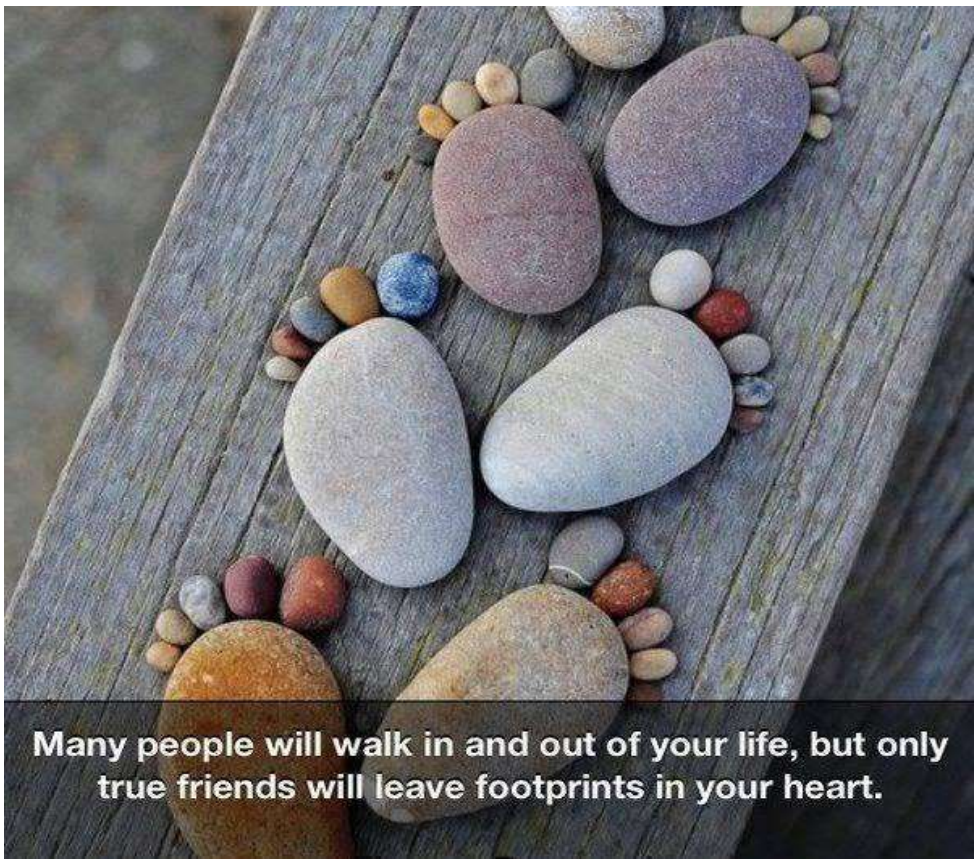
دو انسانوں کے درمیان سب سے بُرا فاصلہ غلط فہمی کا ہوتا ہے، جسے

صرف کھلی بات چیت مٹا سکتی ہے۔



سچ جانتے ہوئے جھوٹ سننا

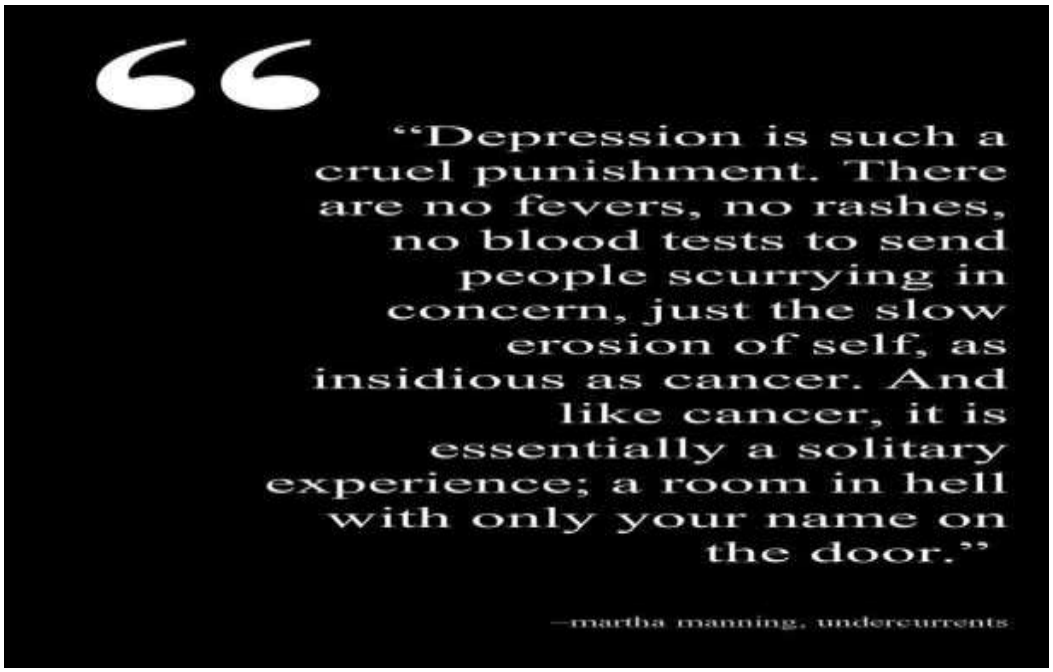
: جب سچ معلوم ہو تو کسی کے جھوٹ خاموشی سے سننا بھی ایک دلچسپ تجربہ ہے— کبھی کبھی خاموش مشاہدہ ہی بہترین جواب ہوتا ہے



دل پر نقشِ قدم

بہت سے لوگ زندگی میں آتے جاتے ہیں، مگر سچے دوست دل پر

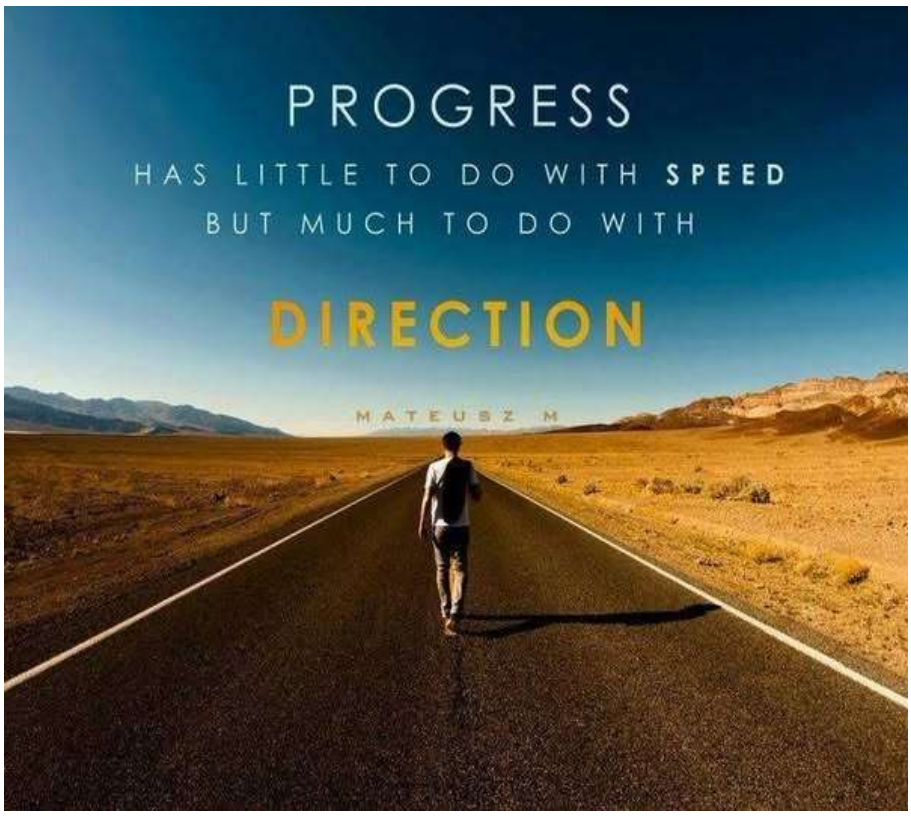
اپنے قدموں کے نشان چھوڑ جاتے ہیں



ڈپریشن—ایک خاموش اذیت

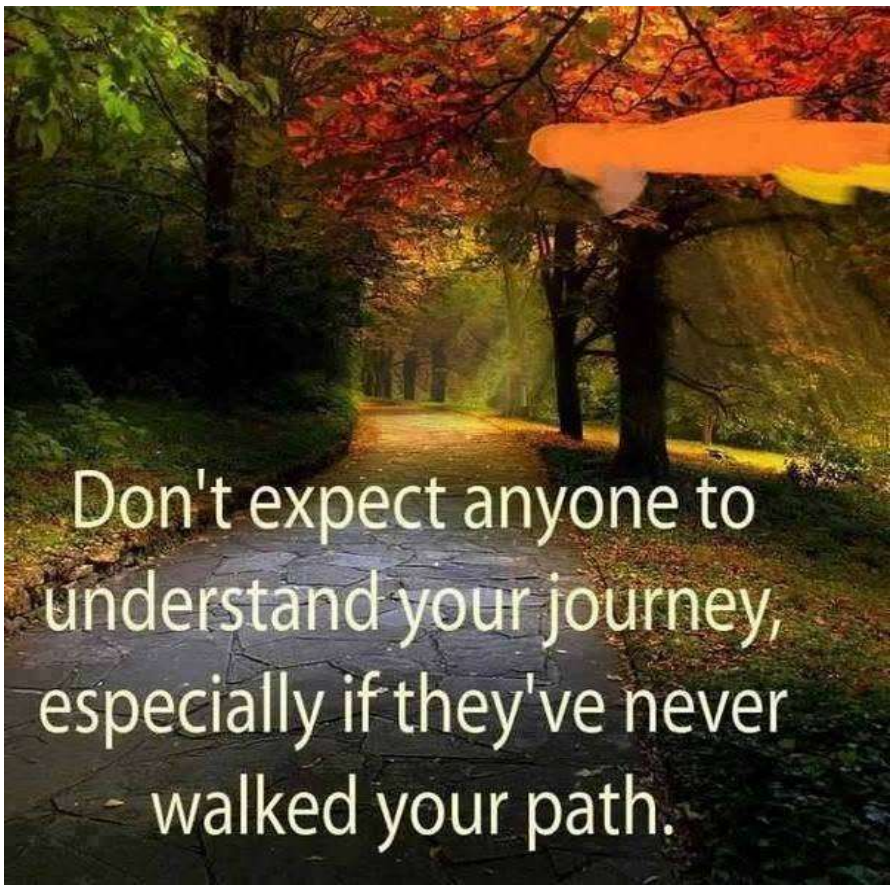
—مارتھا میننگ

ڈپریشن نہ بخار دکھاتا ہے نہ زخم، بس اندر ہی اندر انسان کو کھوکھلا کر دیتا ہے۔ ایسے افراد کو ہمدردی، ساتھ اور بروقت علاج کی ضرورت ہوتی ہے



ترقی ــــ رفتار نہیں، سمت

ترقی کا تعلق رفتار سے کم اور درست سمت سے زیادہ ہے



آپ کا سفر، آپ کی راہ

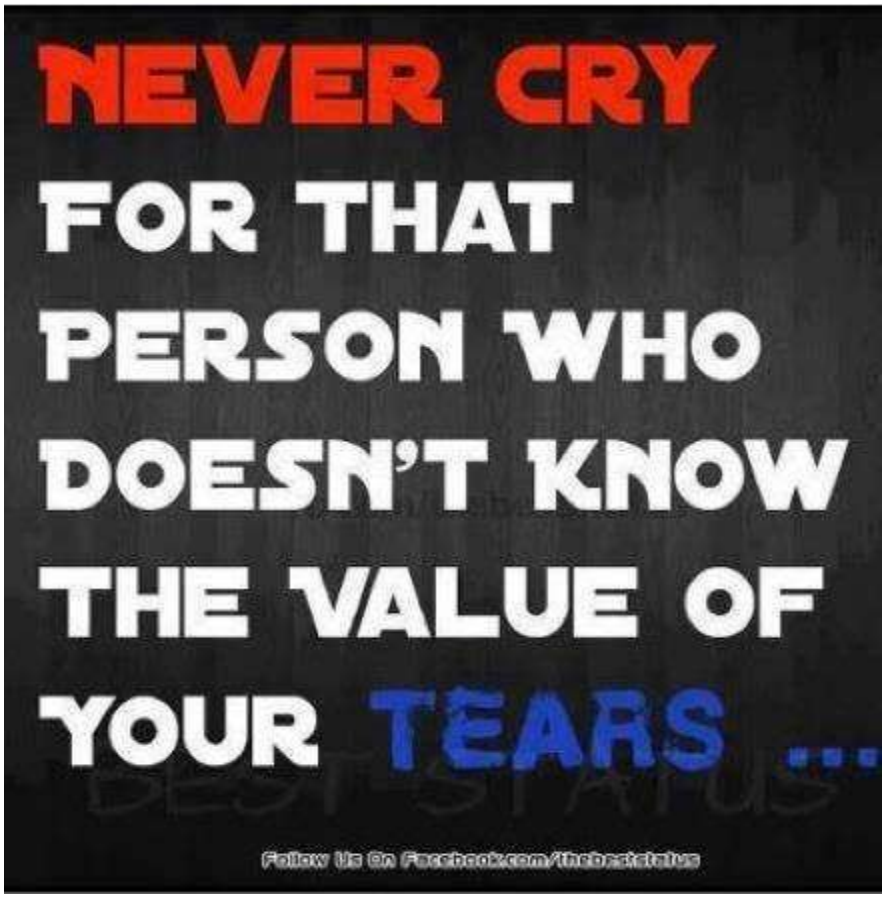
کسی سے یہ توقع نہ رکھیں کہ وہ آپ کے سفر کو سمجھے گا، خاص طور پر

اگر وہ کبھی آپ کی راہ پر چلا ہی نہ ہو۔



دعااور صبر سے طوفان سہیں

: کبھی کبھی بس سر جھکا کر دعا کرنی ہوتی ہے اور صبر سے طوفان کے گزر جانے کا انتظار



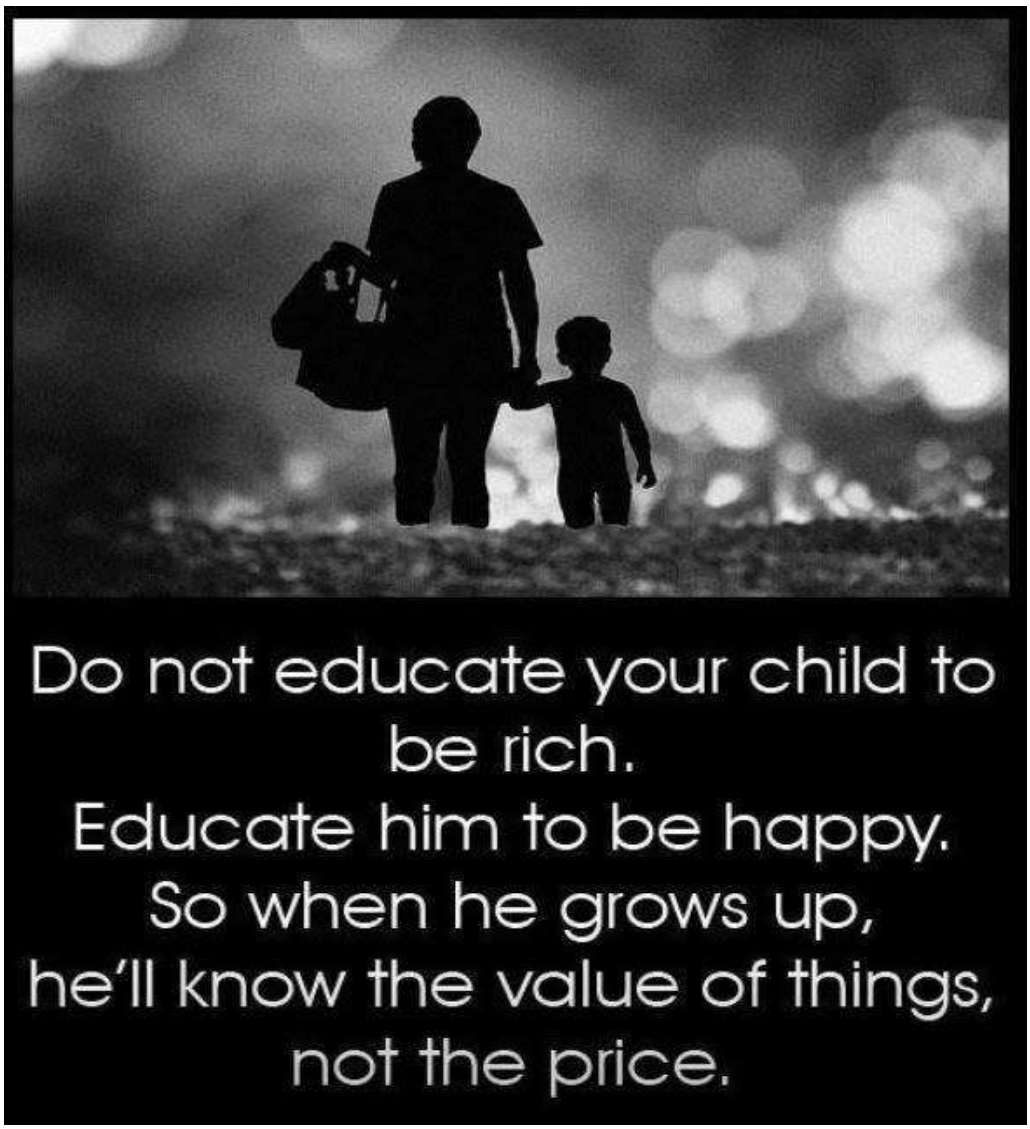
آنسوؤں کی قدر

: اس شخص کے لیے کبھی نہ روئیں جو آپ کے آنسوؤں کی قدر نہیں جانتا



خاموشی اور مسکراہٹ

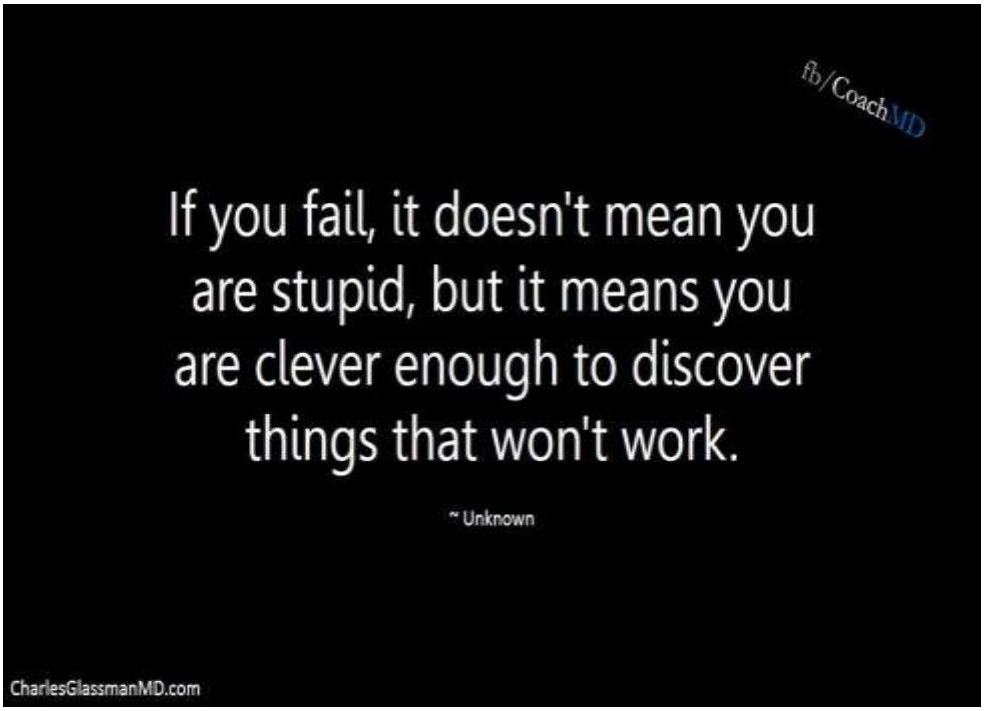
: مسکراہٹ بہت سے مسائل حل کرتی ہے اور خاموشی بہت سے مسائل سے بچاتی ہے



بچے کو خوش رہنا سکھائیں

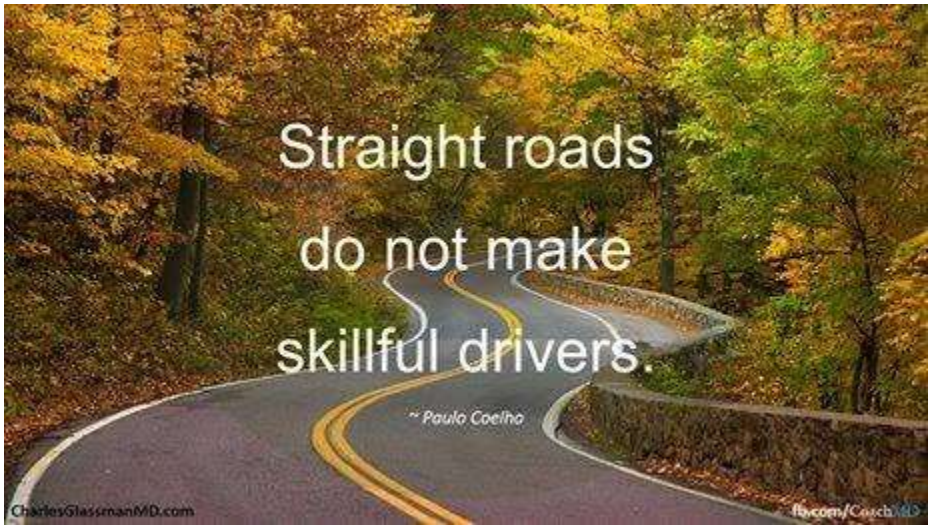
بچے کو امیر بننے کے لیے نہیں، خوش رہنے کے لیے تعلیم دیں، تاکہ بڑا ہو کر

وہ چیزوں کی قیمت نہیں بلکہ ان کی قدر پہچانے



ناکامی بھی ایک دریافت

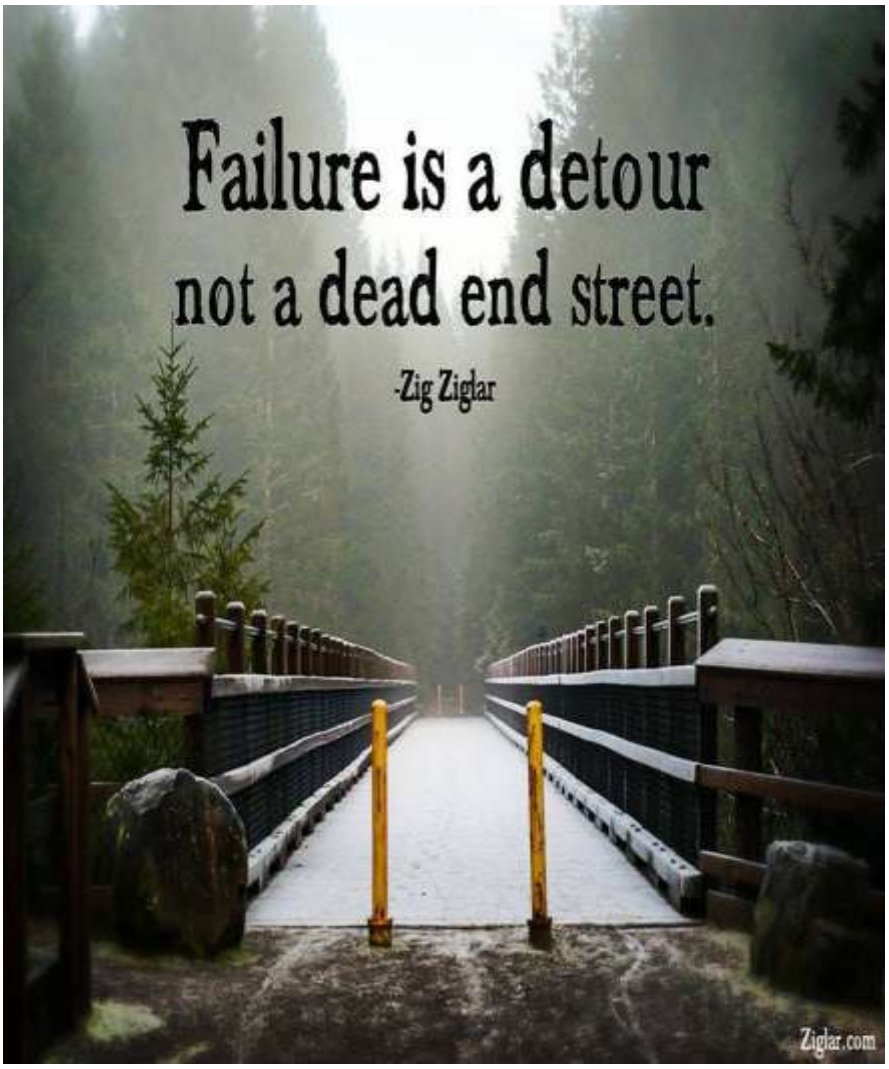
: ناکام ہونے کا مطلب بے وقوف ہونا نہیں، بلکہ یہ کہ آپ نے وہ طریقے دریافت کر لیے جو کام نہیں کرتے۔



سیدھی سڑکیں ماہر ڈرائیور نہیں بناتیں

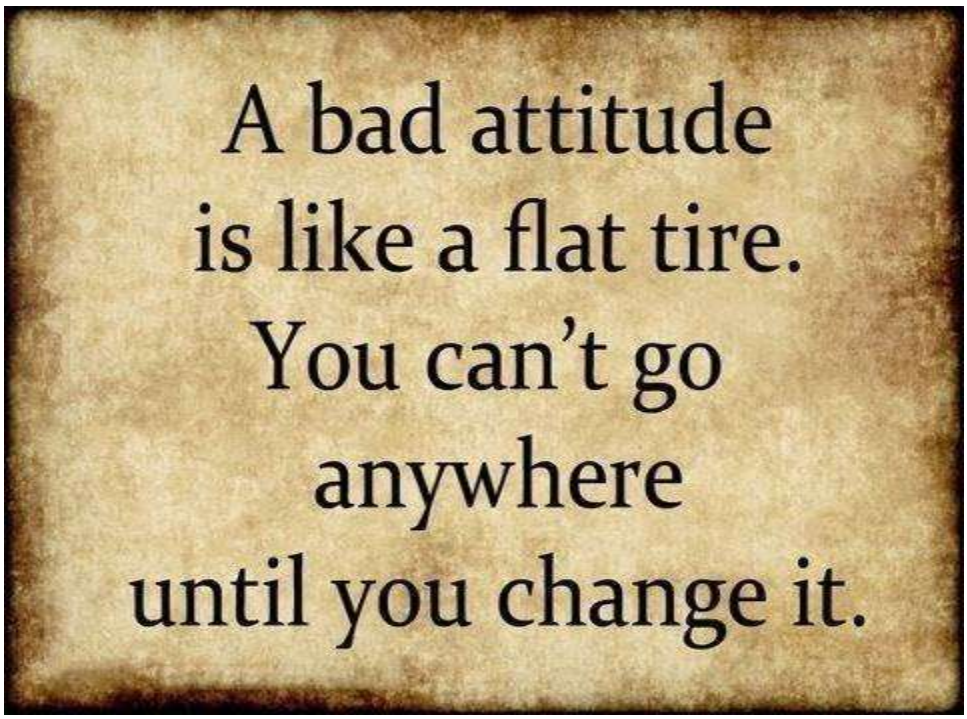
پاؤلو کوئلو

آسان راستے نہیں، مشکل موڑ ہی انسان کو ہنر مند اور مضبوط بناتے ہیں



ناکامی موڑ ہے، بند گلی نہیں ـــ زِگ زِگلر

: ناکامی راستے کا ایک موڑ ہے، منزل کا خاتمہ نہیں



منفی رویہ — پنکچر ٹائر

: بُرا رویہ پنکچر ٹائر کی طرح ہے؛ جب تک اسے بدلیں گے نہیں، آگے نہیں بڑھ سکیں گے



غلطی یا انتخاب؟

ایک ہی غلطی دوبار نہیں ہوتی؛ دوسری بار وہ غلطی نہیں بلکہ آپ کا انتخاب ہوتا ہے۔



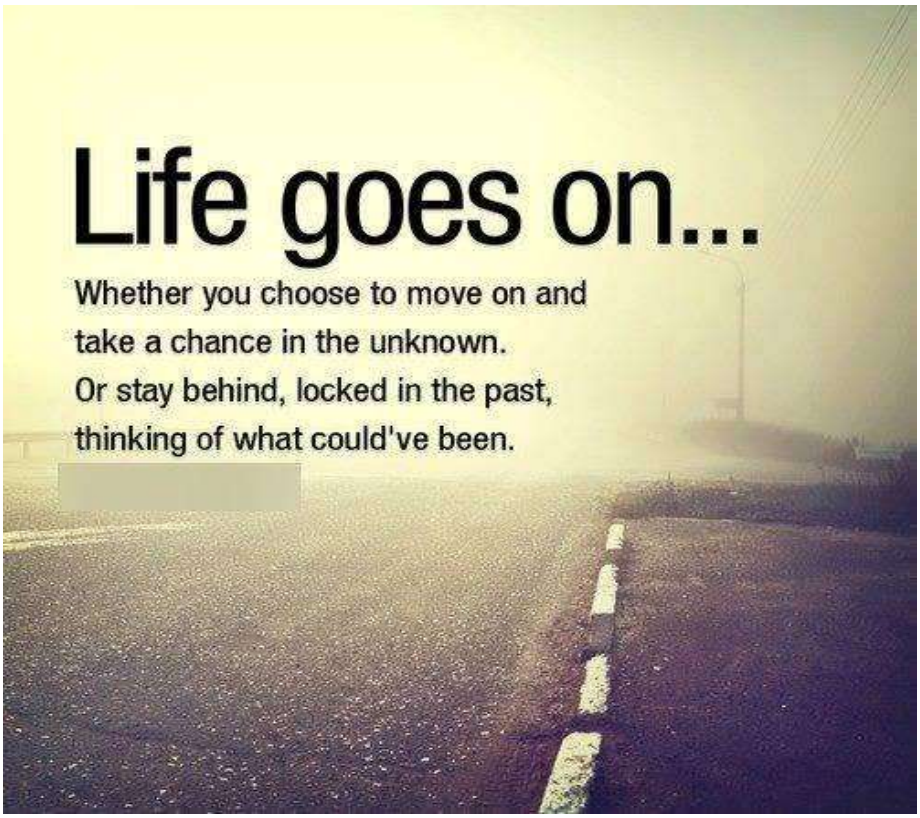
پہچان عمل سے ہوتی ہے

: لوگ آپ کو ان کاموں سے جانتے ہیں جو آپ نے کیے، نہ کہ ان سے جن کا آپ صرف ارادہ رکھتے ہیں



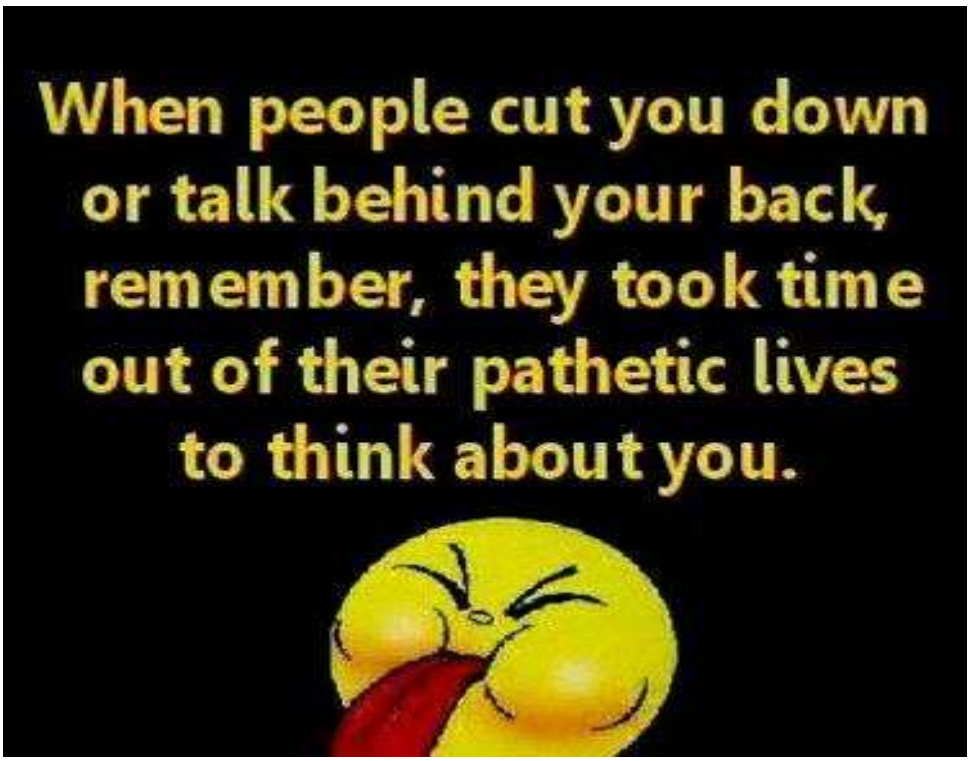
سچے دوست — ہلکے پھلکے انداز میں

: دوست سمندر کی لہروں کی طرح آتے جاتے ہیں، مگر سچے دوست آکٹوپس کی طرح چہرے سے چمٹ جاتے ہیں! مزاح کے پردے میں ایک سچی بات



زندگی چلتی رہتی ہے

: آپ آگے بڑھیں یا ماضی میں قید ہو کر "کاش" سوچتے رہیں، زندگی ہر حال میں رواں دواں رہتی ہے



پیٹھ پیچھے باتیں

جب لوگ پیٹھ پیچھے آپ کی برائی کریں تو یاد رکھیں کہ انہوں نے اپنی زندگی سے وقت نکال کر آپ کے بارے میں سوچا۔۔۔یہی آپ کی اہمیت ہے



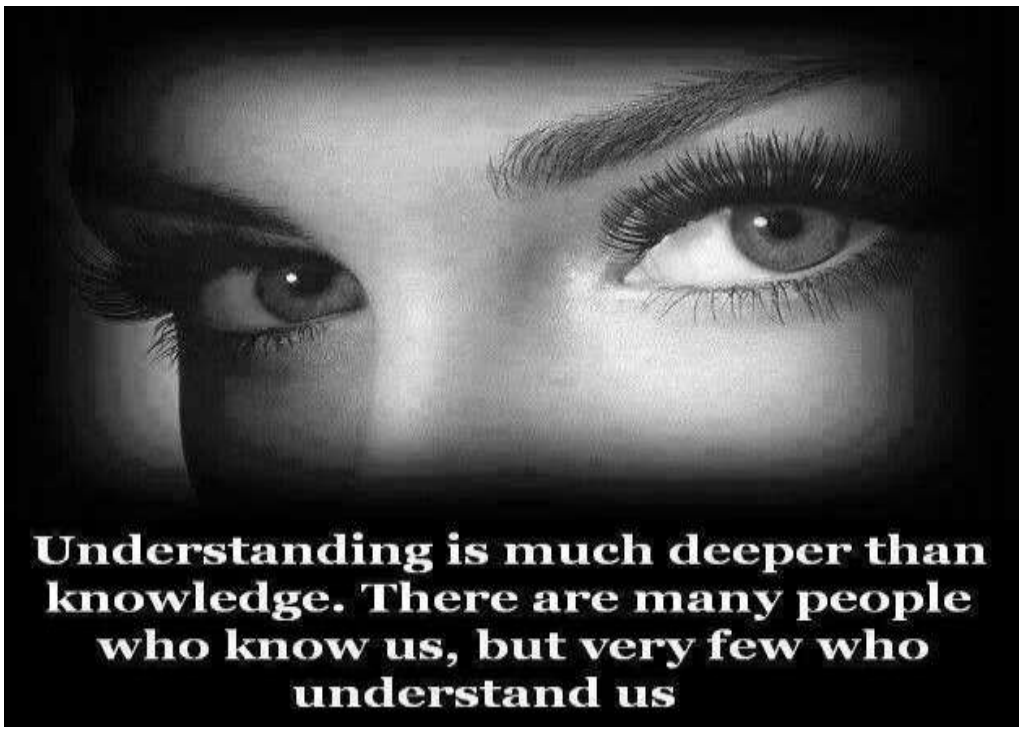
دل توڑنا آسان، جوڑنا مشکل

کسی کو دکھ دینے میں چند لمحے لگتے ہیں، مگر اس زخم کو بھرنے میں برسوں۔ ان دلوں کی قدر کریں جو آپ سے محبت کرتے ہیں



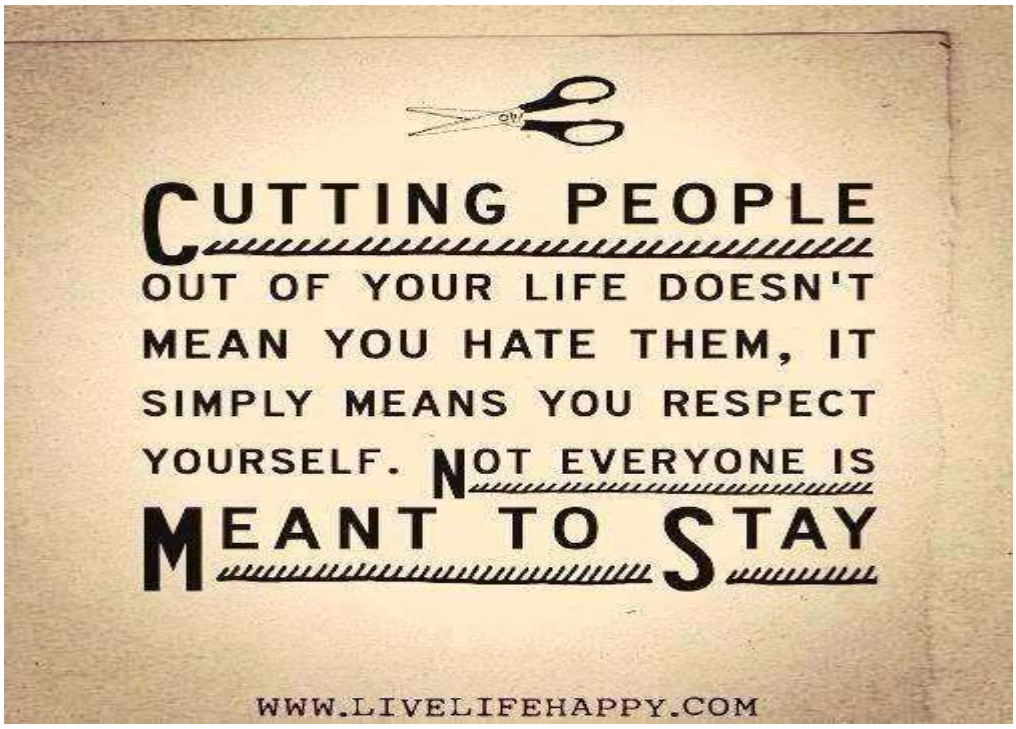
چھوڑ دینے کی ہمت

: زندگی کے خوشگوار ترین لمحات میں سے ایک وہ ہے جب آپ اس چیز کو چھوڑنے کی ہمت پالیں جسے آپ بدل نہیں سکتے۔



سمجھنا، جاننے سے گہرا ہے

بہت سے لوگ ہمیں جانتے ہیں، مگر بہت کم ہمیں سمجھتے ہیں۔ سمجھ بوجھ علم سے کہیں گہری چیز ہے



کچھ لوگوں سے دوری

کسی کو زندگی سے نکال دینے کا مطلب نفرت نہیں بلکہ اپنی عزتِ نفس کا احترام ہے؛ ہر کوئی ساتھ رہنے کے لیے نہیں ہوتا۔



تنقید کرنے والے ہمیشہ رہیں گے

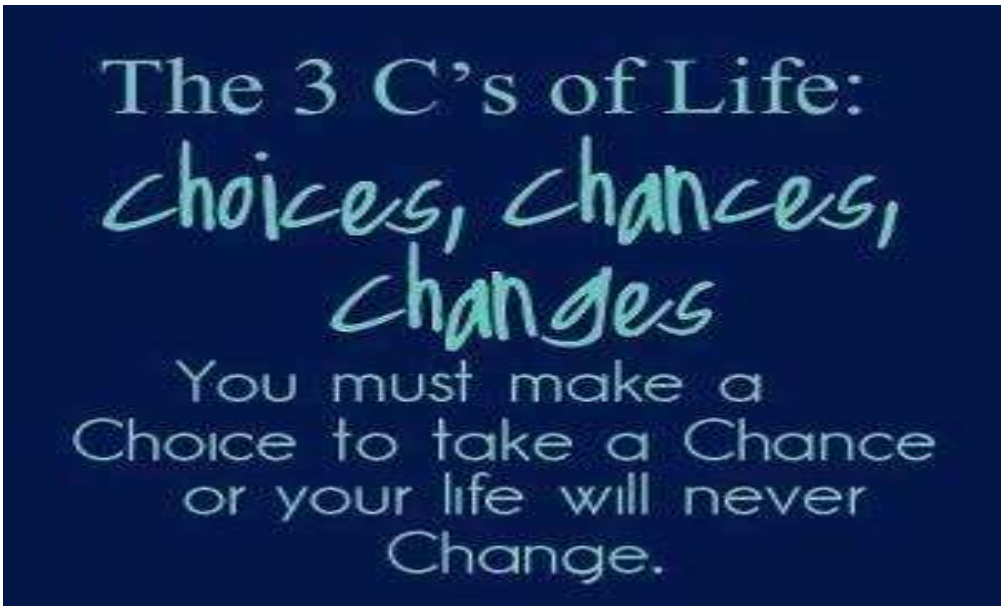
آپ کتنے ہی اچھے انسان کیوں نہ ہوں، کوئی نہ کوئی تنقید کرنے والا ضرور ہو گا

—اپنا اچھا کام جاری رکھیں



اعتماد—ایک نازک شے

اعتماد کو توڑنا اور کھونا آسان ہے، مگر اسے دوبارہ پانا دنیا کے مشکل ترین کاموں میں سے ہے۔



زندگی کے تین اصول

: انتخاب، موقع اور تبدیلی ـــ موقع لینے کا انتخاب کریں، ورنہ زندگی کبھی نہیں بدلے گی۔



مسکرائیں، محبت کریں، دعا کریں

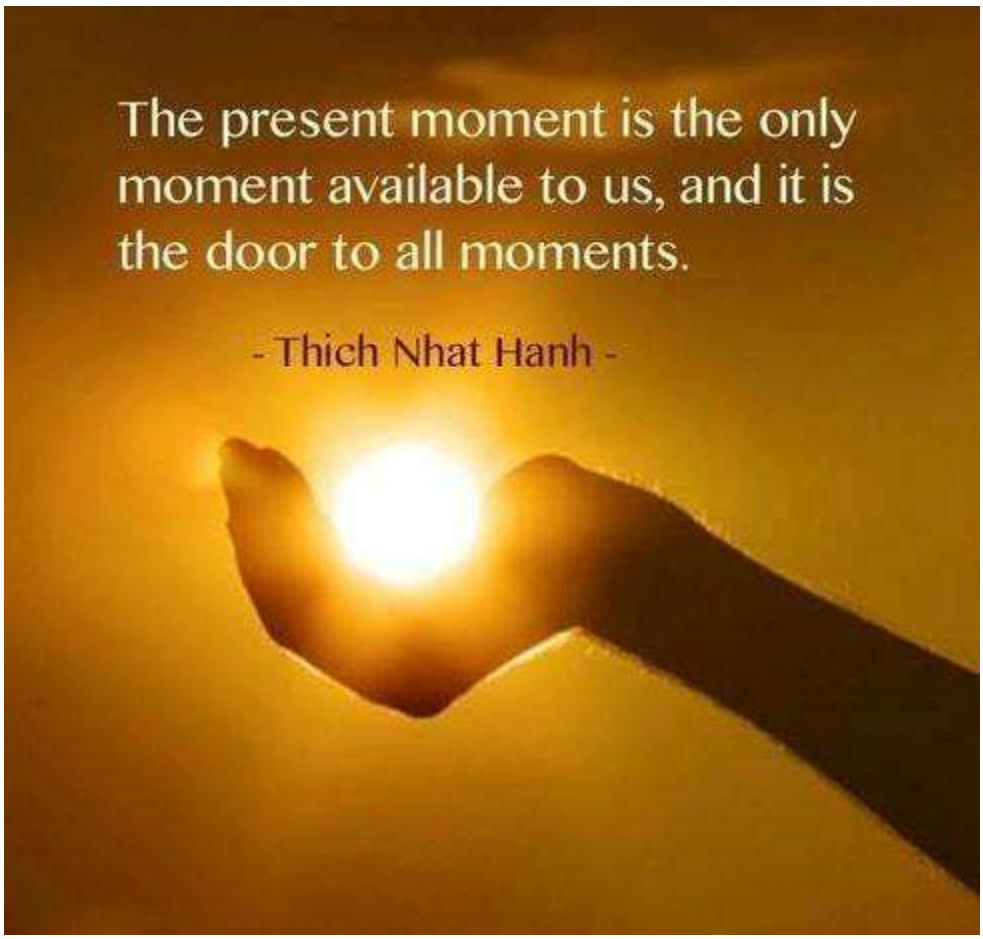
مسکراہٹ آپ کو خوبصورت بناتی ہے، محبت زندگی کا لطف بڑھاتی ہے، اور دعا

آپ کو مضبوط رکھتی ہے۔



برداشت کی حد

لوگ آپ کو برداشت کی آخری حد تک دھکیلتے ہیں، اور جب آپ جواب دیں تو آپ ہی کو برا سمجھتے ہیں۔



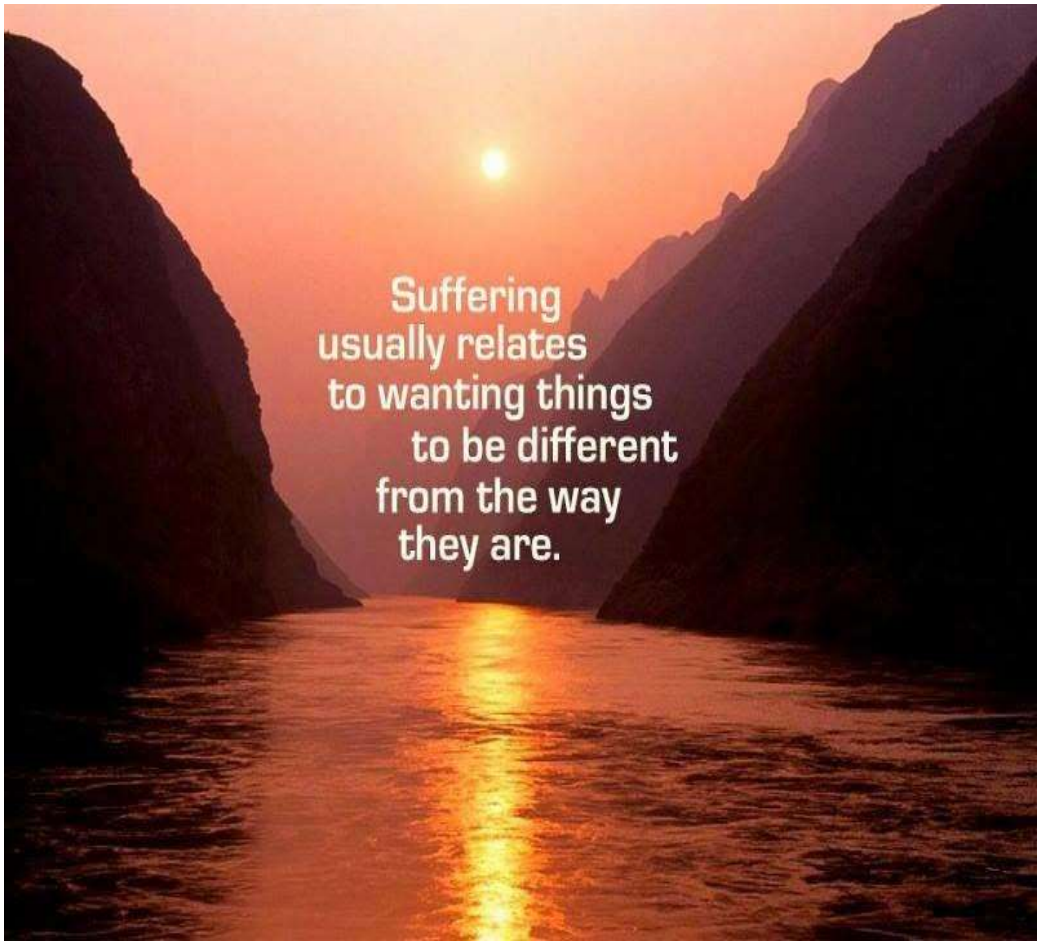
حال کا لمحہ — تھچ نھات ہان

موجودہ لمحہ ہی وہ واحد لمحہ ہے جو ہمارے پاس ہے، اور یہی باقی تمام لمحوں کا دروازہ ہے۔ آج کو بھرپور جئیں



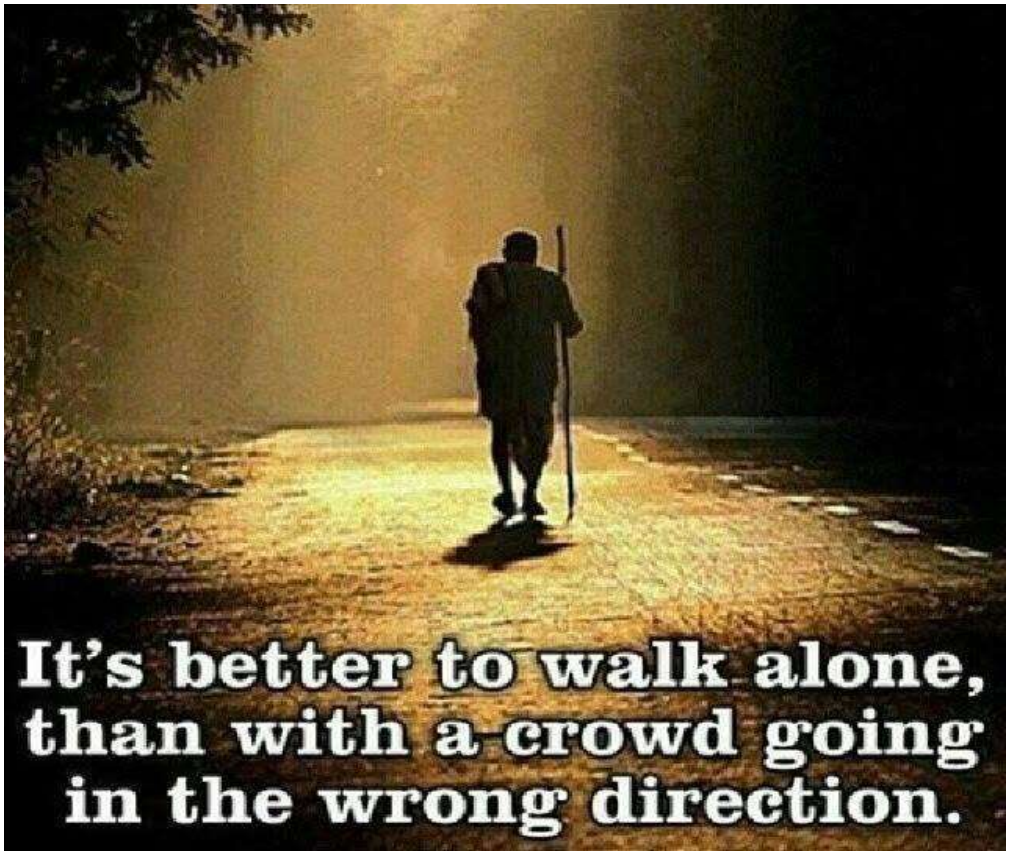
چلتے رہیں

: ہر قدم پہلے سے مشکل لگ سکتا ہے، مگر رکیں نہیں؛ چوٹی سے نظارہ بہت خوبصورت ہوتا ہے



دکھ کی جڑ

: اکثر دکھ اس خواہش سے جنم لیتا ہے کہ چیزیں ویسی نہ ہوں جیسی وہ ہیں۔ حقیقت کو قبول کرنا سکون کی کنجی ہے۔



تنہا مگر درست راہ پر

غلط سمت جاتے ہجوم کے ساتھ چلنے سے اکیلے چلنا کہیں بہتر ہے۔



ناپسند کرنے والوں کے سامنے خوش رہیں

جو آپ کو پسند نہیں کرتے، ان کے سامنے خوش رہیں — یہی ان کے لیے

سب سے بڑا جواب ہے۔

-



موازنہ چھوڑیں، خوشی پائیں

: جب آپ خود کو دوسروں سے ملانا چھوڑ دیتے ہیں تو خوشی خود آپ کو ڈھونڈ لیتی ہے۔



سب کچھ عارضی ہے

اچھا وقت ہو تو لطف اٹھائیں کیونکہ یہ ہمیشہ نہیں رہے گا، اور برا وقت ہو تو فکر نہ کریں

کیونکہ یہ بھی ہمیشہ نہیں رہے گا۔



قدرت کا حسین نظارہ — آبشار

سبز پہاڑوں کے بیچ گرتی یہ آبشار خالق کی کاریگری کا شاہکار ہے؛ فطرت کا حسن دل و دماغ کو تازگی بخشتا ہے



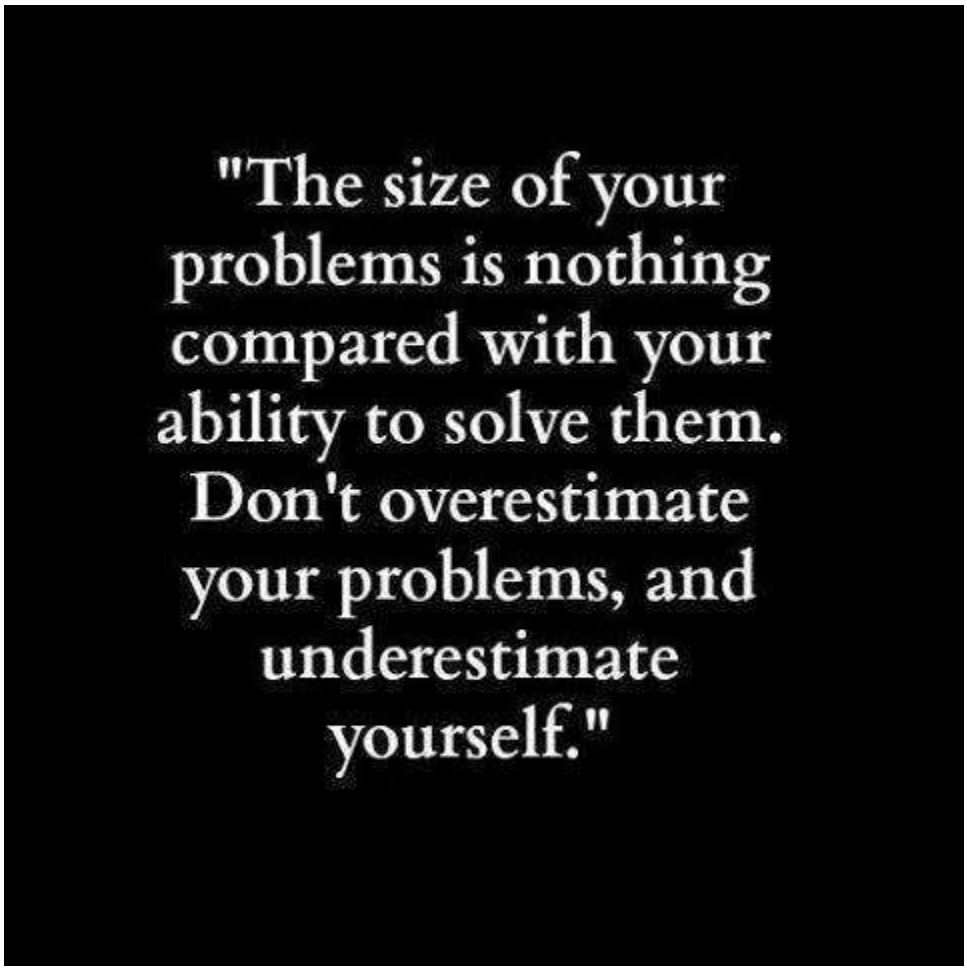
اپنے طوفان خود

: کچھ لوگ اپنے طوفان خود پیدا کرتے ہیں اور پھر بارش ہونے پر پریشان ہوتے ہیں



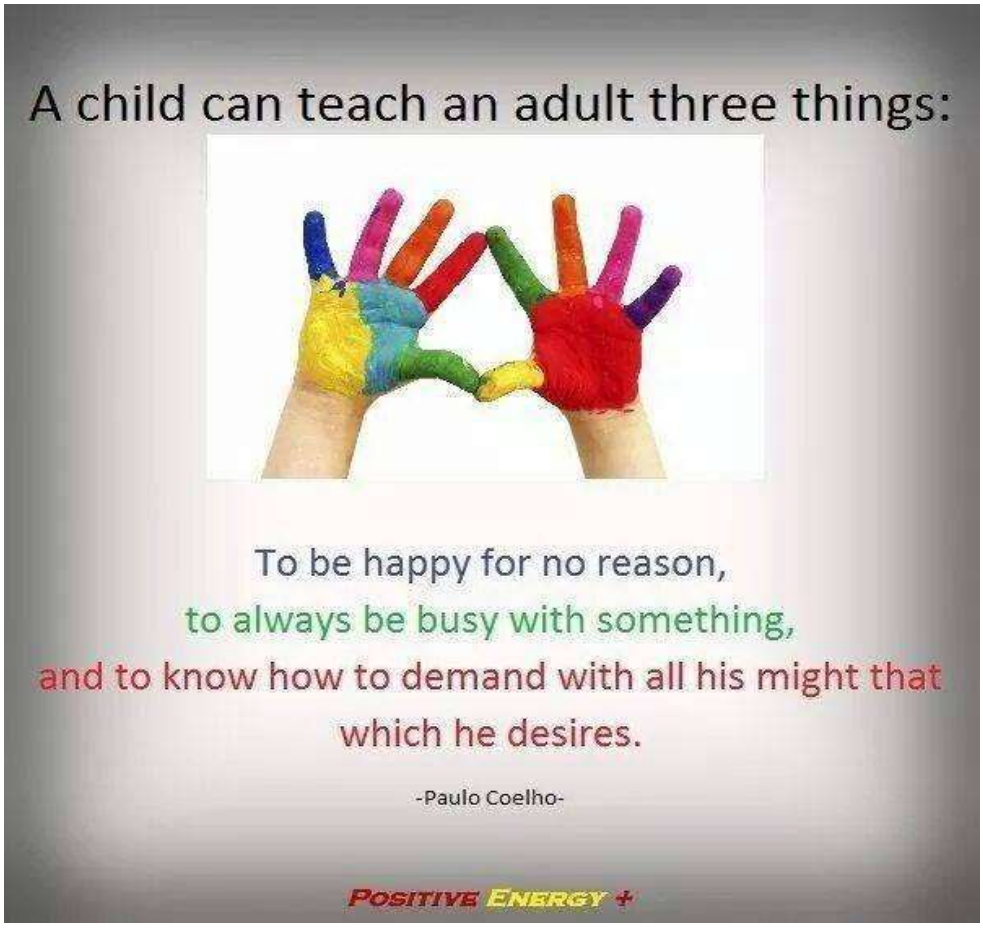
مسئلہ ہے تو حل بھی ہے—اسٹیو مارابولی

کائنات اتنی متوازن ہے کہ کسی مسئلے کا ہونا ہی اس بات کی نشانی ہے کہ اس کا حل بھی موجود ہے



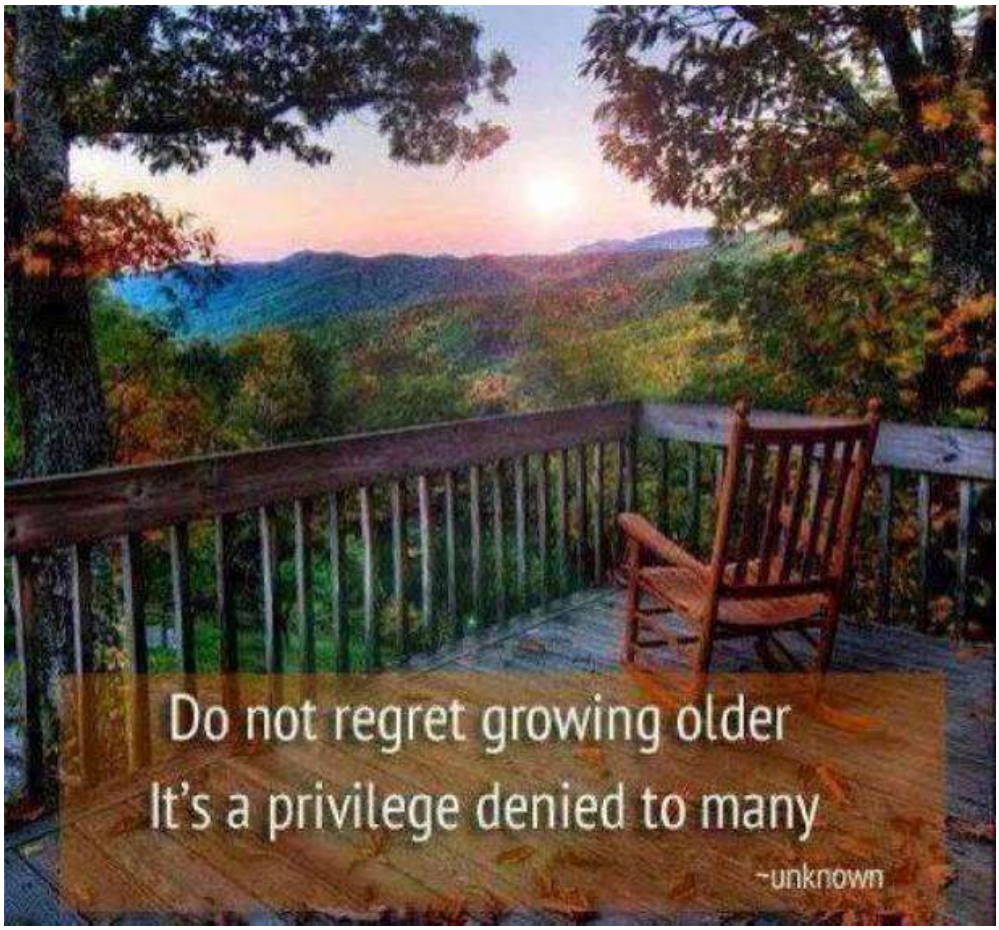
مسائل سے بڑی آپ کی صلاحیت

آپ کے مسائل کا حجم آپ کی انہیں حل کرنے کی صلاحیت کے سامنے کچھ نہیں۔ مسائل کو بڑا اور خود کو چھوٹا نہ سمجھیں



بچے سے سیکھنے کی تین باتیں—پاؤلو کوئلو

: بغیر کسی وجہ کے خوش رہنا، ہمیشہ کسی نہ کسی کام میں مصروف رہنا، اور جو چاہیے اسے پوری قوت سے مانگنا۔



بڑھتی عمر—ایک نعمت

: عمر بڑھنے پر افسوس نہ کریں؛ یہ ایسی نعمت ہے جو بہت سوں کو نصیب نہیں ہوتی



دیہی عورت کی محنت

: کھیتوں اور مٹی سے جُڑی یہ خواتین ہماری معیشت کا خاموش ستون ہیں؛ ان کی محنت کو پہچان اور پورا حق ملنا چاہیے



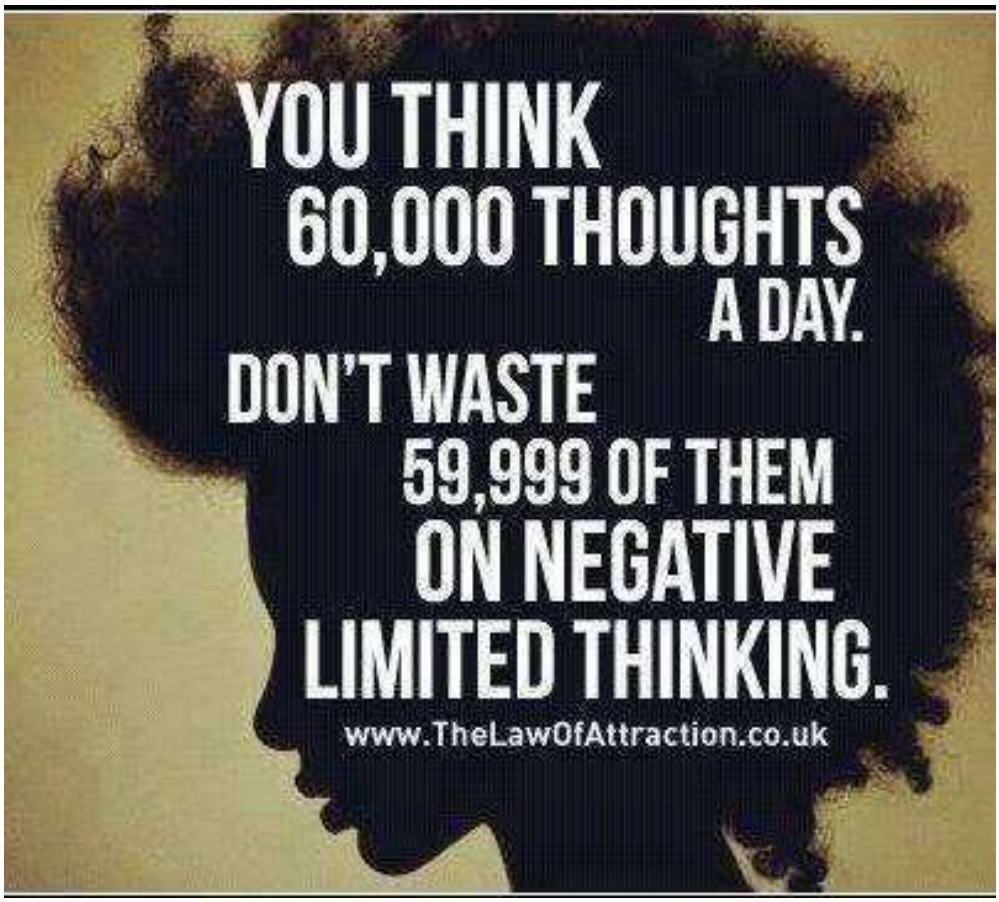
سمندر کنارے تنہائی

کشتی پر بیٹھا شخص افق کو تک رہا ہے — کبھی کبھی خاموش تنہائی ہی انسان کو اپنے آپ سے ملاتی ہے۔



رشتوں کا آغاز اور انجام

: رشتے "کیا ہم بات کر سکتے ہیں؟" سے شروع ہوتے ہیں اور "ہمیں بات کرنی ہے" پر ختم۔ بات چیت کا دروازہ ہمیشہ کھلا رکھیں۔



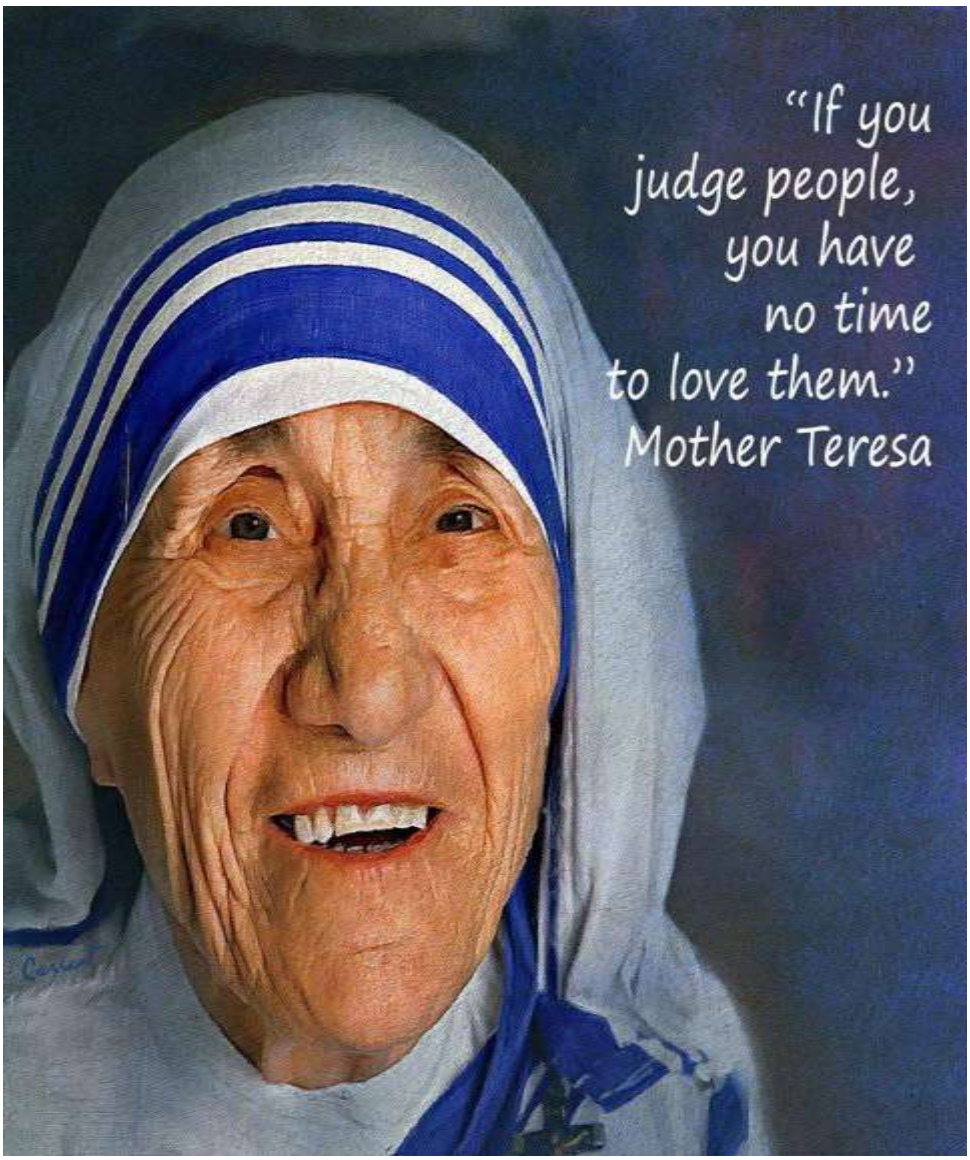
ساٹھ ہزار خیالات

ہم روزانہ تقریباً ساٹھ ہزار خیالات سوچتے ہیں؛ انہیں منفی اور محدود سوچ میں ضائع نہ کریں



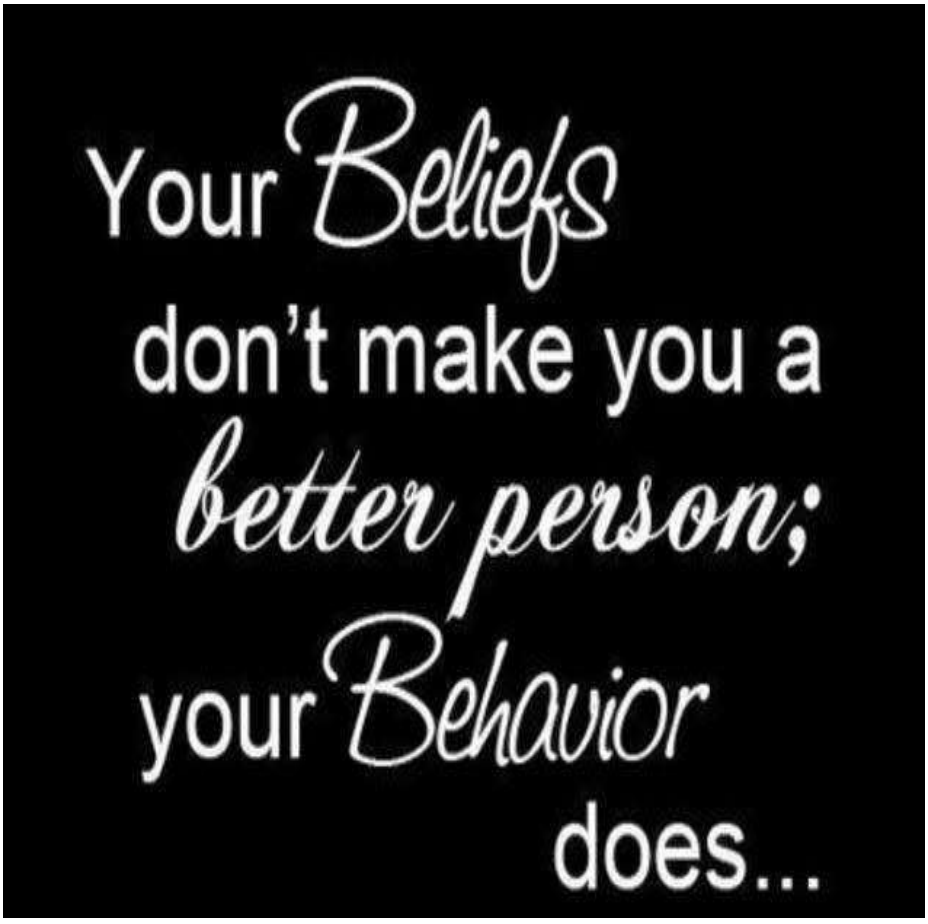
ٹھہراؤ ــــ رام داس

جتنا آپ خاموش ہوتے ہیں، اتنا ہی زیادہ سن پاتے ہیں۔



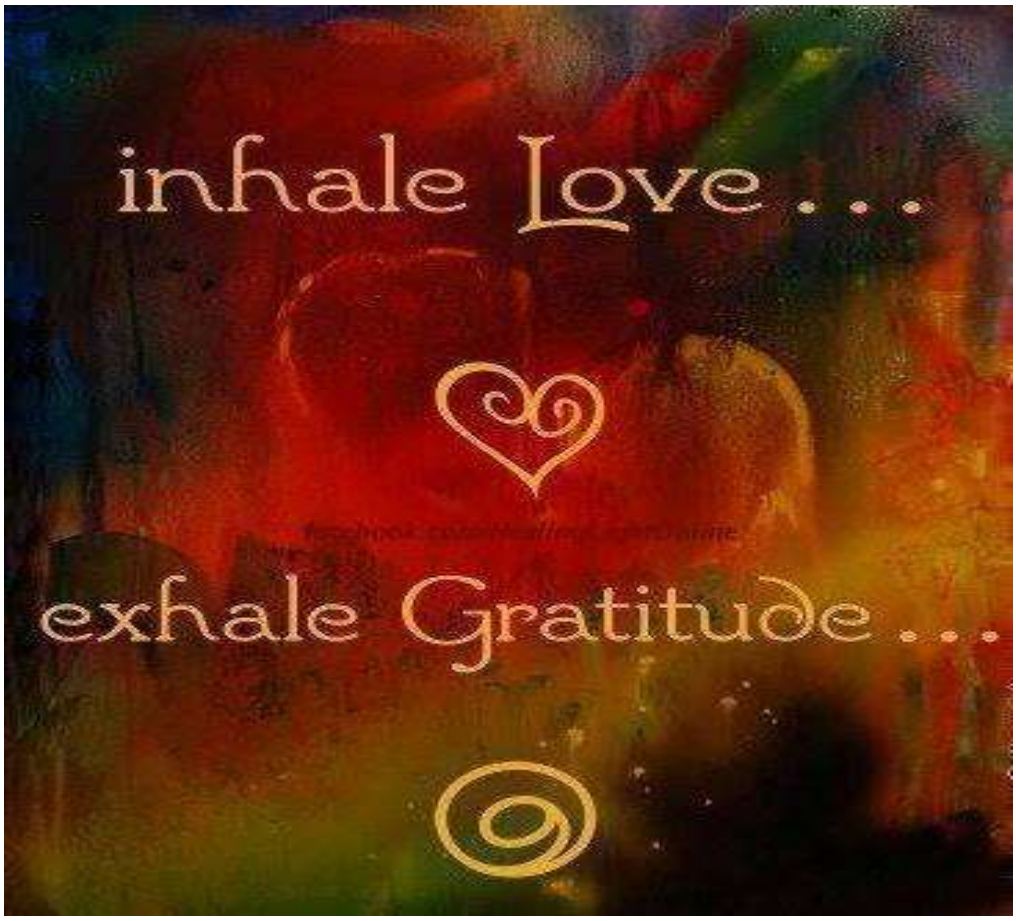
پرکھنا یا محبت ـــ مدر ٹریسا

: اگر آپ لوگوں کو پرکھنے میں لگے رہیں تو ان سے محبت کرنے کا وقت نہیں بچتا



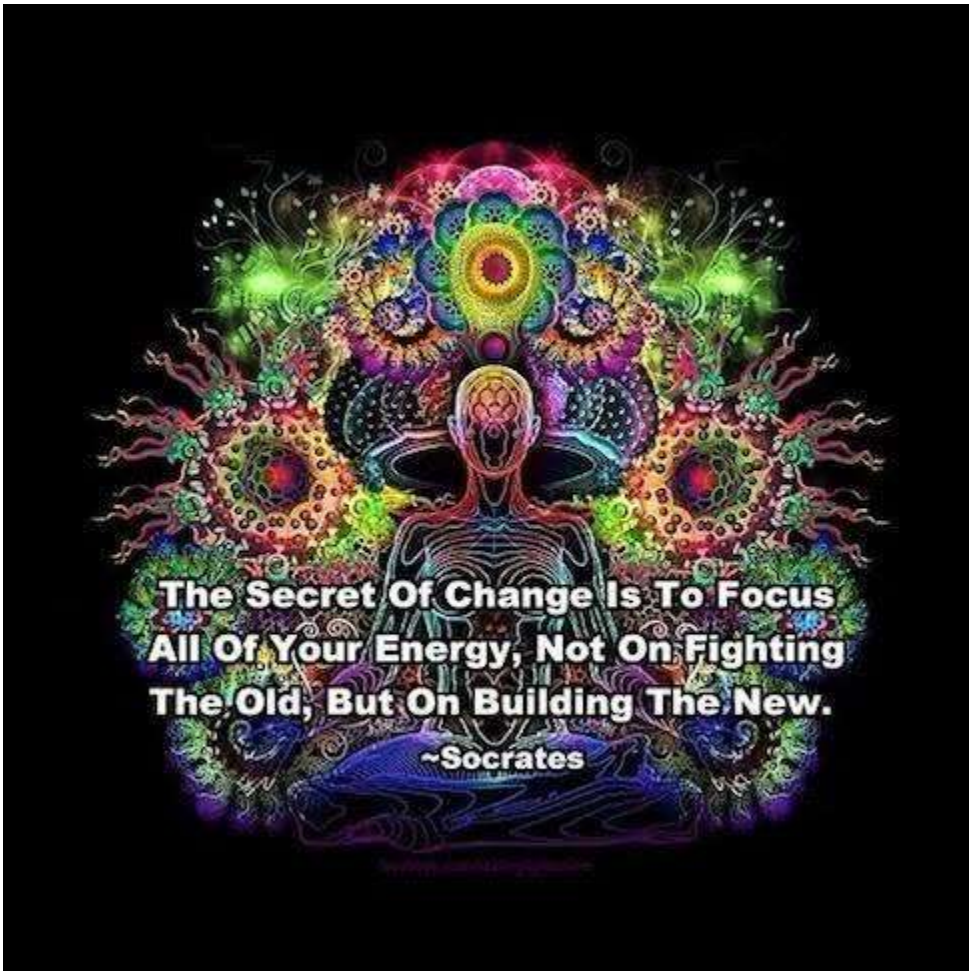
عقیدہ نہیں، کردار

آپ کے عقائد آپ کو بہتر انسان نہیں بناتے، آپ کا رویہ اور کردار بناتا ہے



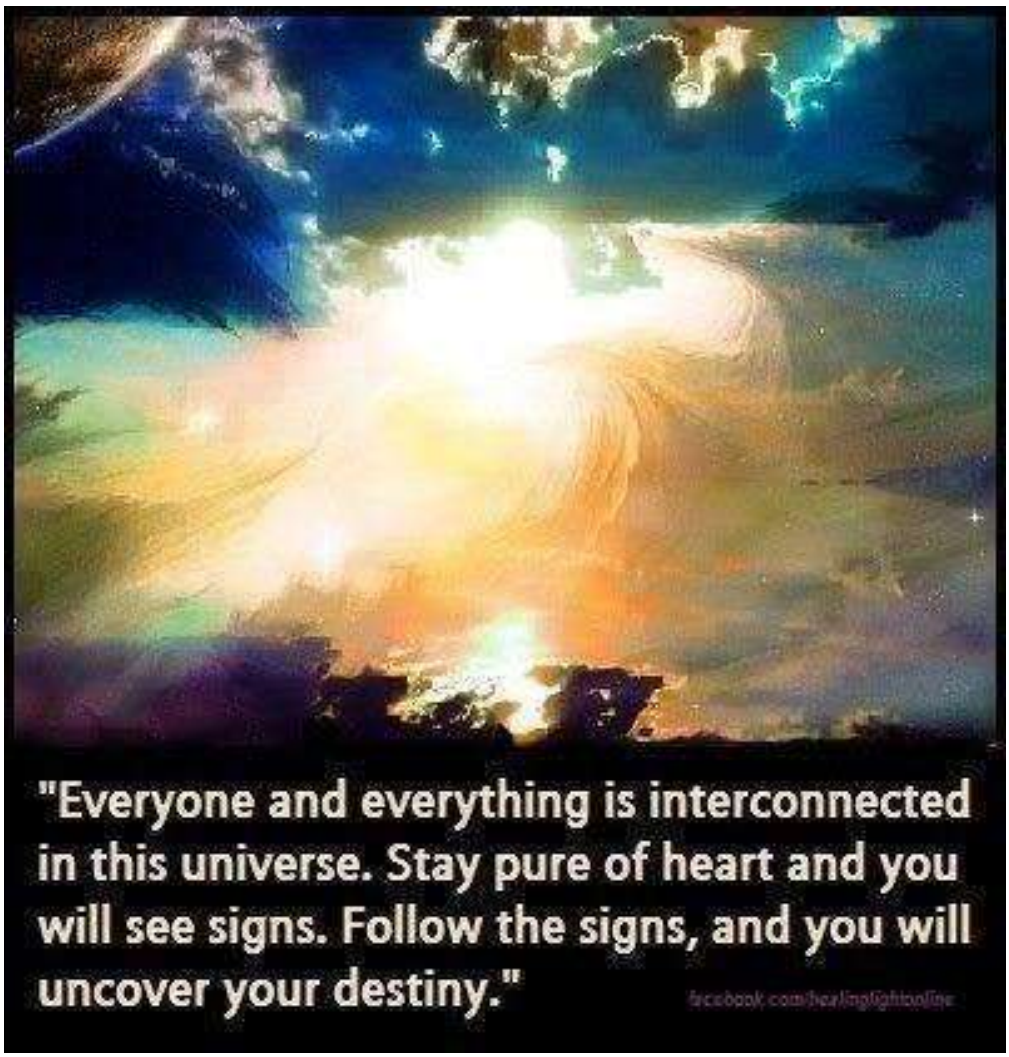
محبت کا سانس، شکر کا سانس

: سانس کے ساتھ محبت اندر لیں اور شکر گزاری باہر نکالیں ـــ یہی پُر سکون زندگی کا راز ہے



تبدیلی کا راز

تبدیلی کا راز یہ ہے کہ اپنی ساری توانائی پرانے سے لڑنے کے بجائے نیا تعمیر کرنے پر لگائیں



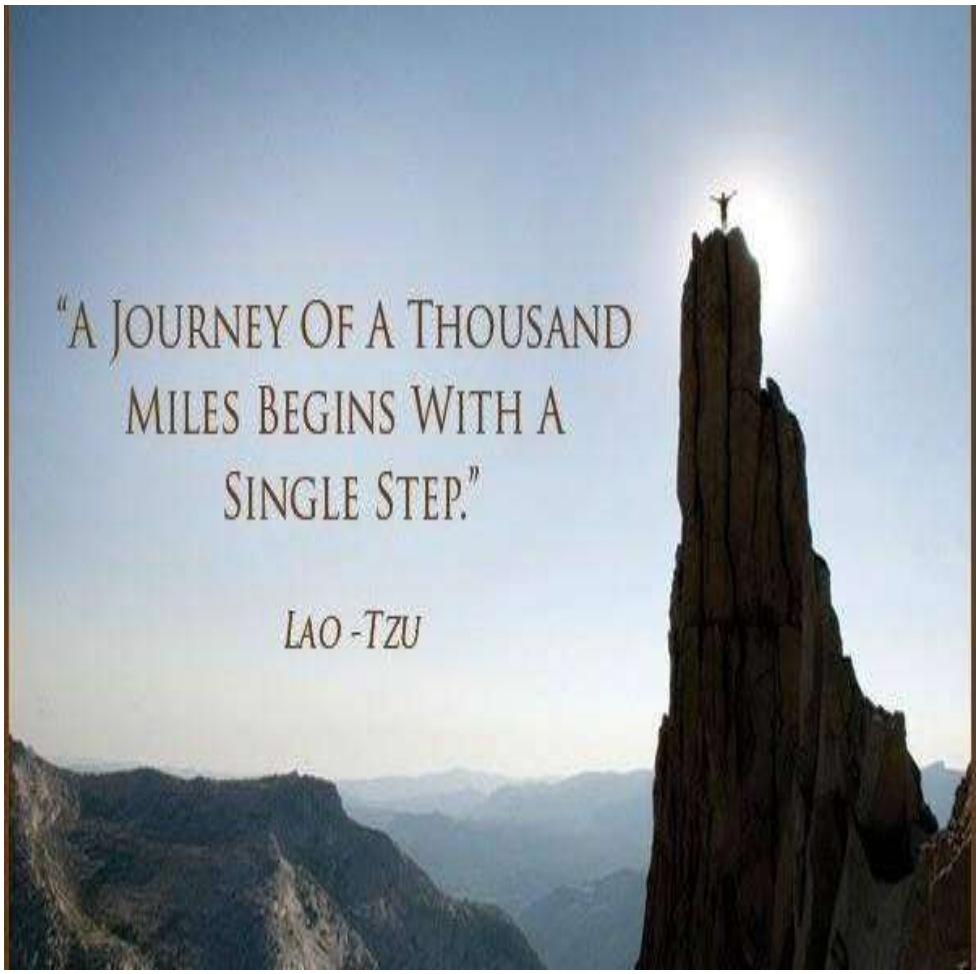
سب کچھ جڑا ہوا ہے

: کائنات کی ہر شے ایک دوسرے سے جڑی ہے؛ دل صاف رکھیں تو نشانیاں نظر آئیں گی، اور ان کی پیروی سے منزل مل جائے گی



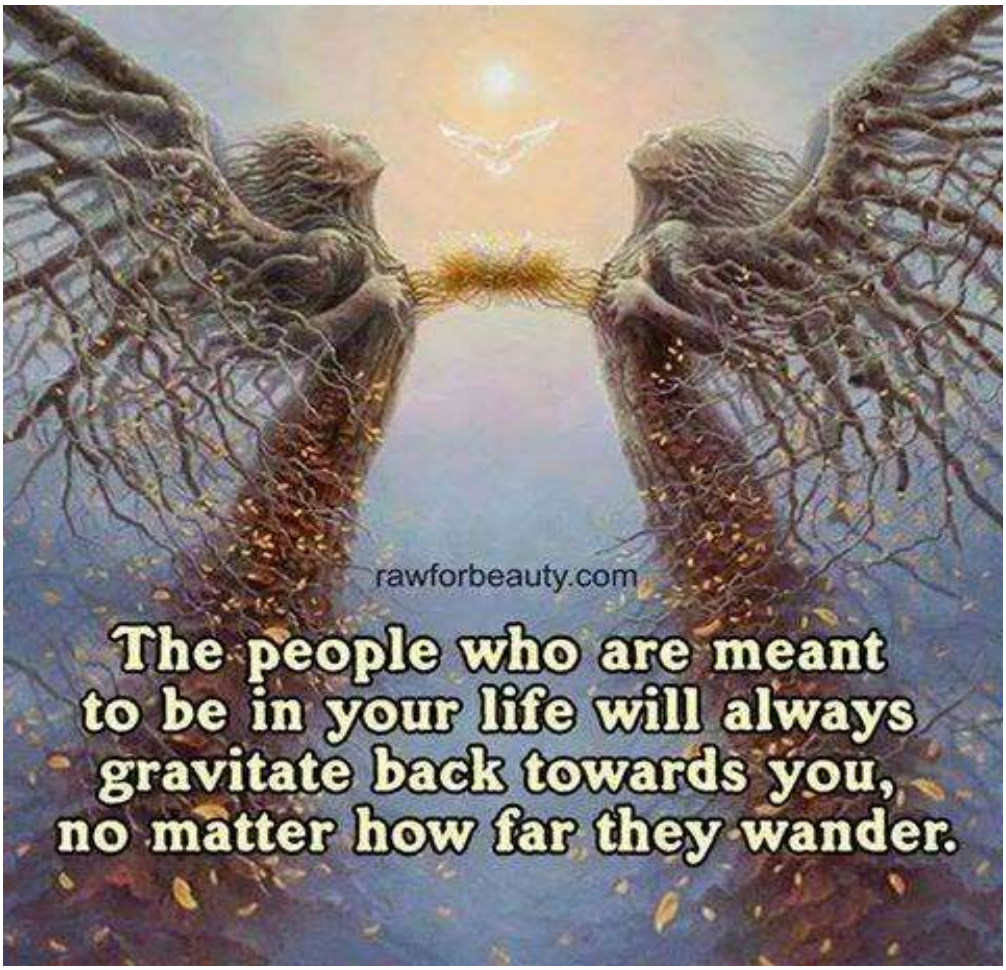
اڑان بھرتا مور

سبز چٹانوں کے سامنے پر پھیلائے مور کی اڑان قدرت کے رنگوں کا دلکش منظر ہے



ہزار میل کا سفر ـــــ لاؤزو

ہزار میل کا سفر بھی ایک قدم سے شروع ہوتا ہے؛ آج ہی پہلا قدم اٹھائیں



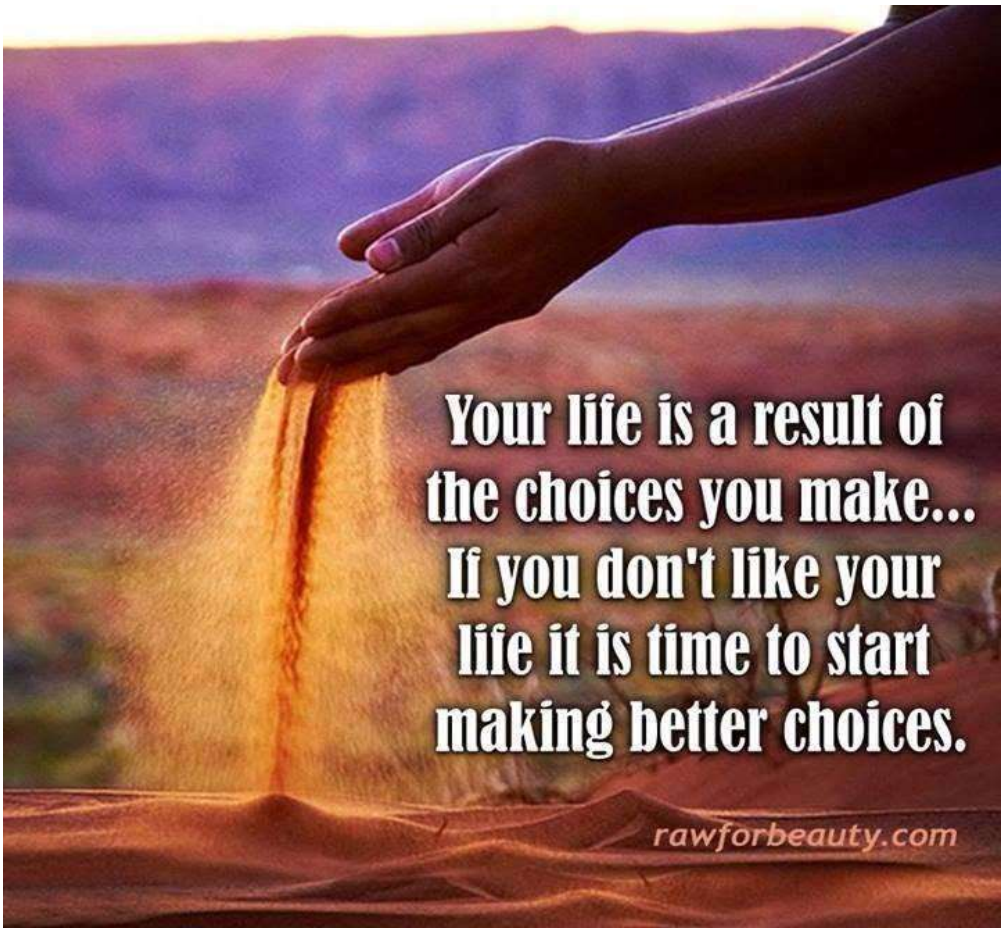
جو آپ کے ہیں، لوٹ آئیں گے

: جن لوگوں کا آپ کی زندگی میں ہونا لکھا ہے، وہ کتنا ہی دور چلے جائیں، لوٹ کر آپ ہی کی طرف آتے ہیں



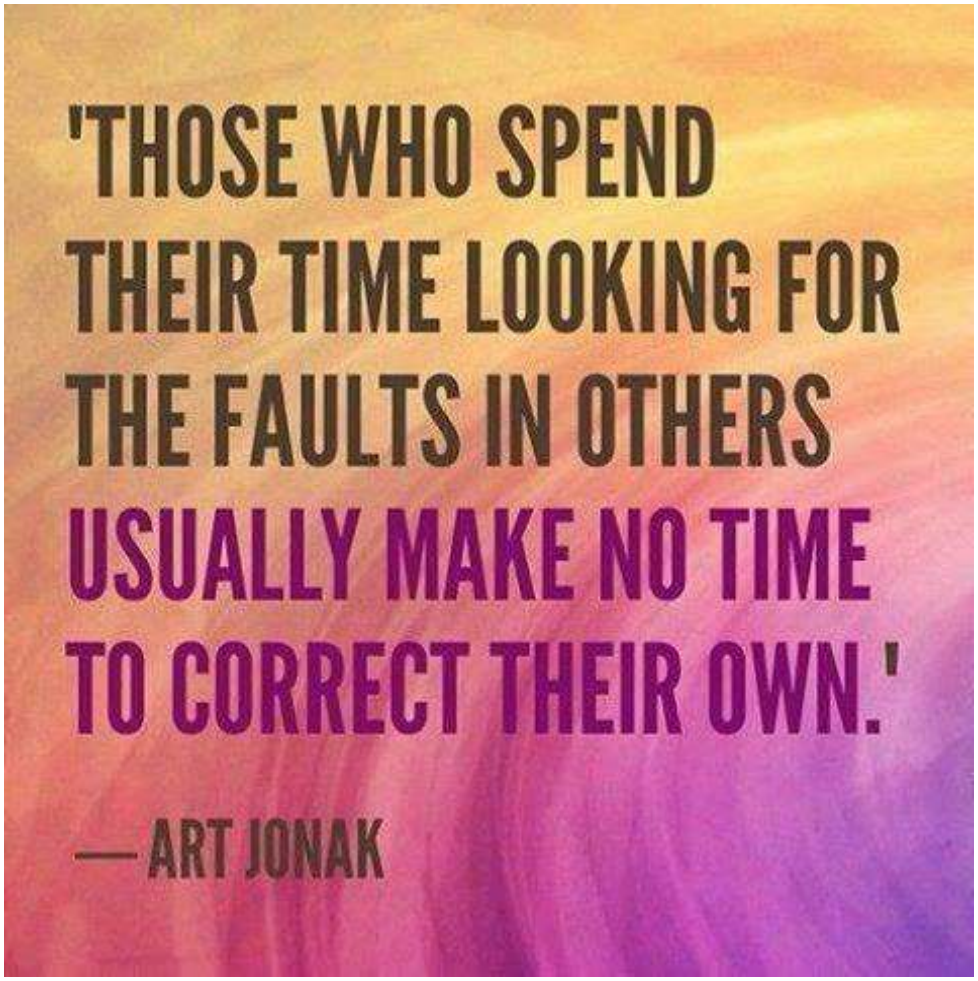
اپنے پروں پر بھروسہ

: درخت پر بیٹھا پرندہ شاخ ٹوٹنے سے نہیں ڈرتا، کیونکہ اس کا بھروسہ شاخ پر نہیں اپنے پروں پر ہوتا ہے۔ خود پر یقین رکھیں



زندگی—آپ کے فیصلوں کا نتیجہ

: آپ کی زندگی آپ کے فیصلوں کا نتیجہ ہے؛ اگر یہ پسند نہیں تو بہتر فیصلے کرنا شروع کریں



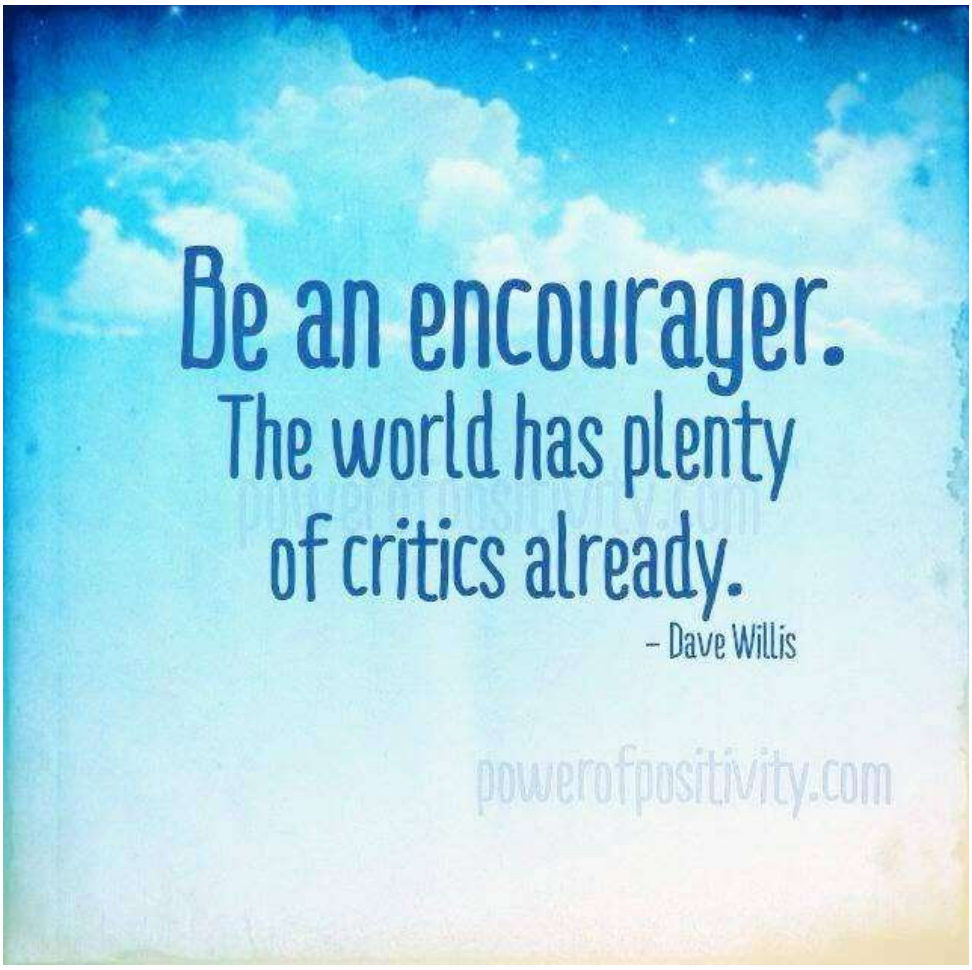
دوسروں کے عیب — آرٹ جوناک

: جو دوسروں کے عیب ڈھونڈنے میں وقت گزارتے ہیں، انہیں اپنی اصلاح کی فرصت نہیں ملتی



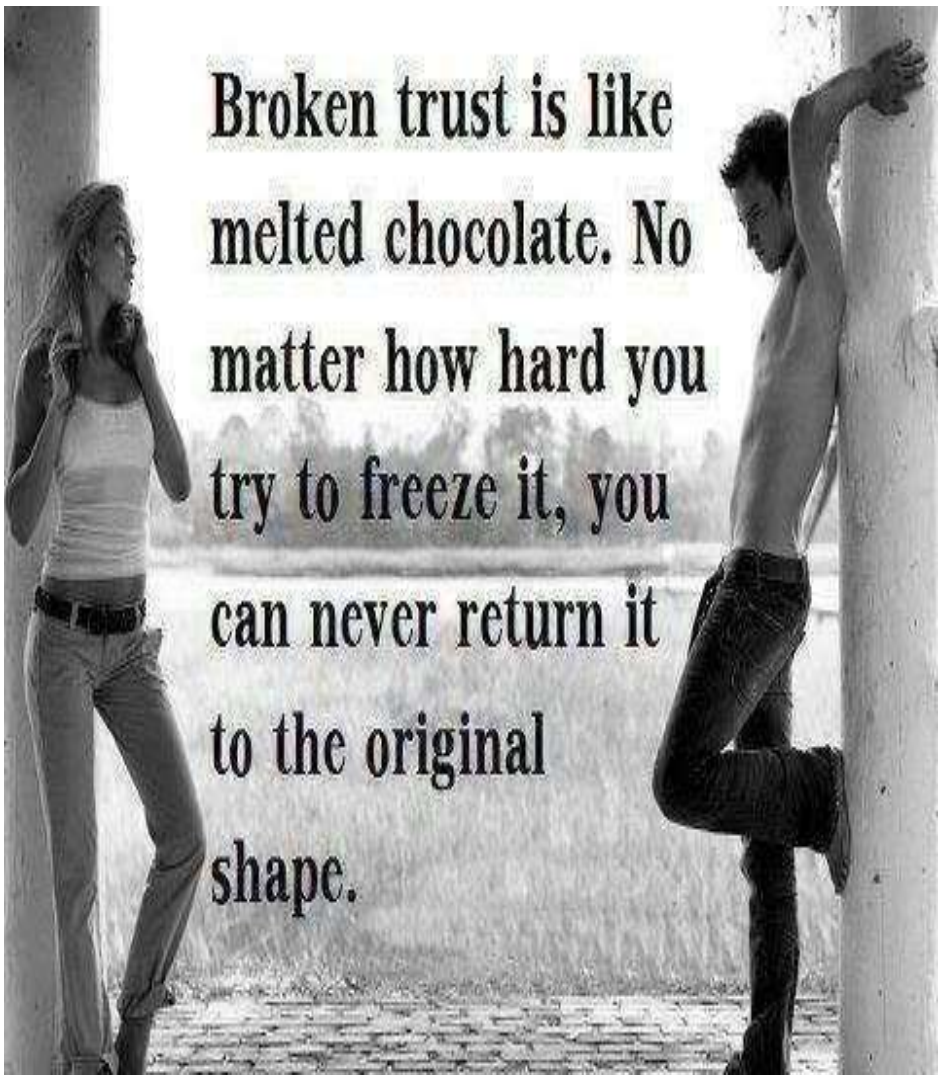
غلط لوگ گئے، اچھا وقت آیا

جب غلط لوگ زندگی سے نکل جاتے ہیں تو اچھی چیزیں ہونے لگتی ہیں



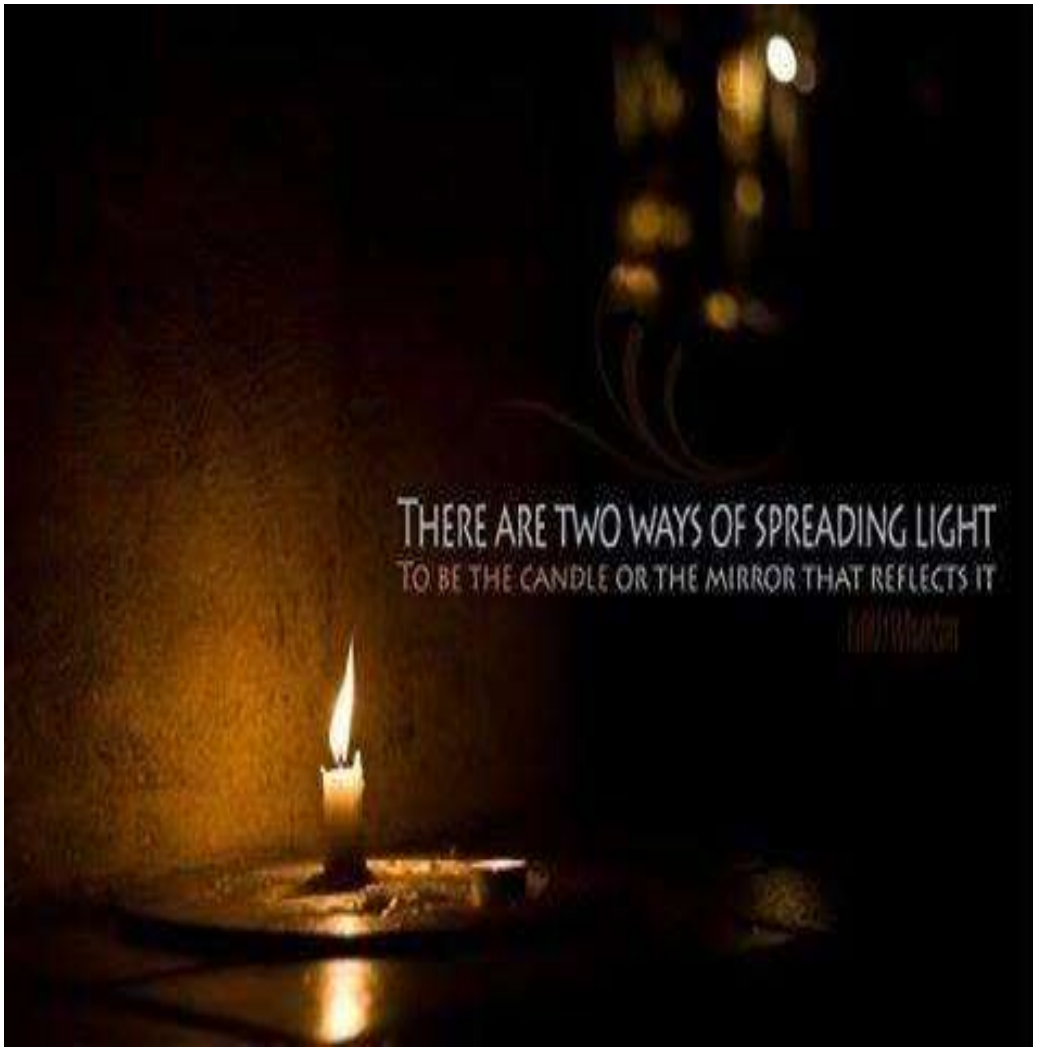
حوصلہ بڑھانے والے بنیں ــــ ڈیوولس

: دنیا میں تنقید کرنے والے پہلے ہی بہت ہیں؛ آپ دوسروں کا حوصلہ بڑھانے والے بنیں



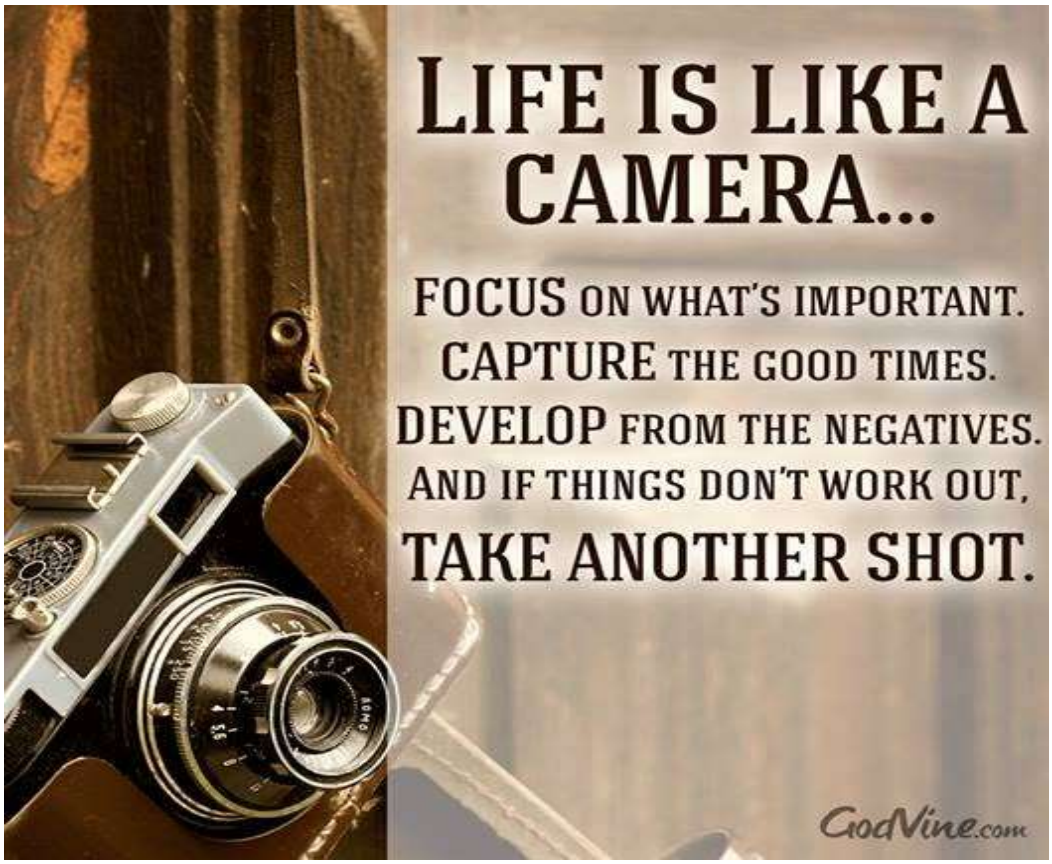
ٹوٹا اعتماد ــــ پگھلی چاکلیٹ

: ٹوٹا ہوا اعتماد پگھلی چاکلیٹ جیسا ہے؛ اسے کتنا ہی جما لیں، اپنی اصل شکل میں واپس نہیں آتا



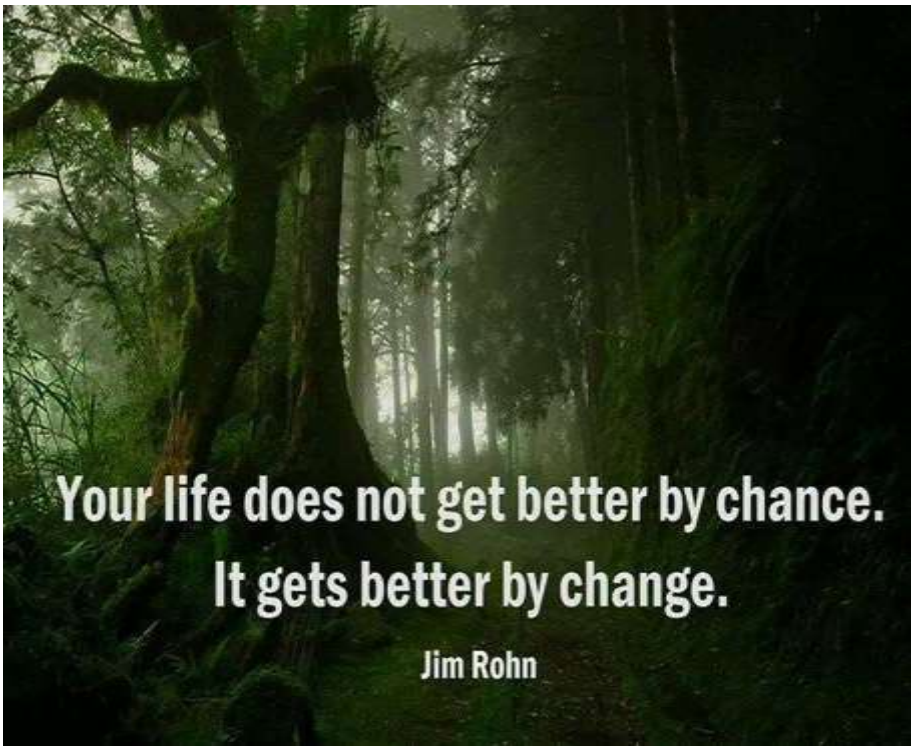
روشنی پھیلانے کے دو طریقے—ایڈتھ وارٹن

روشنی پھیلانے کے دو طریقے ہیں: خود چراغ بن جائیں، یا وہ آئینہ جو اس کی روشنی کو آگے پہنچائے



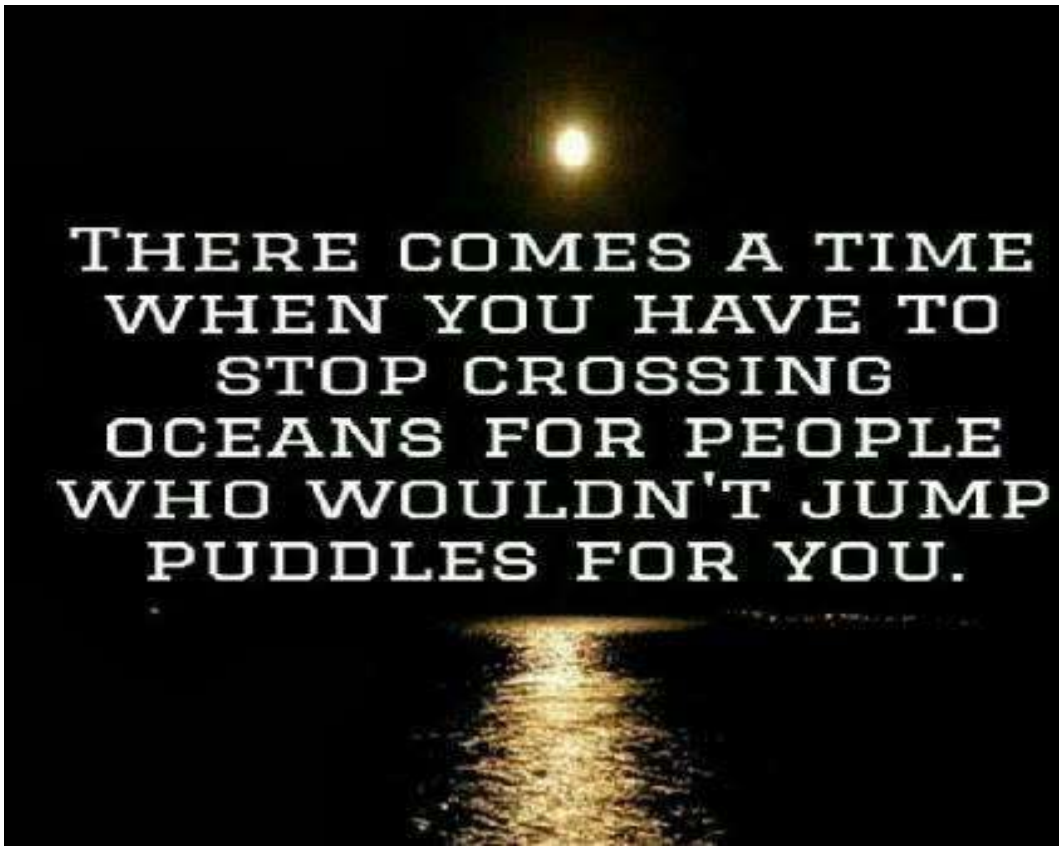
زندگی ایک کیمرے کی طرح

اہم چیزوں پر فوکس کریں، اچھے لمحات قید کریں، منفی تجربات سے نکھریں، اور بات نہ بنے تو ایک اور شاٹ لیں



بہتری اتفاق سے نہیں، تبدیلی سے — جم رون

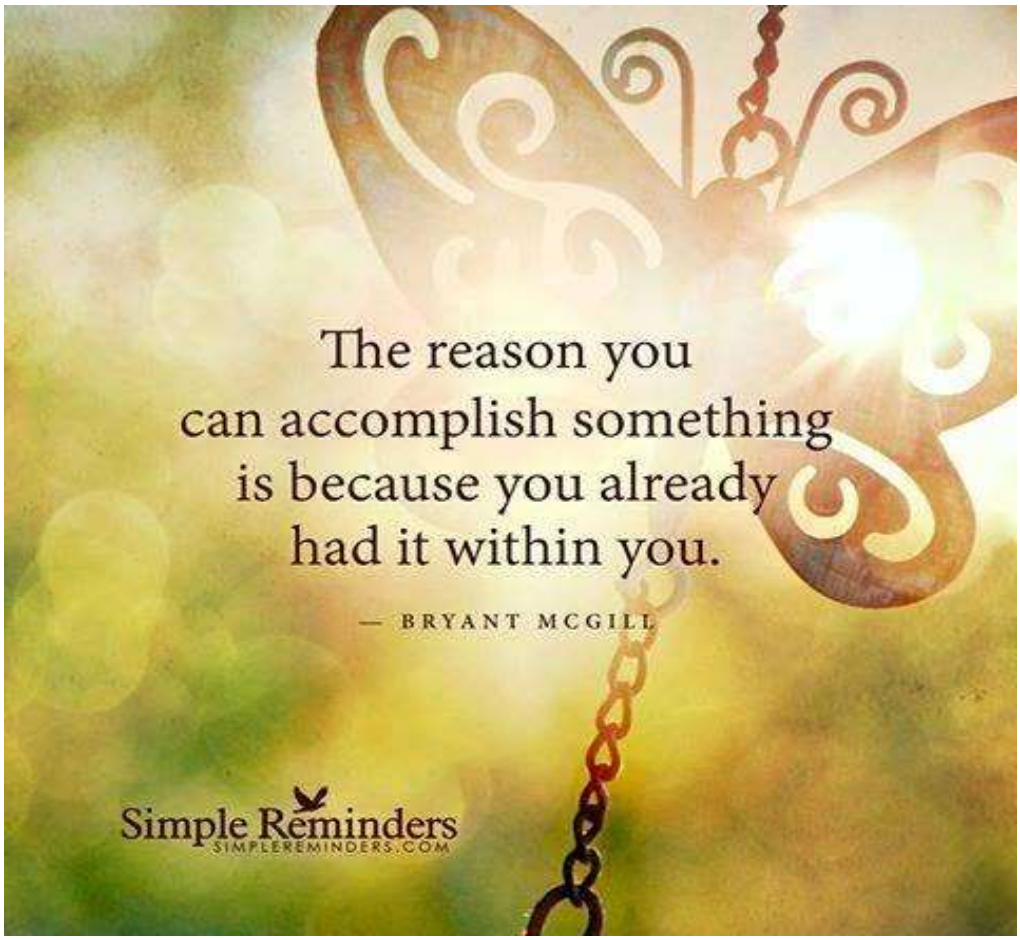
زندگی اتفاق سے بہتر نہیں ہوتی، اپنے آپ کو بدلنے سے بہتر ہوتی ہے۔



سمندر پار کرنا چھوڑ دیں

ایک وقت آتا ہے جب ان لوگوں کے لیے سمندر پار کرنا چھوڑ دینا

چاہیے جو آپ کے لیے ایک گڑھا بھی نہ پھلانگیں



صلاحیت آپ کے اندر ہے

برائنٹ میک گل

آپ کچھ حاصل کر پاتے ہیں کیونکہ وہ صلاحیت پہلے ہی سے آپ کے اندر موجود تھی



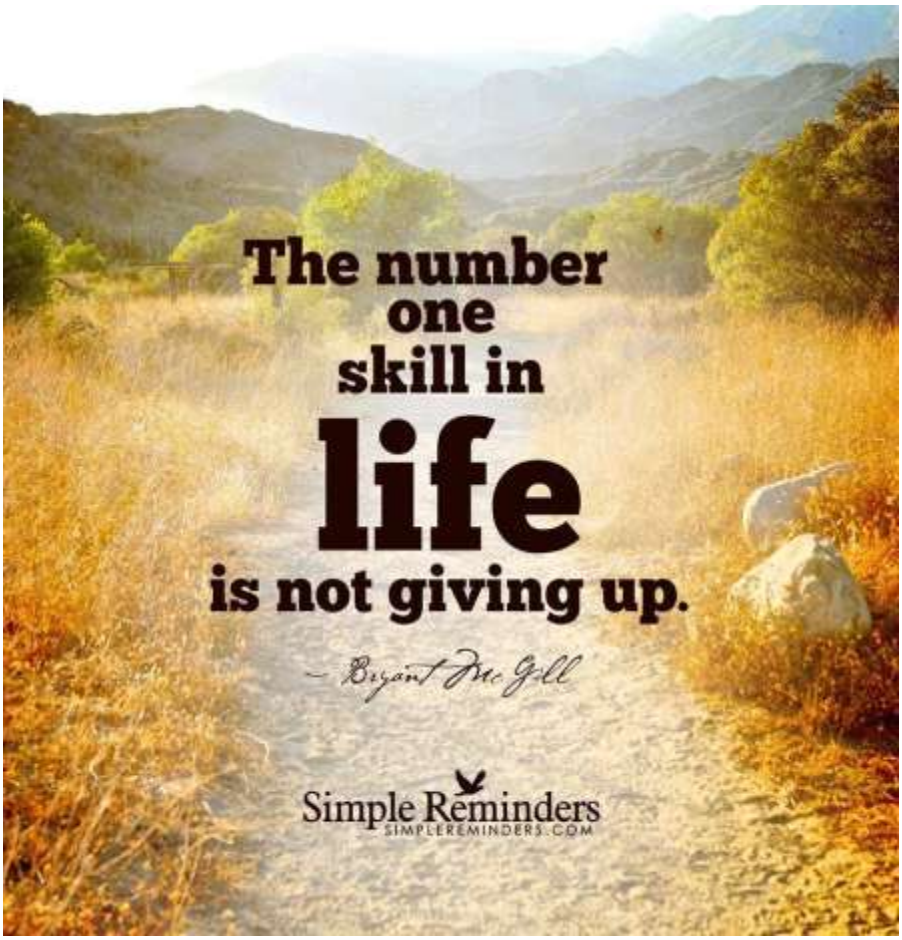
اندھیروں سے روشنی—برائنٹ میک گل

زندگی میں تاریک لمحے آتے ہیں، اور اکثر انہی اندھیروں سے ہماری سب سے بڑی خوبیاں اور طاقت جنم لیتی ہیں



ناکامی سے نہیں، کوشش نہ کرنے سے ڈریں

ناکام ہونے سے مت ڈریں، کوشش نہ کرنے سے ڈریں



ہار نہ ماننا—سب سے بڑا ہنر

برائنٹ میک گل

: زندگی کا سب سے اہم ہنر ہار نہ ماننا ہے



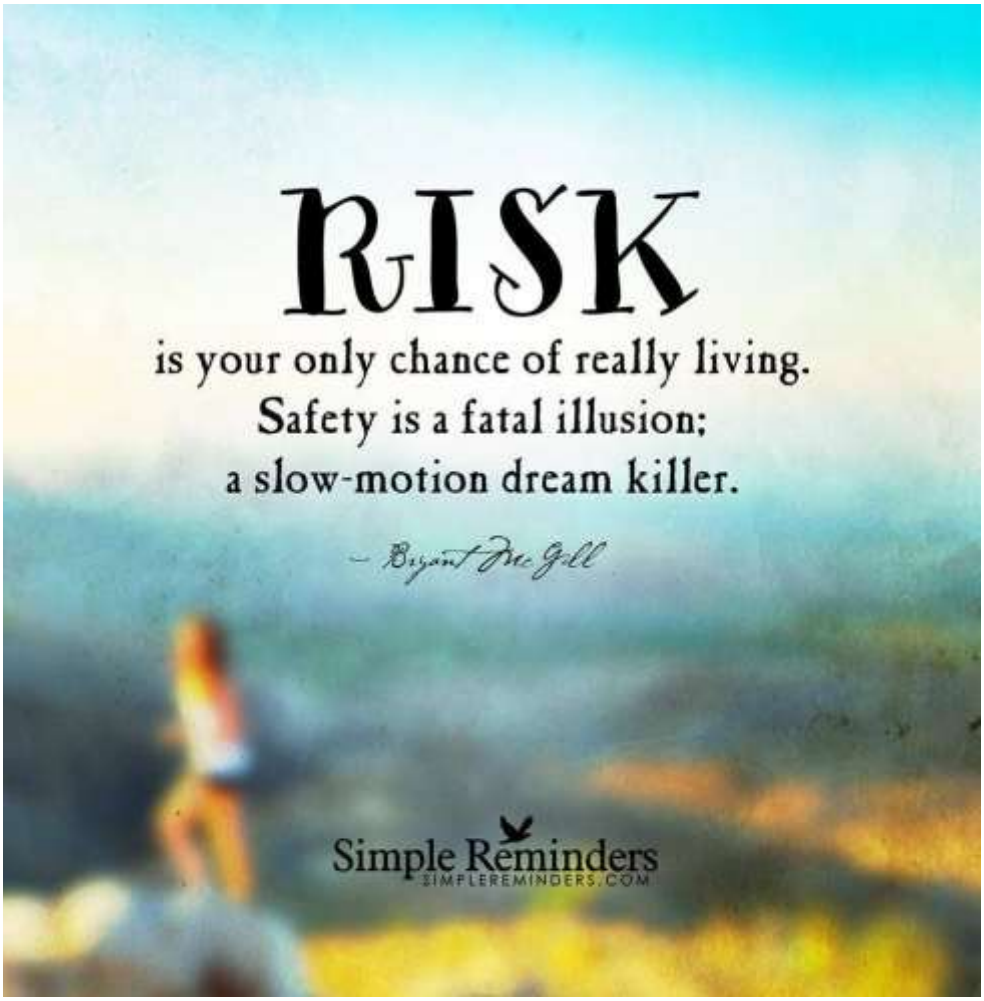
وجدان—روح کا رہنما

وجدان روح کا جی پی ایس ہے؛ دل کی آواز پر بھروسہ کرنا بھی سیکھیں۔



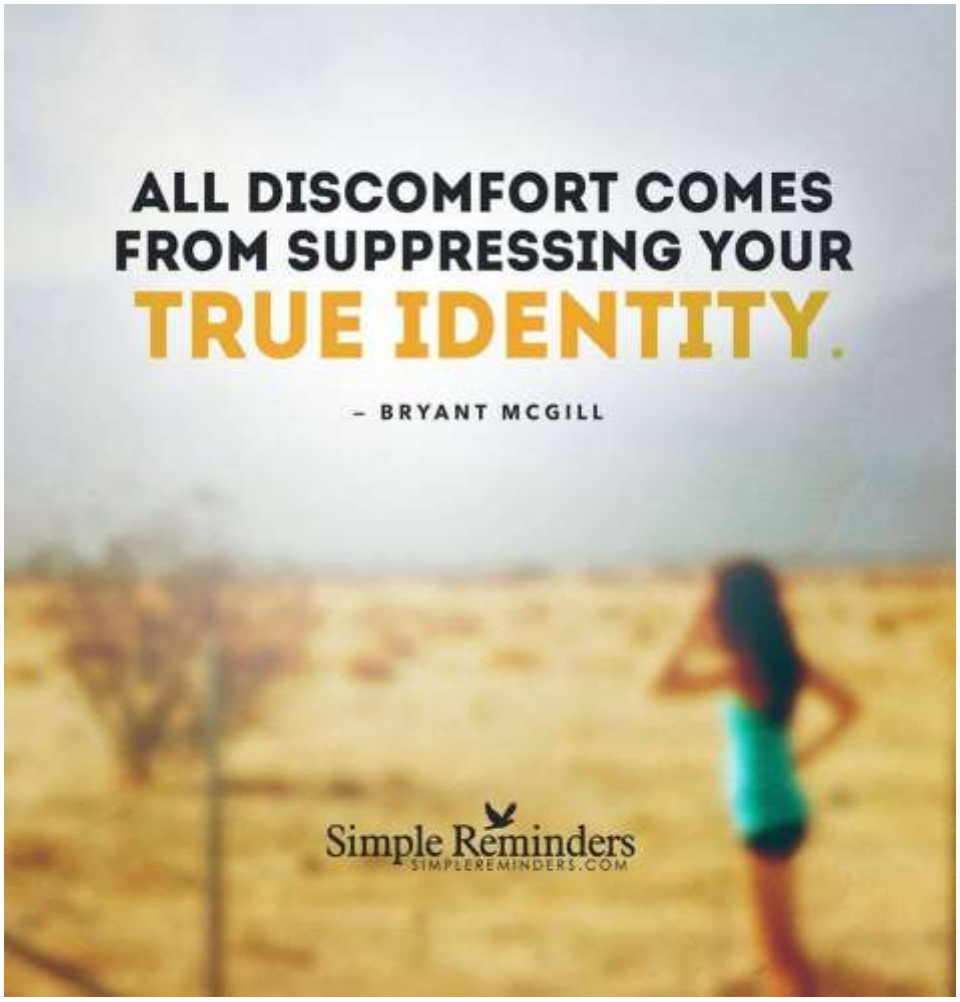
آپ کی خوبیاں ان سے برداشت نہیں

بعض لوگ آپ کی خامیاں اس لیے اچھالتے ہیں کہ وہ آپ کی خوبیاں برداشت نہیں کر پاتے۔



خطرہ مول لیں ــــ برائنٹ میک گل

حقیقی زندگی جینے کا راستہ خطرہ مول لینا ہے؛ مکمل تحفظ ایک دھوکہ ہے جو آہستہ آہستہ خوابوں کو مار دیتا ہے



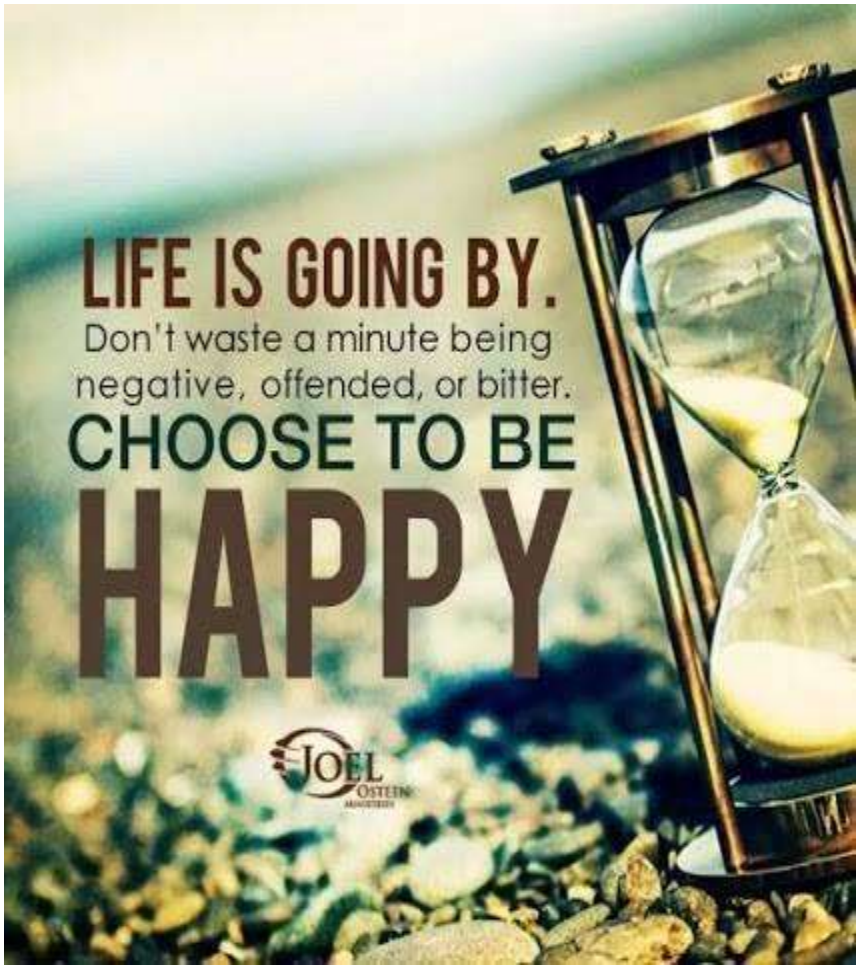
اصل پہچان — برائنٹ میک گل

ساری بے چینی اپنی اصل شناخت کو دبانے سے پیدا ہوتی ہے؛ جیسے ہیں ویسے ہی رہیں۔



بدلتی ترجیحات

پالتو کتاماں کی پیٹھ پر اور ننھا بچہ پٹے سے بندھا پیچھے پیچھے! یہ منظر مسکراہٹ کے ساتھ سوچنے پر بھی مجبور کرتا ہے کہ ہماری ترجیحات کس طرف جارہی ہیں



خوش رہنے کا فیصلہ کریں—جوئل اوسٹین

زندگی تیزی سے گزر رہی ہے؛ ایک لمحہ بھی منفی سوچ، ناراضی یا تلخی میں ضائع نہ کریں



رشتے پرندوں کی مانند

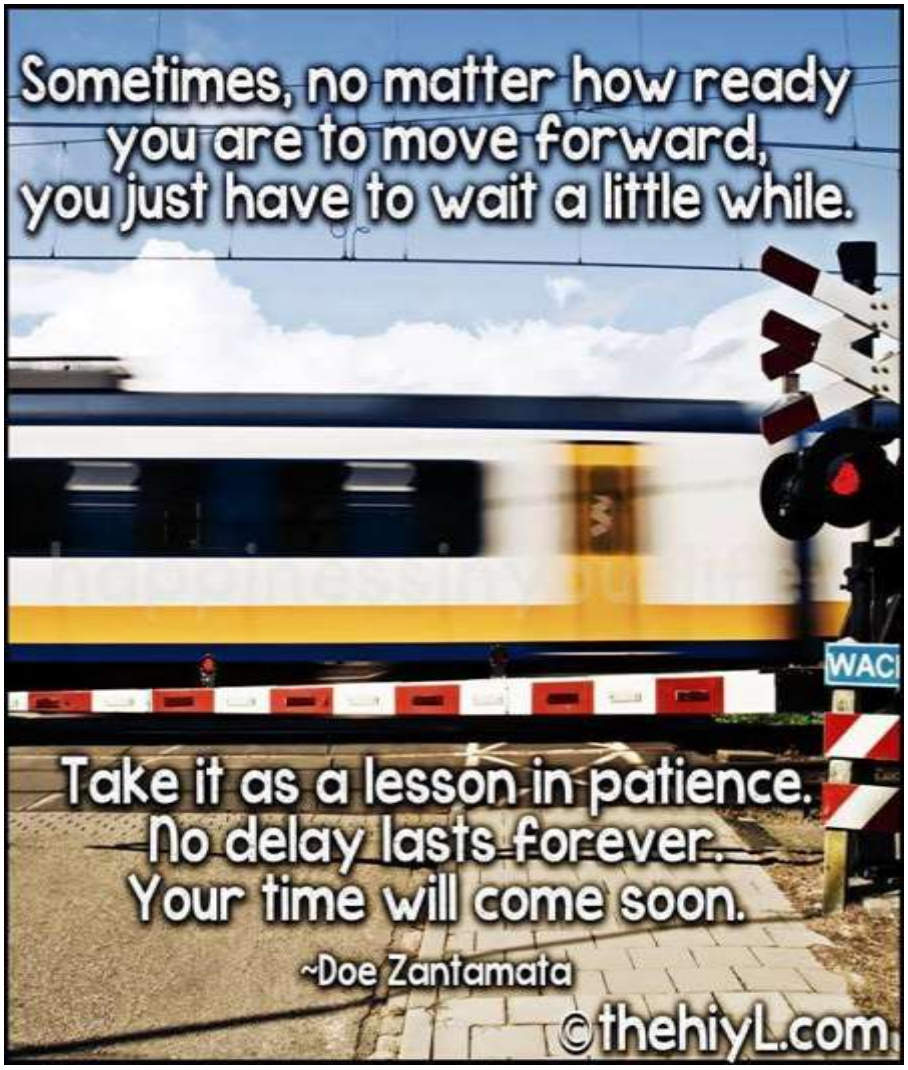
: مضبوطی سے جکڑیں تو دم توڑ دیتے ہیں، ڈھیلا چھوڑیں تو اڑ جاتے ہیں، مگر محبت اور احتیاط سے تھامیں تو ہمیشہ ساتھ رہتے ہیں



بزرگوں کا احترام

جوانی میں بزرگوں کا احترام کریں، طاقت میں کمزوروں کی مدد کریں، غلطی پر

اعتراف کریں — کیونکہ ایک دن آپ بھی بوڑھے، کمزور اور غلط ہوں گے۔



صبر کا سبق ــــ ڈوز نتامات،

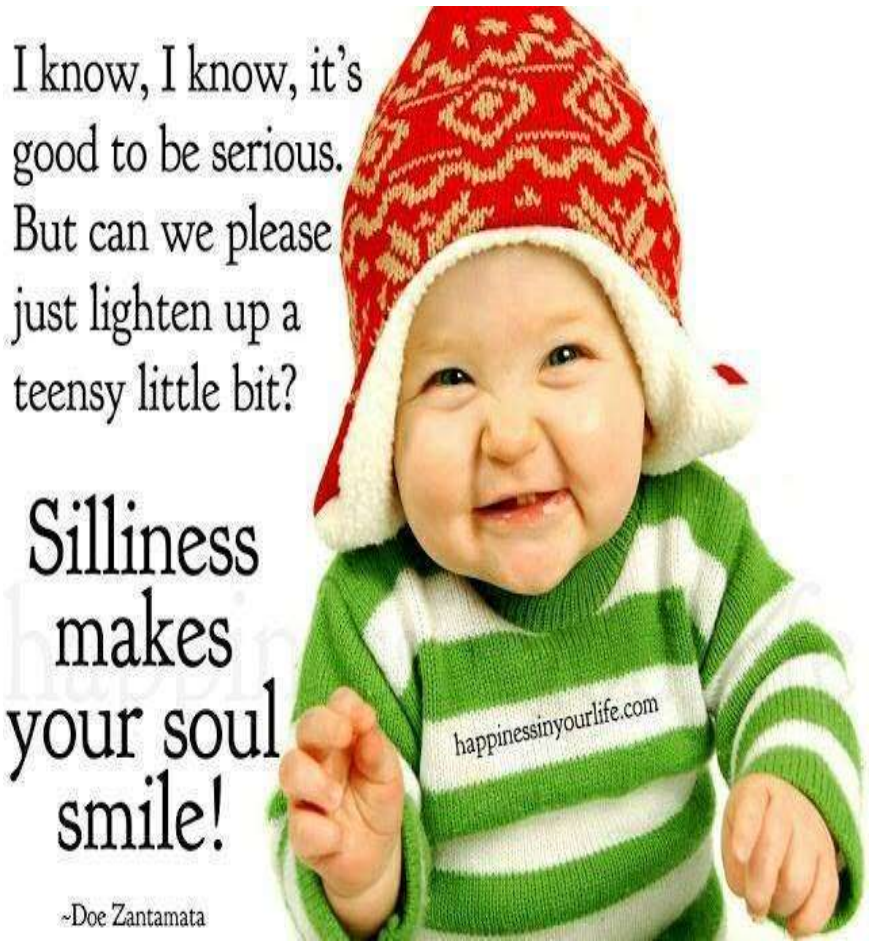
کبھی آگے بڑھنے کو پوری طرح تیار ہوں تب بھی تھوڑا انتظار کرنا پڑتا ہے؛ کوئی تاخیر ہمیشہ نہیں رہتی، آپ کا وقت ضرور آئے گا۔



اندر کا خواب دیکھنے والا ــــ ڈوز نتاماتا

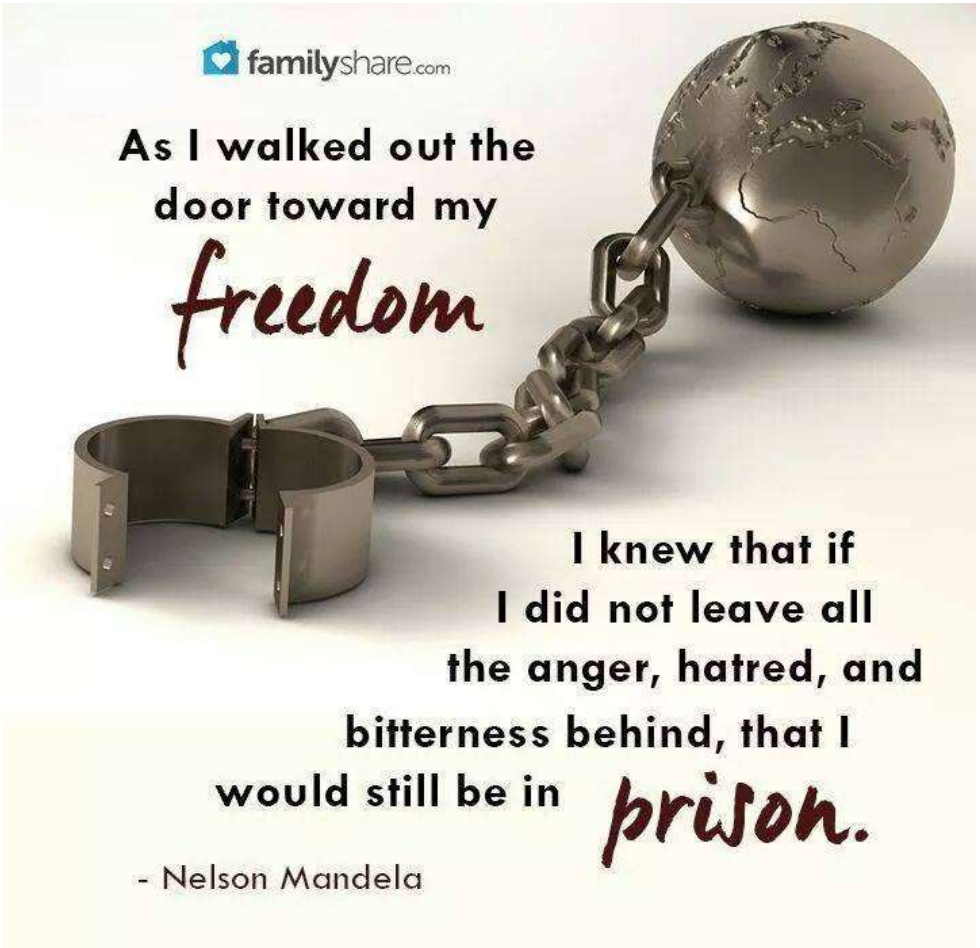
آپ کے اندر کہیں آج بھی ایک خواب دیکھنے والا زندہ ہے جو پھر سے خواب دیکھنے کو تیار

ہے۔



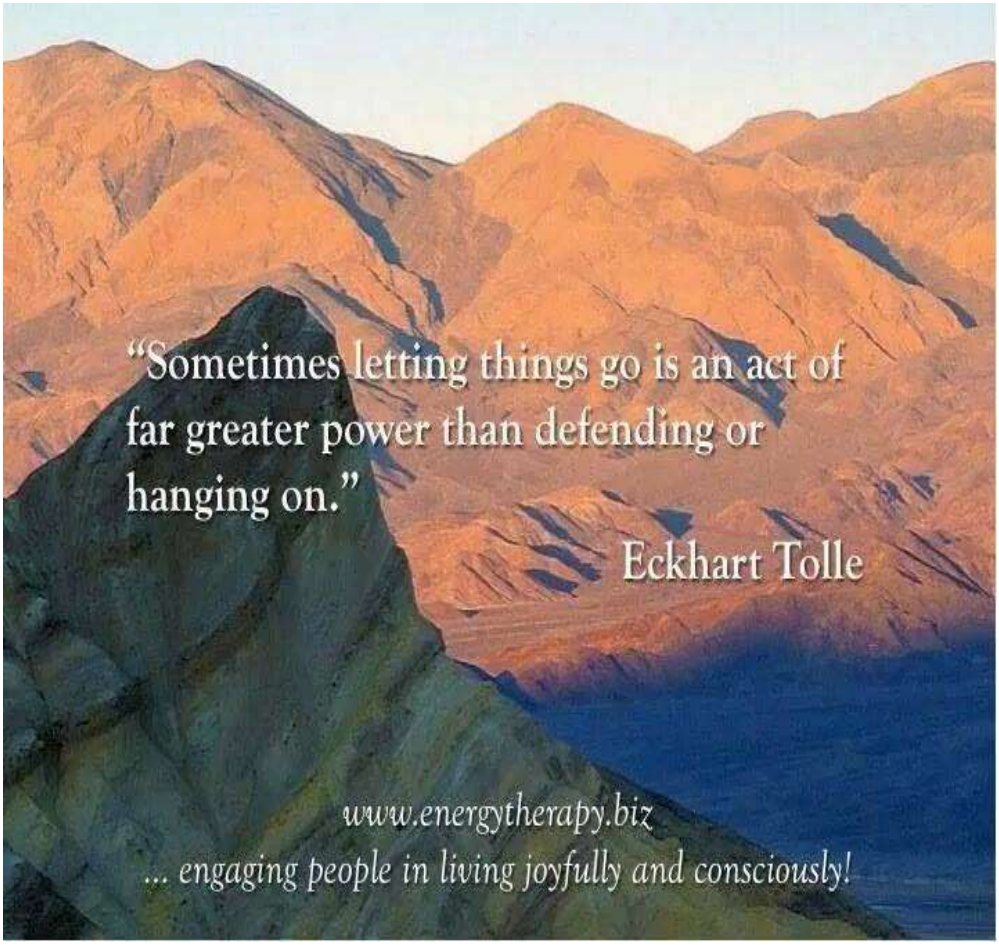
تھوڑی سی شرارت

سنجیدگی اچھی ہے، مگر کبھی کبھار ہلکا پھلکا ہو جانا روح کو مسکرا دیتا ہے



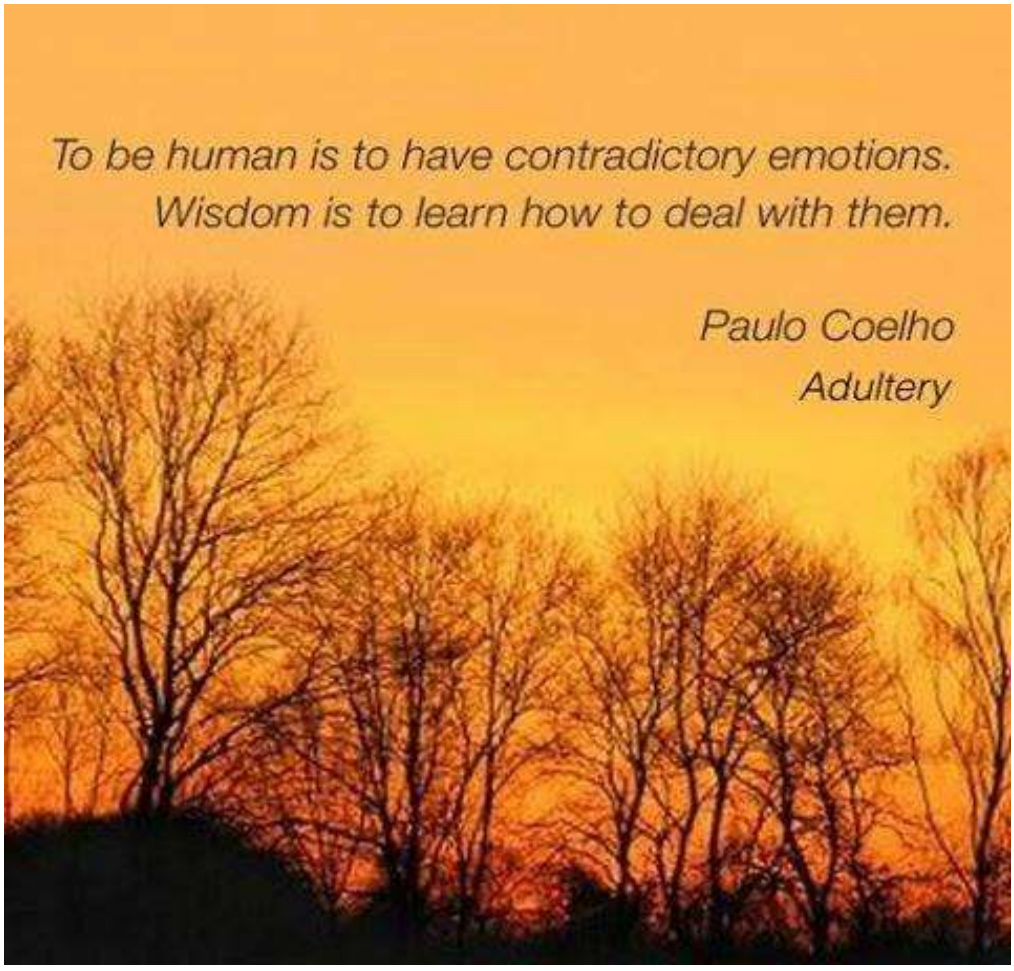
نفرت سے آزادی — نیلسن منڈیلا

قید سے آزادی کی طرف بڑھتے ہوئے میں جانتا تھا کہ اگر غصہ، نفرت اور تلخی پیچھے نہ چھوڑی تو میں قید ہی میں رہوں گا



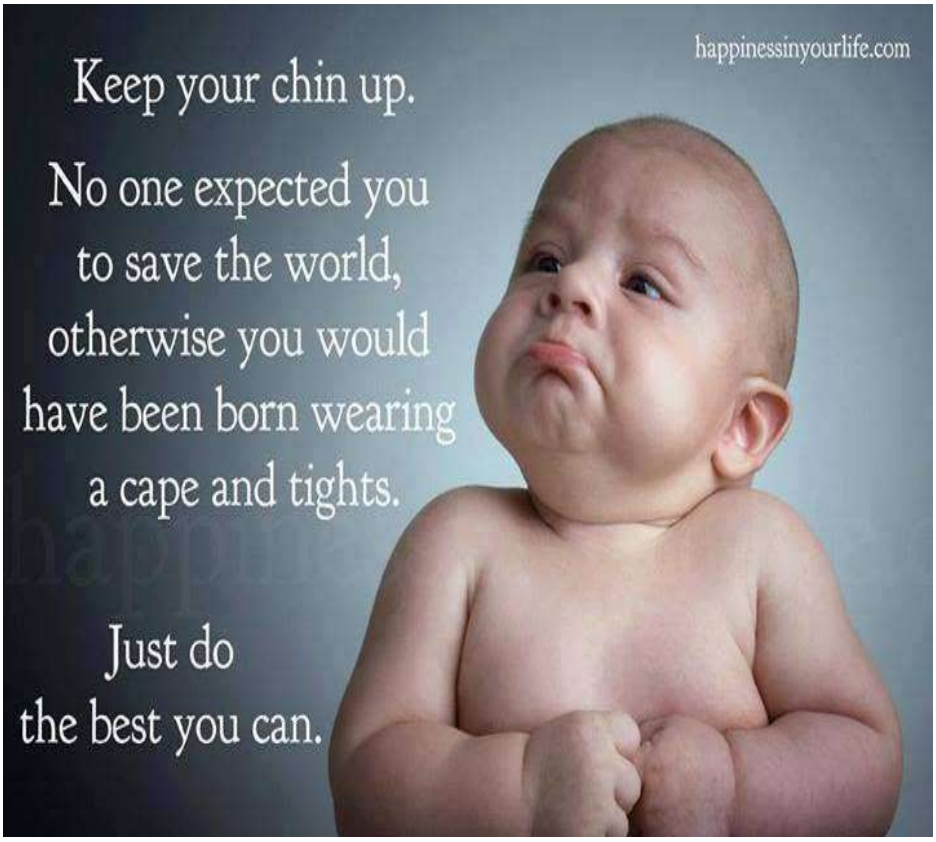
چھوڑ دینے کی طاقت ــــ ایکہارٹ ٹولے

کبھی کبھی کسی چیز کو چھوڑ دینا، اس سے چمٹے رہنے یا اس کا دفاع کرنے سے کہیں بڑی طاقت ہے۔



متضاد جذبات اور دانائی ــــ پاؤلو کوئلو

انسان ہونے کا مطلب متضاد جذبات رکھنا ہے، اور دانائی ان سے نمٹنا سیکھنے کا نام ہے۔



سر اونچا رکھیں

: کسی نے آپ سے دنیا بچانے کی توقع نہیں رکھی، ورنہ آپ سپر ہیرو کے لباس میں پیدا ہوتے! بس اپنی بہترین کوشش کریں



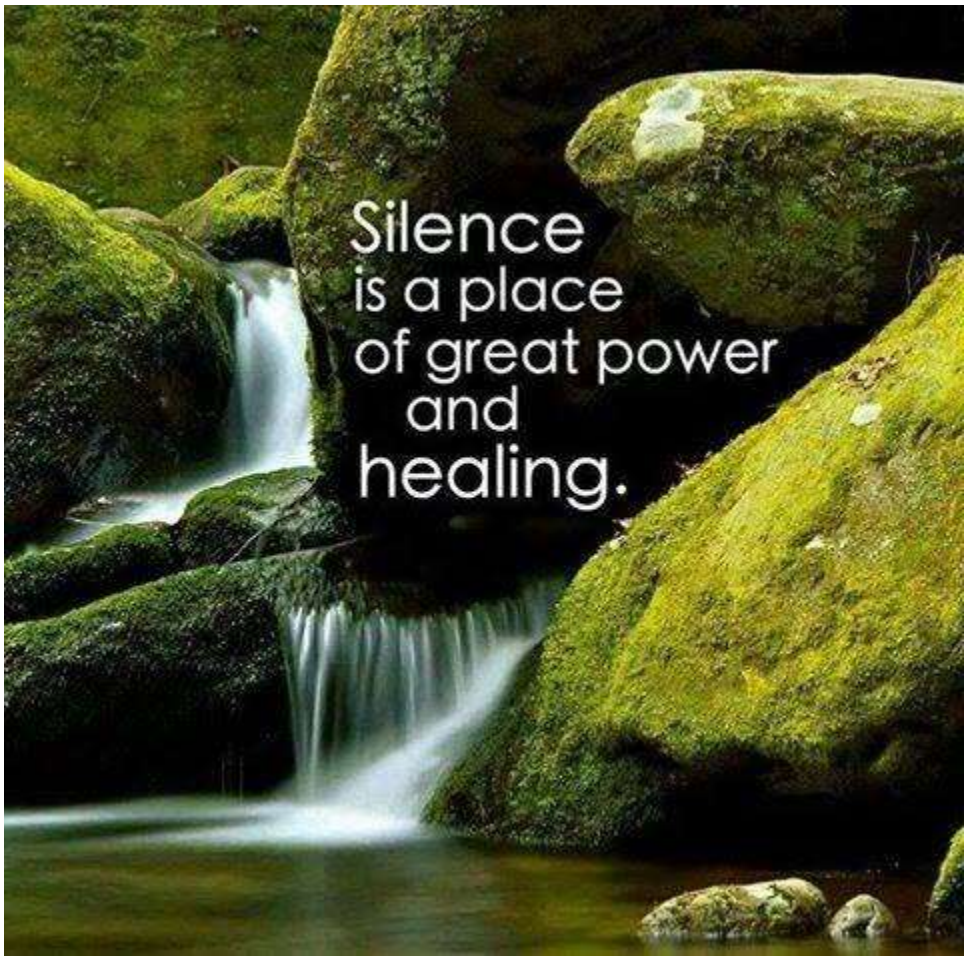
تاریک رات کے بعد سورج ـــ وکٹر ہیوگو

سب سے اندھیری رات بھی ختم ہوتی ہے اور سورج ضرور طلوع ہوتا ہے



چائنہ چوک لاہور کا ایک منظر (15 دسمبر 2014)

چائنہ چوک پر نصب جنگی طیارے کی یادگار اور اس پر منڈلاتے کبوتر — طاقت اور امن کا ایک ساتھ خوبصورت امتزاج



خاموشی میں شفا

: خاموشی بڑی طاقت اور شفا کا مقام ہے۔



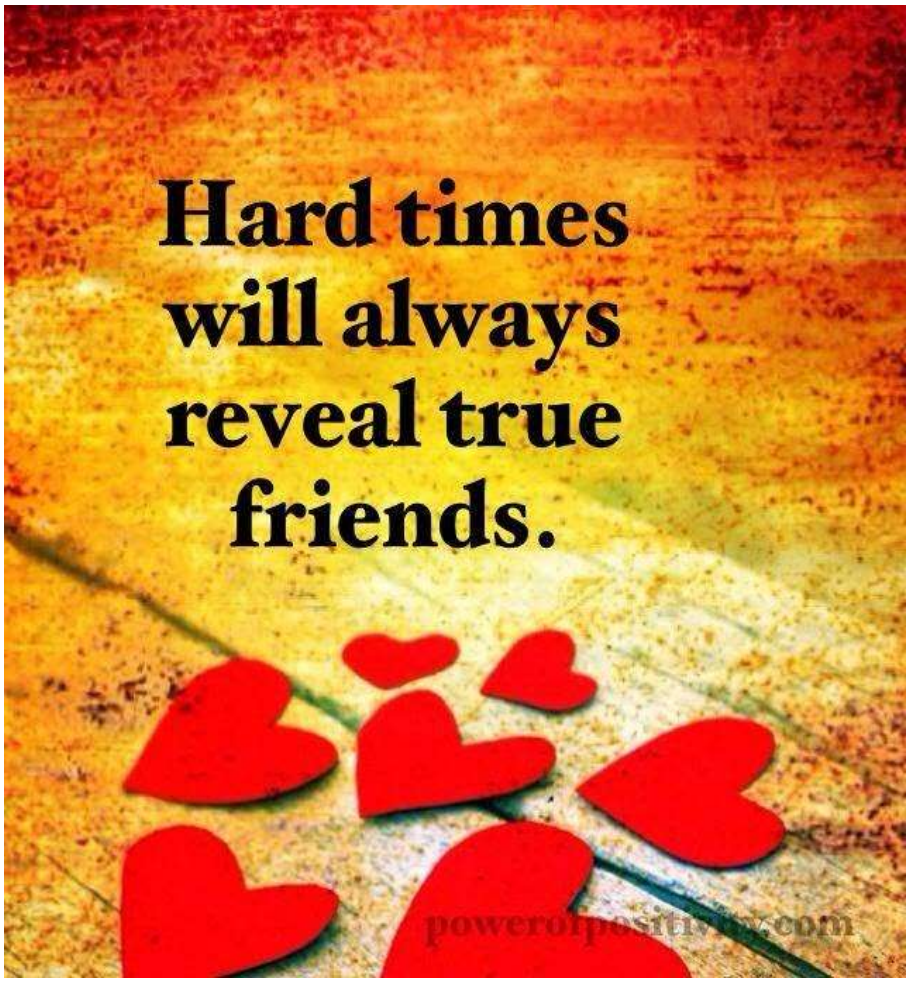
ساتھ نبھانے والا

ایسا شخص نہ ڈھونڈیں جو آپ کے سارے مسائل حل کر دے، بلکہ ایسا جو آپ کو ان کا اکیلے سامنا نہ کرنے دے



منفی سوچ سے دوری

: جب آپ منفی لوگوں اور منفی سوچ سے فاصلہ رکھتے ہیں تو خوبصورت چیزیں ہونے لگتی ہیں



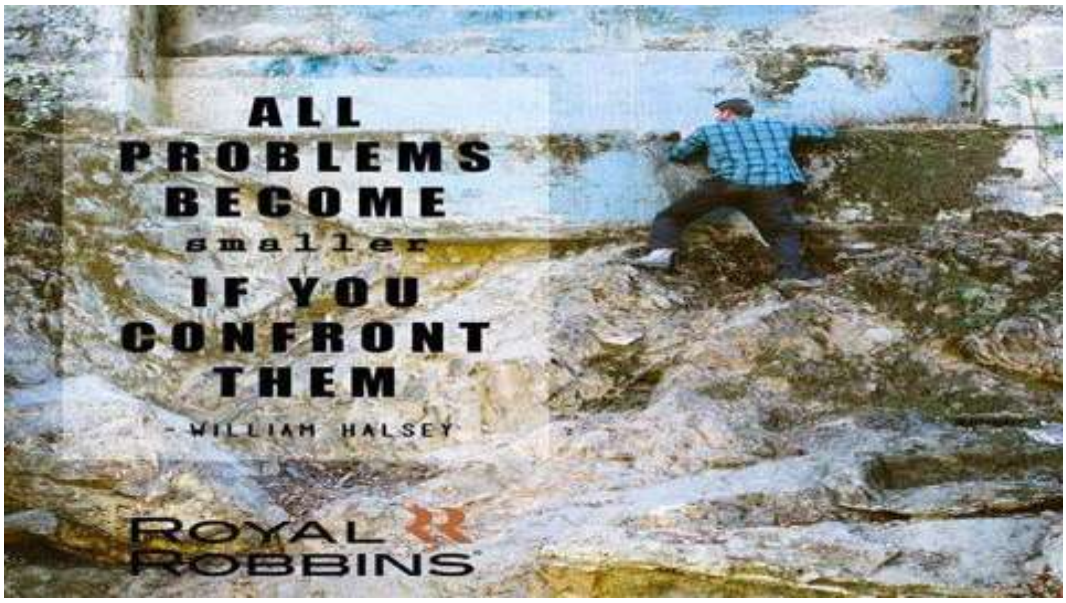
مشکل وقت، سچے دوست

مشکل وقت ہمیشہ سچے دوستوں کی پہچان کرا دیتا ہے



شمع اور دھوئیں کا گلاب

شمع سے اٹھتا دھواں گلاب کی شکل اختیار کر گیا—خوبصورتی اکثر لمحاتی اور نازک ہوتی ہے، بس اسے دیکھنے والی آنکھ چاہیے



سامنا کریں، مسائل چھوٹے ہو جائیں گے ــــ ولیم ہیلسی

: ہر مسئلہ اس وقت چھوٹا ہو جاتا ہے جب آپ اس کا ڈٹ کر سامنا کرتے ہیں



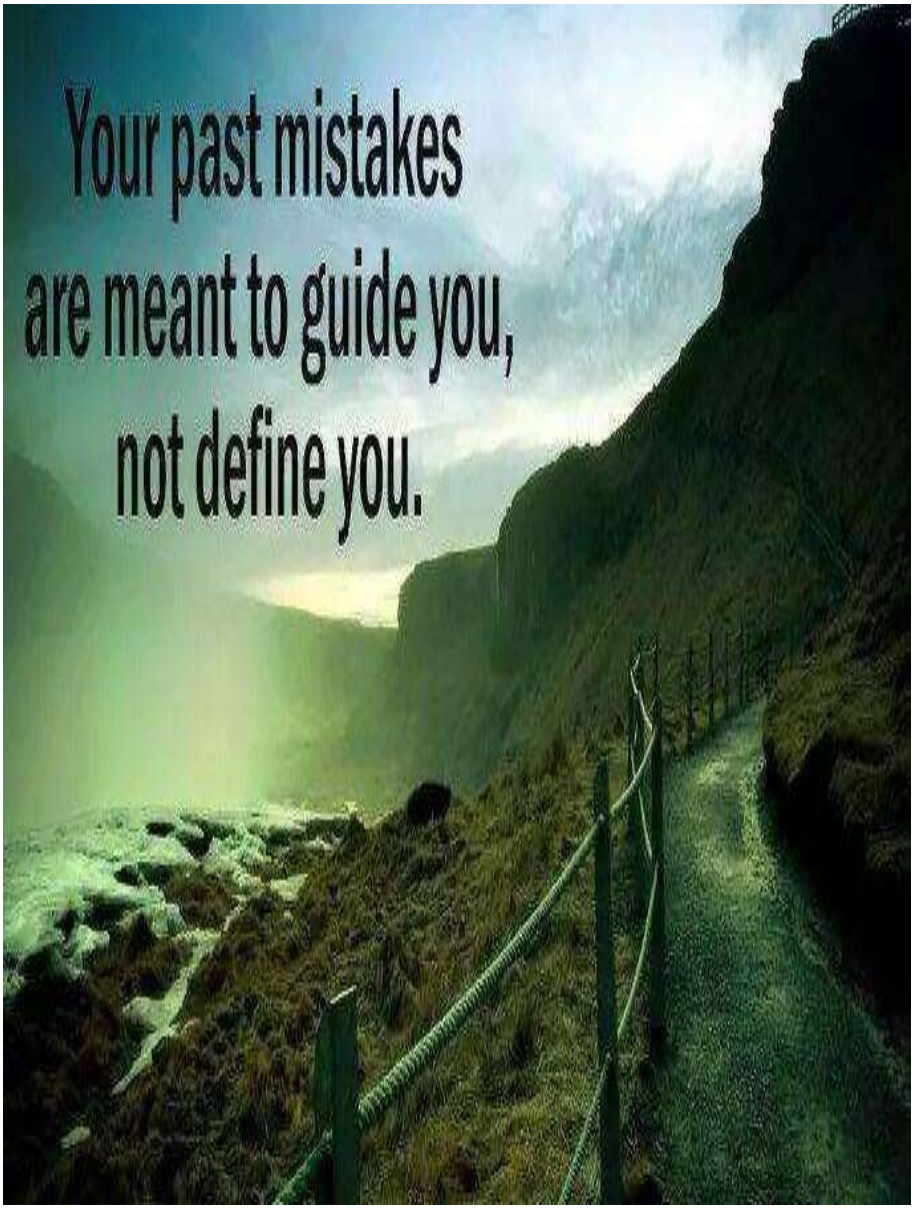
زمین پر جنت ــــ ڈاکٹر وین ڈائر :

زمین پر جنت کوئی جگہ نہیں جسے ڈھونڈنا ہو، بلکہ ایک انتخاب ہے جو ہمیں خود کرنا ہے



خاموشی خدا کی زبان ہے ـــــ رومی

: خاموشی خدا کی زبان ہے، باقی سب اس کا ناقص ترجمہ ہے۔



ماضی کی غلطیاں ـــــ رہنما، شناخت نہیں

آپ کی پچھلی غلطیاں آپ کی رہنمائی کے لیے ہیں، آپ کی پہچان بنانے کے لیے نہیں



خوف کو تقدیر کا فیصلہ نہ کرنے دیں

: اپنے خوف کو کبھی اپنی قسمت کا فیصلہ نہ کرنے دیں؛ سرنگ کے اُس پار روشنی ہے



جب محافظ کی لاٹھی ہی ستم بن جائے

وردی ایک امانت ہے اور لاٹھی ایک ذمہ داری۔ جب محافظ کے ہاتھ کی لاٹھی انہی عوام کی پشت پر برسنے لگے جن کی حفاظت کا اس نے حلف اٹھایا تھا، تو اعتماد کا نازک رشتہ ٹوٹ جاتا ہے۔ قومیں اس دن سربلند ہوتی ہیں جب پولیس اور عوام ایک دوسرے کو حریف نہیں، ہم سفر سمجھتے ہیں۔ آیئے اس رشتے کو ڈنڈے کے بجائے دلیل، خدمت اور احترام سے جوڑیں



شکر قندی کی مہک، محنت کی مٹھاس

دہکتے کوئلوں پر سنکتی شکر قندی اور اس پر نچڑتا ہوا لیموں — یہ صرف سردیوں کا ذائقہ نہیں، ایک نوجوان کی خودداری کی خوشبو بھی ہے۔ جو ہاتھ ریڑھی پر محنت کرتے ہیں وہ کسی کے آگے نہیں پھیلتے۔ حلال رزق کی یہ چھوٹی سی دکان دراصل بڑے خوابوں کی پہلی سیڑھی ہے



فٹ پاتھ پر ٹھٹھرتی ممتا

یخ بستہ سڑک، ایک پرانا ٹاٹ اور ماں کے دامن میں سمٹا ہوا بچپن۔ یہ پھیلا ہوا ہاتھ ہم سب سے سوال کرتا ہے کہ ہمارے گرم لحافوں کے بیچ کہیں کسی کا حصہ تو نہیں رہ گیا؟ ایک گرم چادر، ایک وقت کا کھانا— کبھی کبھی ایک چھوٹی سی نیکی کسی کی پوری سردی بدل دیتی ہے۔



مونگ پھلی کے ڈھیر پر بیٹھی خودداری

سرد ہوا میں شال لپیٹے یہ خاتون ہاتھ پھیلانے کے بجائے مونگ پھلی کا ڈھیر لگا کر بیٹھی ہیں۔ یہی وہ حوصلہ ہے جو غربت کو شکست دیتا ہے۔ ان سے خریدی گئی ایک مٹھی مونگ پھلی خیرات نہیں، ان کی محنت کو سلام ہے



دھند میں لپٹا ہوا سورج

ننگی شاخوں کے پیچھے ماند پڑتا سورج اور فضا میں تیرتی چیلیں — جنوری کی یہ شام اداس سہی، مگر یاد رہے کہ خزاں کے بعد ہی بہار آتی ہے۔ سورج دھند میں چھپ سکتا ہے، بجھ نہیں سکتا۔ امید کا چراغ بھی یوں ہی جلائے رکھیے



الاؤ کے گرد بسا ایک گھر

جن کے سر پر چھت نہیں، ان کا گھر یہی الاؤ ہے۔ آگ کی لپٹوں پر ہاتھ سینکتے یہ چہرے بتاتے ہیں کہ زندگی کی حرارت
سامان سے نہیں، ایک دوسرے کے ساتھ سے ملتی ہے۔ مگر یہ منظر ہم سے بھی کہتا ہے کہ کسی کی سرد رات کو گرم کرنا ہمارے اختیار میں ہے



درویشوں کی دھونی

مزار کے احاطے میں سلگتا ہوا شہتیر، اس پر بکھری گلاب اور گیندے کی پتیاں اور گرد بیٹھے ملنگ — سرد رات میں یہ دھونی بدن ہی نہیں، روح کو بھی گرماتی ہے۔ یہ فقیر دنیا سے بے نیاز سہی، مگر ان کی آنکھوں میں قناعت کا وہ سبق ہے جو ہم دولت کے ہجوم میں کہیں بھول آئے ہیں



تاروں پر ٹھٹھرتی اڑانیں

دھند بھری صبح میں بجلی کے تاروں پر قطار در قطار بیٹھے کبوتر پر سمیٹے دھوپ کے منتظر ہیں۔ انہیں یقین ہے کہ سورج نکلے گا اور اڑان پھر سے آسمان کو چھوئے گی۔ صبر بھی ایک پرواز ہے ــــ بس انتظار کا ہنر آنا چاہیے



بچے ہیں، مگر بچپن نہیں

افلاس کی بستی میں ذرا جا کر تو دیکھو / وہاں بچے تو ہوتے ہیں مگر بچپن نہیں ہوتا» —کوئلے کی کالک سے اٹے یہ معصوم چہرے اس شعر کی زندہ تفسیر ہیں۔ جن ہاتھوں میں کتاب اور کھلونا ہونا چاہیے تھا وہ رزق کی سیاہی سمیٹ رہے ہیں۔ مگر ان آنکھوں کی چمک ابھی باقی ہے؛ تعلیم کا ایک دیا اسے روشن مستقبل میں بدل سکتا ہے



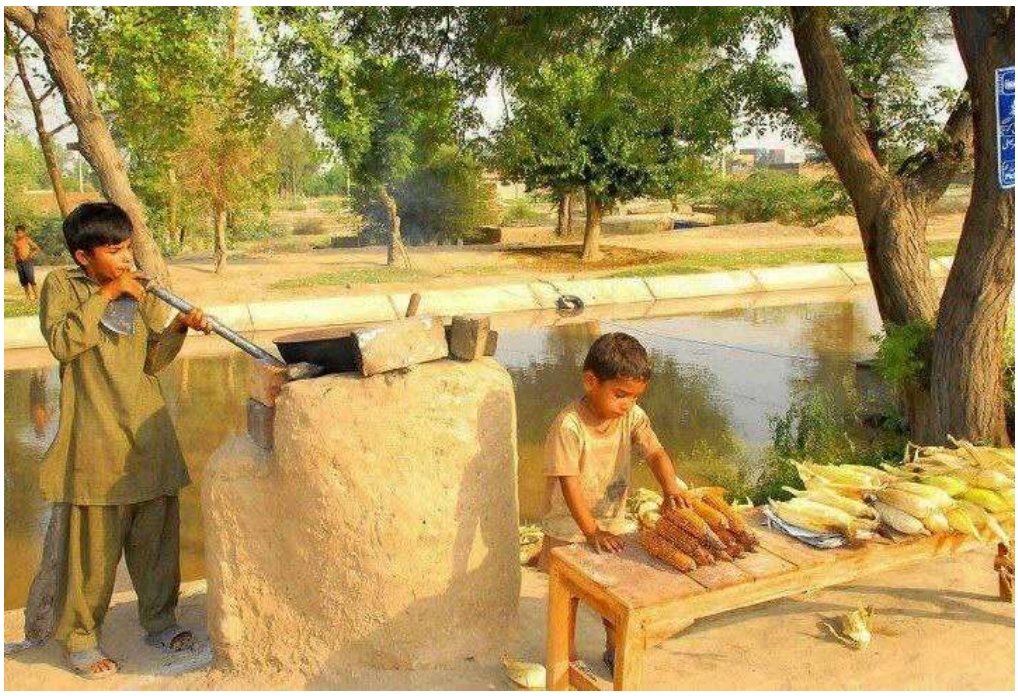
کچرے میں رزق ڈھونڈتی بیٹیاں

ریل کی پٹری کے کنارے کچرے کے ڈھیر پر جھکی یہ بچیاں کسی کے گھر کی رحمت ہیں۔ تصویر پر لکھا مصرع دہائی دیتا ہے: « بنتِ حوا کو دیکھو ذرا اور نظر سے »۔ یہی بیٹیاں کل قوم کا فخر بن سکتی ہیں، اگر معاشرہ انہیں کچرے کے بجائے اسکول کا راستہ دکھا دے



میرا مستقبل کس کے ہاتھ میں؟

سیڑھیوں کی سخت سیج پر سمٹ کر سویا یہ بچہ خواب میں شاید ماں کی گود ڈھونڈ رہا ہے۔ تصویر پر لکھا سوال «میرا مستقبل کس کے ہاتھ میں؟» دراصل ہم سب سے مخاطب ہے۔ جواب سادہ ہے — ہمارے ہاتھ میں۔ ایک سرپرست، ایک اسکول، ایک مہربان نظر اس بچے کی تقدیر بدل سکتی ہے



نہر کنارے سنکتے بھٹے

ایک بچہ پھونکنی سے آگ دہکا رہا ہے اور دوسرا میز پر بھٹے سجا رہا ہے—درختوں کی چھاؤں میں نہر کنارے یہ ننھے تاجر اپنی دنیا آپ بنا رہے ہیں۔ محنت کی یہ عادت سونے سے بڑھ کر ہے؛ بس اس کے ساتھ کتاب بھی مل جائے تو یہی بچے کل بڑے کاروبار کے مالک ہوں گے



گدھا گاڑی کی سواری، قہقہوں کا سفر

سواری کیسی ہی کیوں نہ ہو، ساتھ اچھا ہو تو سفر یادگار بن جاتا ہے۔ گدھا گاڑی پر بیٹھی ان سہیلیوں کے قہقہے بتاتے ہیں کہ خوشی وسائل کی محتاج نہیں۔ زندہ دلی وہ ہنر ہے جو ہر کٹھن راستے کو آسان بنا دیتا ہے



چنگاریوں میں ڈھلتا رزق

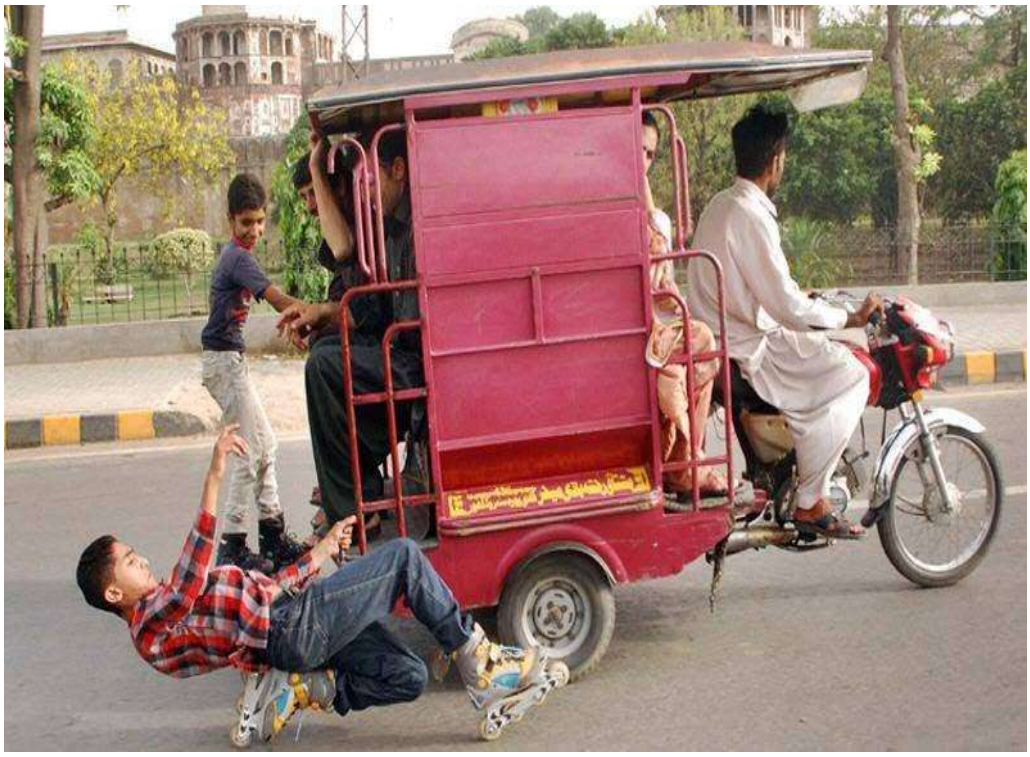
لوہا کاٹتی مشین کی گھن گرج اور اڑتی چنگاریوں کے بیچ یہ ہنر مند فٹ پاتھ کو کارخانہ بنائے بیٹھا ہے۔ ہنر وہ دولت ہے جسے نہ کوئی چرا سکتا ہے نہ چھین سکتا ہے۔ جس قوم کے ہاتھ ہنر مند ہوں، اس کا مستقبل کبھی زنگ آلود نہیں ہوتا



کچرے کے ڈھیر میں کھویا بچپن

پلاسٹک کی تھیلیوں اور بچے کھچے ٹکڑوں میں اپنی روزی تلاش کرتا یہ بچہ دراصل وہ خواب ڈھونڈ رہا ہے جو اس سے چھن گئے۔ ہر بچہ قوم کی امانت ہے؛ اسے کچرا چننے والا نہیں، مستقبل سنوارنے والا بنانا ہماری اجتماعی ذمہ داری ہے

9-6-2013 (lahore new trend in youth



رفتار کا جنون، زندگی داؤ پر

رکشے کا سہارا لے کر اسکیٹس پر سڑک پر پھسلتا یہ نوجوان جوش کی علامت تو ہے، مگر ہوش سے خالی۔

سڑک کھیل کا میدان نہیں؛ ایک لمحے کی غلطی عمر بھر کا پچھتاوا بن سکتی ہے۔ جوش کو ہوش کی لگام دیجیے—

یہی صلاحیت صحیح میدان میں ہو تو قوم کا اعزاز بن سکتی ہے



گھاٹ کا بوڑھا سپاہی

عمر ڈھل چکی مگر بازوؤں کا زور باقی ہے۔ پتھر پر پٹختا کپڑا اور فضا میں اڑتی چھینٹیں — دوسروں کے کپڑوں کا میل دھوتے دھوتے اس بزرگ نے اپنی زندگی محنت سے اجلی رکھی ہے۔ عمر تھکن کا نام نہیں، ہمت کا امتحان ہے



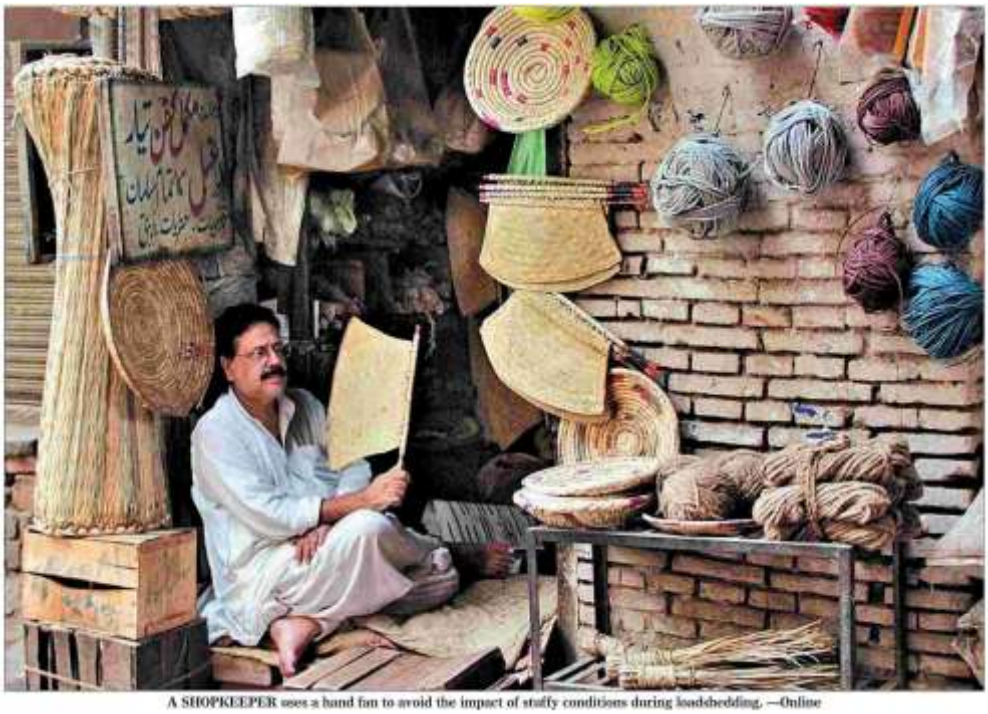
نقل و حمل کے مسئلے کا حل (۲۵ جون ۲۰۱۳)

۔یہ منظر جتنا دلچسپ ہے اتنا ہی خطرناک بھی۔ان کی ہمت قابلِ داد سہی، مگر محفوظ اور باعزت پبلک ٹرانسپورٹ ہر شہری کا حق ہے—اور یہ حق ملنے تک احتیاط ہی بہترین سواری ہے



سورج کی تھالی میں ایک کوا

سال کے سب سے لمبے دن کا تپتا سورج اور اس کے سامنے شاخ پر بیٹھا کوا، جیسے دن کی طوالت کا اعلان کر رہا ہو۔ مگر دن کتنا ہی طویل کیوں نہ ہو، ڈھلتا ضرور ہے۔ مشکل وقت بھی یوں ہی گزر جاتا ہے — بس حوصلے کی شاخ کو تھامے رکھیے



A SHOPKEEPER uses a hand fan to avoid the impact of stuffy conditions during loadshedding. —Online

لوڈشیڈنگ ـــ متبادل

بجلی گئی، پنکھی آئی

بجلی روٹھی تو اس دکاندار نے اپنی ہی دکان کی ہاتھ کی پنکھی اٹھالی۔ یہ منظر بتاتا ہے کہ مسئلے کا حل ڈھونڈنے والا ذہن اندھیرے میں بھی راستہ نکال لیتا ہے۔ ہماری پرانی روایتیں آج بھی ہمارا سہارا ہیں ـــ شکایت کے بجائے تدبیر، یہی کامیابی کا راز ہے

GROUND REALITY



LIFE is certainly not a bed of roses for the multitude in this neck of the woods. —White Star/Tariq Mahmood

زمینی حقیقت

زرد پتوں کا بستر اور زمین کا تکیہ — تپتی دوپہر میں یہ مزدور جہاں تھکا وہیں سو گیا۔ تصویر کا عنوان خود کہتا ہے کہ زندگی پھولوں کی سیج نہیں۔ مگر یہ بے فکر نیند یہ بھی سکھاتی ہے کہ سکون نرم بستروں میں نہیں، مطمئن دل میں ہوتا ہے



گرمی، اندھیرا اور معصوم نگاہیں

بجلی کے بغیر تپتے گھروں سے نکل کر یہ بچے گلی کے ایک پرانے آہنی ڈھانچے پر آ بیٹھے ہیں۔ بڑا بھائی ننھے کو گود میں سنبھالے ہے — محرومی کے باوجود محبت کا یہ رشتہ سلامت ہے۔ ان کی سنجیدہ آنکھیں ہم سے روشنی مانگتی ہیں؛ بجلی کی بھی اور علم کی بھی



بچی کھچی مٹھاس

منڈی کے فرش پر بکھرے پھلوں کے بیچ یہ بچہ پھینکا ہوا پھل اٹھا کر کھا رہا ہے۔ جو ہم بے دھیانی میں ضائع کر دیتے ہیں وہ کسی کی بھوک کا علاج ہوتا ہے۔ رزق کا احترام کیجیے اور اپنی بچت میں کسی بھوکے کا حصہ ضرور رکھیے



کیا یہ ہمارے نوجوانوں کا مستقبل ہے؟

نشے کی دلدل میں ڈوبتی جوانی

بند شٹر کے سامنے بیٹھے یہ نوجوان وہ ہاتھ ہیں جو قوم کی تعمیر کر سکتے تھے، مگر نشے نے انہیں اپنی ہی تباہی کا اوزار بنا دیا۔ نشہ ایک بیماری ہے جس کا علاج نفرت نہیں، ہمدردی اور بروقت مدد ہے۔ نشے سے لوٹ آنے والا ہر نوجوان ایک جیتی ہوئی جنگ ہے — آیئے یہ جنگ مل کر لڑیں



عید کی تیاری- ننھے ناخنوں پر عید کے رنگ

کھلے آسمان تلے ماں اپنے لاڈلے کے ننھے ناخنوں پر نیلا رنگ سجا رہی ہے۔ خوشی مہنگے کپڑوں اور بازاروں کی محتاج نہیں؛ ماں کی محبت ایک شیشی نیل پالش کو بھی عید کا انمول تحفہ بنا دیتی ہے۔ عید دراصل دلوں کی تیاری کا نام ہے



سیلاب زدہ علاقوں سے نقل مکانی - کشتی میں سمٹا ہوا گھر

مٹیالے پانی پر تیرتی کشتی میں مویشی، اناج کی بوریاں، چارپائیاں اور انسان — گویا پورا گاؤں ایک کشتی میں سما گیا ہے۔ دریا نے زمین تو چھین لی، حوصلہ نہیں چھین سکا۔ پانی اترے گا اور یہی ہاتھ پھر سے بستیاں بسائیں گے



۲۲ اگست ۲۰۱۳ ــــ عید کا پکوان دریا کنارے عید کا چولہا

کنارے پر لگی کشتیاں، اینٹوں کا عارضی چولہا اور ایک دیگچی ــــ گھر بہہ گئے مگر عید کا اہتمام نہ بہہ سکا۔ یہ بیٹیاں بتاتی ہیں کہ عید در و دیوار میں نہیں، دلوں میں منائی جاتی ہے۔ جہاں امید کا چولہا جلتا رہے وہاں زندگی کبھی ٹھنڈی نہیں پڑتی



بوڑھے ہاتھ، رواں پہیے

سفید پگڑی والے بزرگ جھک کر سائیکل کی مرمت میں مگن ہیں اور ساتھی بنچ پر بیٹھا خاموشی سے دیکھ رہا ہے۔ عمر کے اس موڑ پر بھی خود انحصاری کا یہ جذبہ نئی نسل کے لیے سبق ہے: جب تک ہاتھ چلتے ہیں، زندگی کا پہیہ بھی چلتا رہتا ہے



گاؤں کی عورت کا عید کا دن (۱۷ اکتوبر ۲۰۱۳)

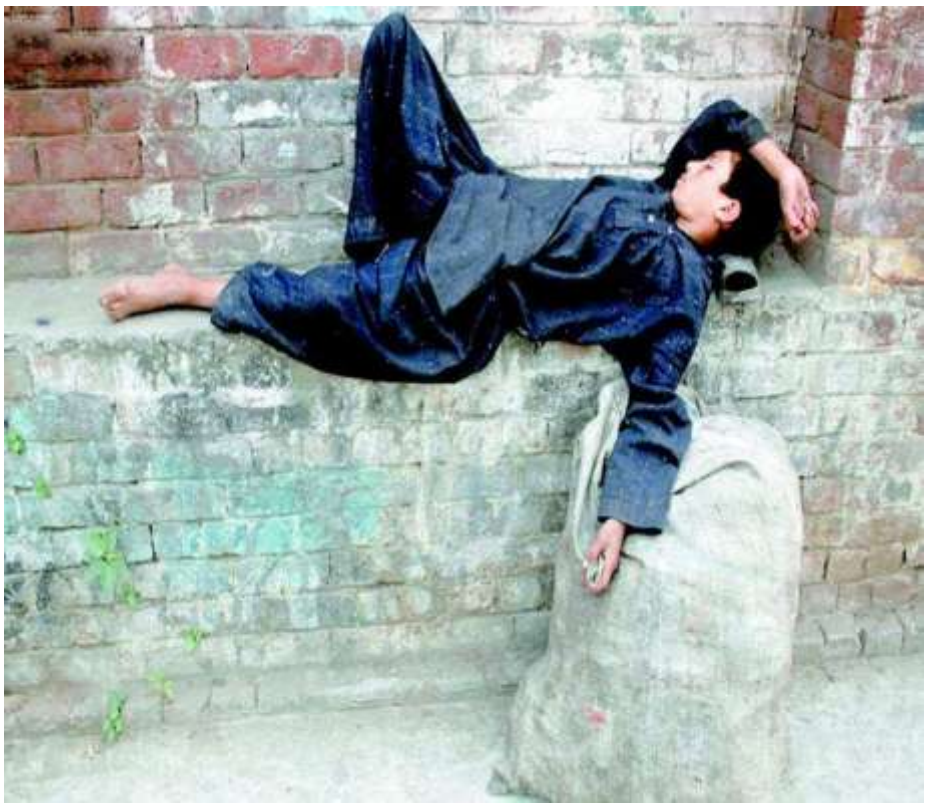
عید کا دن بھی مشقت کا دن

جب شہر عید کی چھٹیاں منا رہا ہوتا ہے، گاؤں کی عورت بھینسوں کے باڑے میں گوبر سمیٹ رہی ہوتی ہے۔ دیہی عورت ہماری معیشت کی خاموش ریڑھ کی ہڈی ہے، جس کی محنت کا کوئی کیلنڈر نہیں۔ اس کی خدمت کو پہچان، سہولت اور عزت ملنی چاہیے ـــ یہی اس کی اصل عیدی ہے



ڈھول کی تھاپ پر جھومتی خوشی

سرخ کرتے میں ملبوس یہ شخص ڈھول کی تھاپ پر یوں جھوم رہا ہے جیسے ساری تھکن ہوا میں اڑا دی ہو۔ گرد جمع ہجوم کے چہروں پر مسکراہٹ ہے۔ گاؤں کی سادہ عید کا یہ رنگ بتاتا ہے کہ خوشی بانٹنے سے بڑھتی ہے، اور بانٹی ہوئی خوشی ہی اصل عید ہے



اینٹوں کی سیج، تھکن کی نیند

کچرا چننے کی بوری کو سرہانے رکھے یہ بچہ اینٹوں کی منڈیر پر گہری نیند سو رہا ہے۔ جہاں تھکن حد سے بڑھ جائے وہاں بستر کی ضرورت نہیں رہتی۔ اس معصوم نیند میں چھپے خواب ہم سے تقاضا کرتے ہیں کہ انہیں تعبیر دینا ہماری ذمہ داری ہے



علم کی لو اور سڑک کا کتب خانہ

- مال روڈ پر کھلی کتابوں کی دکان (لاہور (08-10-2012)

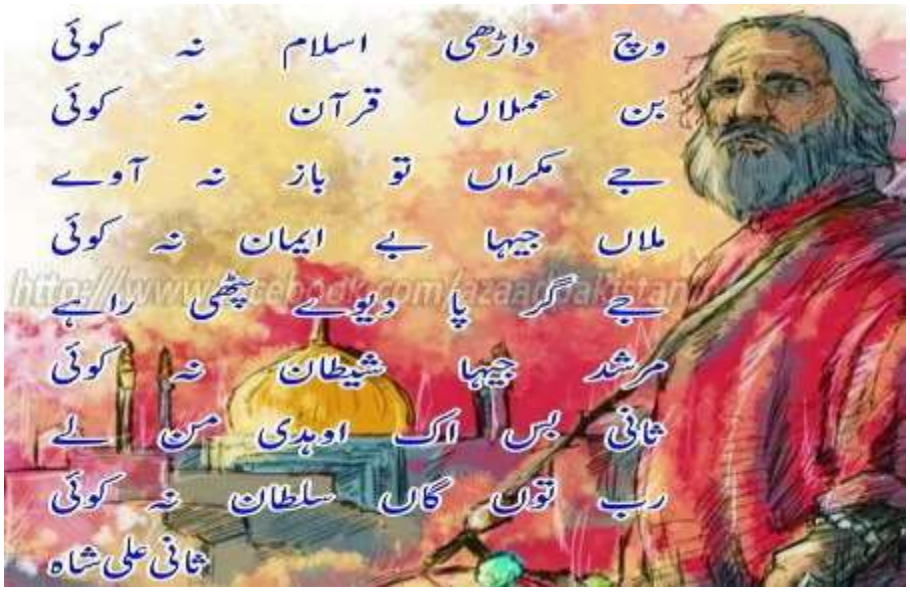
:سڑک کے کنارے پھیلی ہوئی کتابیں اور ان کے گرد بچوں اور بڑوں کا شغف اس بات کا روشن ثبوت ہے کہ طلبِ علم کسی خاص عمارت یا سہولت کی محتاج نہیں ہوتی۔ غربت اور تنگ دستی کے باوجود، علم حاصل کرنے اور سیکھنے کا جذبہ انسان کو ترقی کی شاہراہ پر گامزن رکھتا ہے۔ کتابیں روشنی ہیں جو تاریک راہوں میں زندگی کی نئی سمت دکھاتی ہیں



مشکلات کے سمندر میں امید کی روانی

چائنہ سکیم، لاہور کا ایک منظر (02-10-2012)

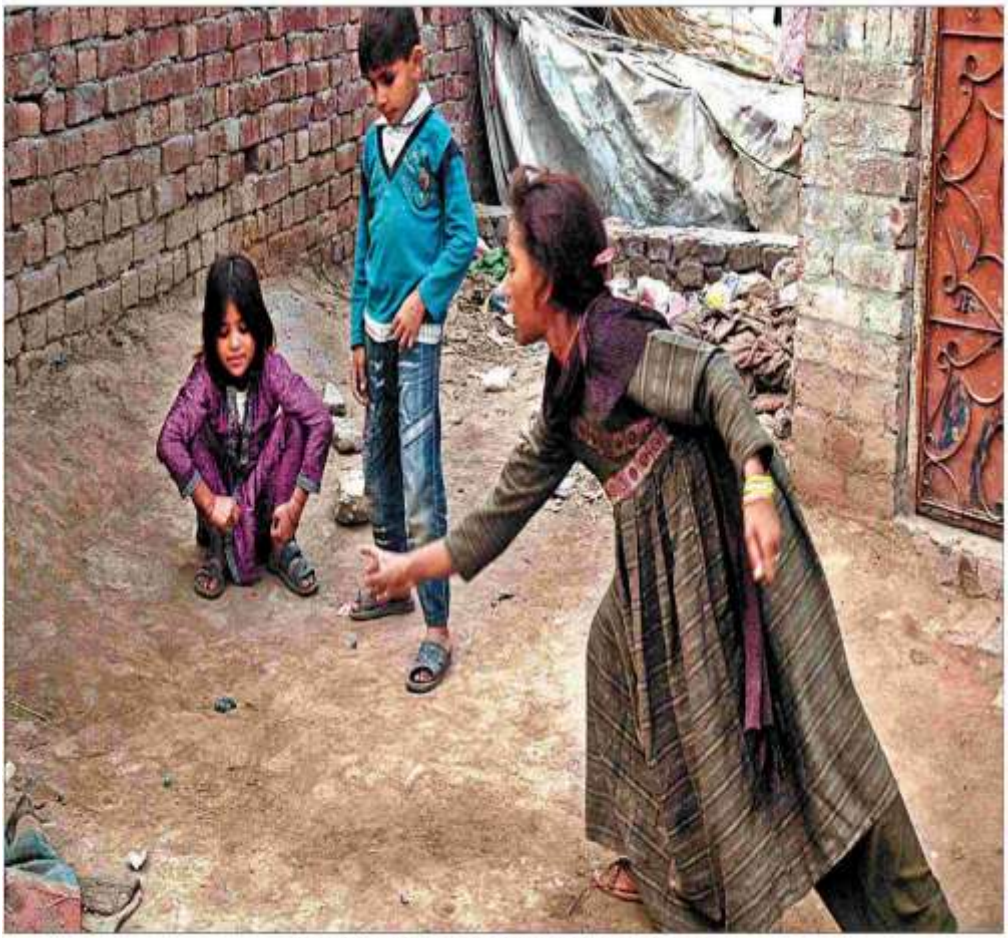
- کیچڑ، گندے پانی اور نامساعد حالات کے درمیان سے گزرتی ہوئی یہ ماں اپنے بچے کو محفوظ رکھنے کے لیے جدوجہد کر رہی ہے۔ زندگی کتنی ہی کٹھن کیوں نہ ہو، انسان کا جذبہِ حیات اور اپنوں کی محبت اسے ہر مشکل سے نبرد آزما ہونے کی طاقت دیتی ہے۔ یہ منظر ہمیں سکھاتا ہے کہ دلدل میں بھی راستہ بنانا ہی زندگی کی اصل فتح ہے۔



عمل کی ترجیح اور باطنی پاکیزگی

بلھے شاہ / ثانی علی شاہ کا پنجابی کلام

صوفیانہ اشعار ہمیں دکھاوے اور منافقت سے دور رہ کر کردار اور اعمال کی اصلاح کا درس دیتے ہیں۔ صرف ظاہری روپ دھارنے سے انسان سچا نہیں بنتا، بلکہ سچی انسانیت، اخلاص اور عملِ صالح ہی سے انسان خدا اور مخلوق کے قریب ہوتا ہے۔ اپنے باطن کو صاف رکھنا ہی حقیقی کامیابی ہے



MARBLES is among very few games these children can enjoy. — White Star

سادگی میں چھپی بے ساختہ خوشیاں

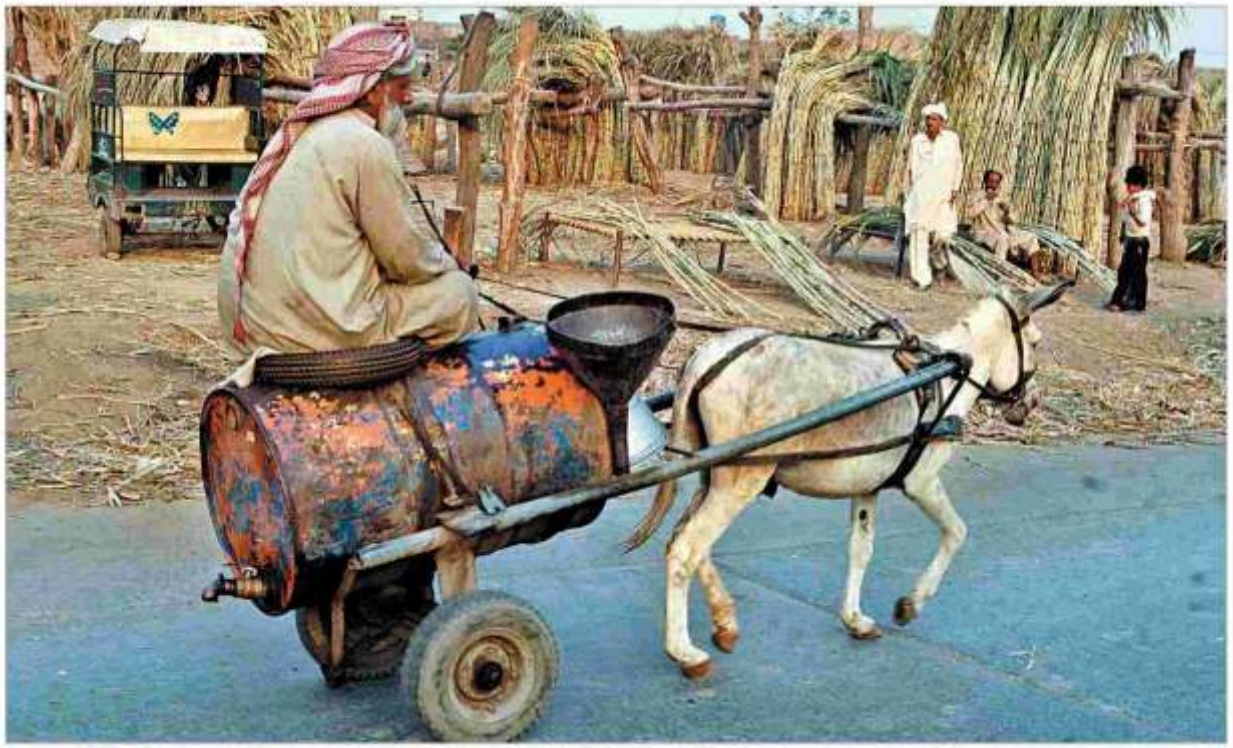
مٹی کے آنگن اور ٹوٹی دیواروں کے درمیان کھلی فضائیں بچوں کی معصوم مسکراہٹ اور کھیل کو نہیں روک سکتیں۔ خوشی کا تعلق محلوں یا مہنگے کھلونوں سے نہیں، بلکہ ہمارے اندر کی تسکین اور معصومیت سے ہے۔ یہ بچہ اور بچیاں ہمیں سکھاتے ہیں کہ کم وسائل میں بھی مسکرانا اور زندگی کا لطف اٹھانا ایک بہترین فن ہے



، محنت اور اپنائیت

: کچی جھونپڑی کے سامنے کھلے آسمان تلے روٹی پکاتا باپ اور پاس بیٹھ کر مسکراتا بچہ اس بات کا مظہر ہیں کہ محبت اور اطمینان کسی محل کا محتاج نہیں۔ حلال روزی کی جدوجہد اور اپنوں کے ساتھ مل بیٹھ کر کھانے کی خوشی دنیا کی سب سے بڑی دولت ہے۔ غیر متزلزل عزم ہی زندگی کو نکھارتا ہے

MOBILE OIL



THIS elderly man sells kerosene on a donkey-driven vehicle in Badami Bagh. His clientele include auto workshops in the area. — Dawn

عزمِ مصمم اور حلال رزق کا سفر

بڑھاپے کے باوجود گدھا گاڑی پر تیل کے ڈرم رکھے یہ بزرگ محنت اور خداداد خودداری کی علامت ہیں۔ عمر کا کوئی بھی مرحلہ انسان کو ہمت ہارنے کا جواز نہیں دیتا۔ حلال رزق کمانے کے لیے کی جانے والی یہ جدوجہد ہر اس شخص کے لیے مشعلِ راہ ہے جو حالات سے گھبرا کر ہمت ہار بیٹھتا ہے



لاہور: غریب فیملی اپنے بچے کے ساتھ روزی کمانے کے لئے سڑک پر پتھر بچھا رہی ہے

سخت محنت اور مشترکہ جدوجہد:

چلچلاتی دھوپ اور سخت پتھروں پر اپنے ننھے بچے کے ساتھ محنت کرتی یہ فیملی حلال روزی کے لیے محنت کی بہترین مثال ہے۔ محنت کی عظمت سب سے بڑی طاقت ہے۔ جب ایک خاندان مل کر سختیوں کا مقابلہ کرتا ہے، تو کوئی بھی مشکل ان کے راستے کی دیوار نہیں بن سکتی



ظلم کے خلاف دکھی دل کی صدا

اپنے جگر گوشے کے جنازے پر تڑپتی ہوئی ماں کا یہ غم انسانیت کو جھنجھوڑنے کے لیے کافی ہے۔ یہ منظر ہمیں امن، عدل اور انسانیت کی قدر سکھاتا ہے۔ ہمیں ایک ایسے معاشرے کی تعمیر کے لیے کام کرنا ہو گا جہاں کسی ماں کی گود ویران نہ ہو اور ہر فرد کو تحفظ اور انصاف میسر ہو



دوسروں کی خوشیوں کا پیامبر

گدھا گاڑی پر رنگ برنگے غبارے اور گیندیں لاد کر نکلنے والا یہ شخص خود کتنی ہی مشکلات میں کیوں نہ ہو، بچوں کے چہروں پر مسکراہٹیں بکھیرتا ہے۔ امید اور خوشیاں بانٹنا سب سے بڑا عمل ہے۔ جب ہم دوسروں کی زندگیوں میں رنگ بھرتے ہیں، تو ہماری اپنی زندگی بھی بابرکت بن جاتی ہے



دل کی نگاہ اور خوبصورتی:

دنیا کی بہترین اور خوبصورت ترین چیزوں کو نہ دیکھا جا سکتا ہے اور نہ ہی چھوا جا سکتا ہے، انہیں صرف دل سے محسوس کیا جا سکتا ہے۔ یہ قول ہمیں سکھاتا ہے کہ ظاہری چیزوں کے بجائے احساس، محبت، خلوص اور ہمدردی جیسے روحانی جذبات ہی زندگی کو حقیقی معنی بخشتے ہیں



بھاری ذمہ داری اور ہمت کا سفر

سر پر لکڑیوں کے بھاری گٹھڑ اٹھائے سڑک پر گامزن یہ خواتین اور بچے دیہی زندگی کی سخت محنت کی تصویر ہیں۔ حالات چاہے کتنے ہی کٹھن ہوں، روزمرہ کی ضروریات پوری کرنے کے لیے قدم سے قدم ملا کر آگے بڑھنا ہی زندگی کا نام ہے۔ ان کا یہ عزم قابلِ تحسین ہے



شباب، محنت اور ٹیم ورک

سبزی منڈی میں نوکدار گاجروں کے بڑے ٹوکرے میں بیٹھے یہ نوجوان اپنی روزی روٹی کے لیے کوشاں ہیں۔ جفاکشی اور مل جل کر کام کرنا زندگی کو خوشگوار بناتا ہے۔ جوان خون اور محنت کا جذبہ جب مل جائیں تو رزقِ حلال کمانا ایک پر افتخار عمل بن جاتا ہے



نیشکر (گنے) کا مزہ لیتے سکول کے بچے

بچپن کے البیلے رنگ

سکول سے واپسی پر گنے کے ٹرالی کے ساتھ چوستے ہوئے جاتے یہ بچے بچپن کی بے فکری اور سادہ خوشیوں کو نمایاں کرتے ہیں۔ تعلیم کے ساتھ ساتھ دوستوں کے ساتھ یہ چھوٹی چھوٹی خوشیاں ہی مستقبل کی حسین یادیں بنتی ہیں۔ بوجھل حالات میں بھی مسکرانے کا نام بچپن ہے



GWALIOR: Women peasants set off on a 350km trek to New Delhi on Wednesday, in protest against the plight of the marginalised communities excluded from India's economic development. Thousands of poor men and women who left this city will reach the capital in about 26 days, according to Ekta Parishad (Unity Forum), the organisers of the long march.—AP

گوالیار (ہندوستان) میں خواتین کا لانگ مارچ

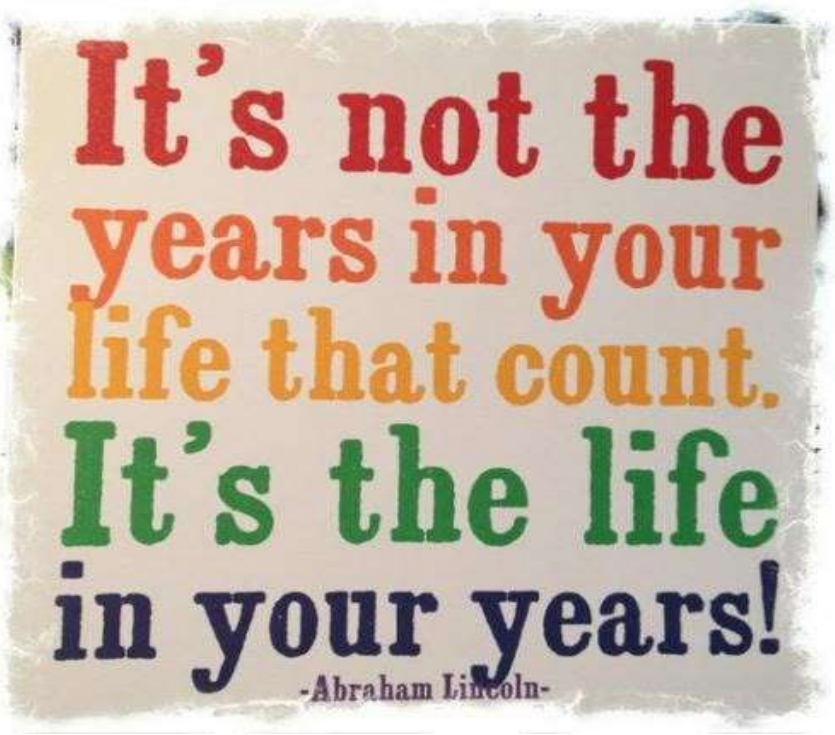
حقوق کی جدوجہد اور اتحادِ نسواں

اپنے حقوق اور معاشی مساوات کے لیے پیدل مارچ کرتی یہ باہمت خواتین اس بات کا ثبوت ہیں کہ جب مظلوم اتحاد قائم کرتے ہیں تو ان کی آواز طاقتور بن جاتی ہے۔ پرامن جدوجہد اور اپنے حق کے لیے آواز اٹھانا ہی بیداری اور بیداریِ سوسائٹی کی علامت ہے۔



: امن، محبت اور امید کی شاعری

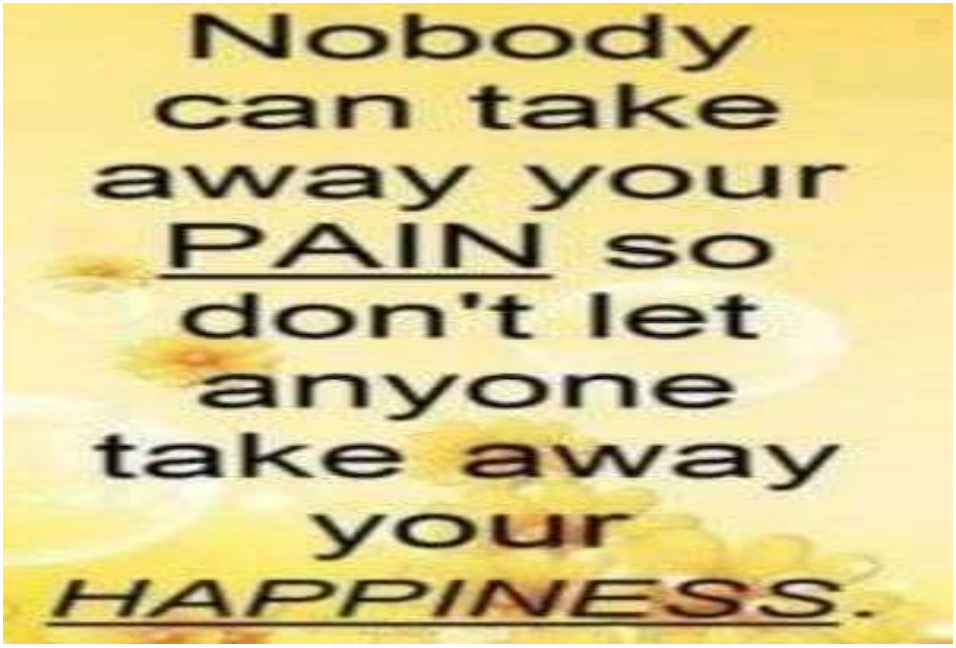
: یہ اشعار نفرتوں، جنگ اور تشدد کے مقابلے میں محبت، امن اور بچوں کے روشن مستقبل کی بات کرتے ہیں۔ تاریک سے تاریک حالات میں بھی امن کی شمع جلائے رکھنا ہی انسان کی حقیقی فتح ہے۔ محبت کی زبان ہی نفرت کا خاتمہ کر سکتی ہے



ابراہام لنکن کا قول

با مقصد اور باعمل زندگی

زندگی میں سالوں کی تعداد اہم نہیں، بلکہ سالوں میں موجود زندگی (اور اس کے اعمال) اہمیت رکھتے ہیں"۔ یہ بات ہمیں یاد دلاتی ہے کہ لمبی عمر سے زیادہ یہ بات اہم ہے کہ ہم نے اپنی زندگی کو کس حد تک با مقصد، مفید اور دوسروں کے کام آنے والا بنایا ہے



. باطنی خوشی کا تحفظ

: "کوئی بھی آپ کا درد نہیں بانٹ سکتا، اس لیے کسی کو اپنی خوشیاں چھیننے کا حق بھی نہ دیں"۔ یہ قول خود اعتمادی اور باطنی مضبوطی کا سبق دیتا ہے۔ اپنے احساسات کی حفاظت کرنا اور حالات کے باوجود خوش رہنے کا انتخاب کرنا ہی حقیقی دانشمندی ہے



لاہور:..... جماعت الدعوۃ کے کارکنان اسلام مخالف فلم اور امریکا کے خلاف احتجاجی ریلی میں شریک ہیں

نظریاتی اتحاد اور عوامی احتجاج :(01-10-2012)

پرچم اٹھائے اپنے نظریات اور مطالبات کے لیے سڑکوں پر نکلے ہوئے لوگوں کا یہ اجتماع عوامی طاقت کا مظہر ہے۔ جب لوگ کسی مقصد یا نظریے کے گرد جمع ہوتے ہیں تو ان کی آواز اثر انگیز بن جاتی ہے۔ منظم جدوجہد ہی معاشرے میں تبدیلی اور اپنا پیغام پہنچانے کا ذریعہ بنتی ہے