مضمون : تندرستی ہزار نعمت ہے

مضمون : تندرستی ہزار نعمت ہے

تندرستی کے معنی ہیں جسم کا صحیح حالت میں ہونا
تندرستی ایک بہت بڑی نعمت ہے۔جس کا مقابلہ دنیا کی اور کوئی چیز نہیں کر سکتی۔ سچ ہے کہ تندرستی حقیقی دولت ہے۔صحت کی قدر اس وقت آتی ہے۔جب انسان بیمار ہوتا ہے۔بیمار اور صحت مند آدمی میں زمین اور آسمان کا فرق ہوتا ہے۔صحت مند آدمی اپنے کام کاج میں مصرووف رہتا ہے۔اس کا چہرہ ہشاش بشاش اور دل شگفتہ رہتا ہے۔مگر جب ذرا سی طبیعت خراب ہو تو آدمی کا کسی کام میں دل نہیں لگتا ہے۔اب لذیذ سے لذیذ کھانے بھی بے مزہ محسوس ہوتے ہیں۔

غرض کہ بیمار آدمی دنیا بھر کی نعمتوں کو بے
کار اوربے فضول سمجھتا ہے۔اور ہر وقت اچھی صحت کا طالب رہتا ہے۔صحت کس طرح برقرار رہ سکتی ہے۔اچھی صحت کے لیے دانشوروں نے کچھ اصول مقرر کیے ہیں۔صفائی،اعتدال،اور احتیاط کو مد نظر رکھنے سے انسان کی صحت بہتر رہ سکتی ہے۔

مثال کے طور پراگر انسان اپنے جسم کی
صفائی،لباس کی صفائی،صاف آب و ہوا،صاف پانی اورصحت بخش غذابرقرار رکھے تو ایک اچھی صحت کا حامل ہو سکتا ہے۔اور اس کے علاوہ انسانی صحت کے لیے ورزش بھی بہت ضروری ہے۔ورزش سے جسم مضبوط اور غفلت دور ہوتی ہے۔ورزش کرنے سے جسم میں چستی اورتازگی آتی ہے۔اور انسانی صحت کے لیے ایک اچھی عادت بھی مفید ہوتی ہے۔

اس کے علاوہ انسانی صحت کے لیے نشہ آور چیزوں سے بھی
پرہیز کرنا چاہیے۔جو لوگ سگرٹ،افیون،چرس اور شراب کے عادی ہوتے ہیں۔ایسے لوگوں کی صحت ہمیشہ خراب ہوتی ہے۔اس کے بعدزیادہ مرغن،کچی،باسی اور مصالحہ دار غذا سے بھی پر ہیز کرنا چاہیے۔غذا چباء کر کھانی چاہیے۔اور اپنی طبیعت کے حسب منشاء استعمال کرنی چاہیے۔اور مناسب نیند بھی صحت پر بہت ڈی پینڈ کرتی ہے۔اور سونے میں بھی اعتدال کو مد نظر رکھا جائے۔

ایک اچھی صحت کے لیے انسان کو ٹائم ٹیبل بنا
نا چاہیے۔یہ تمام چیزیں ایک اچھی صحت کے اصول ہیں۔ان پر عمل کرنے

سے ہر آدمی اپنی عمدہ صحت برقرار رکھ سکتا ہے۔

مضمون : سائنس کے کرشمے
مضمون : سائنس کے کرشمے

اللہ تعالیٰ نے انسان کو بے پناہ صلاحےتوں سے
نوازا ہے، جن میں سے علم سب سے اہم صلاحیت ہے۔انسان نے ان صلاحیتوں کو بروئے کار لا کر زندگی کے ہر شعبے میں ترقی کی۔اللہ تعالیٰ کی طرف سے دی گئی لامحدود ذہنی صلاحیتوں ہی کی مرہونِ منت انسان نے سائنس کی ایجاد کی۔ سکول کے زمانے میں تقریباً ہر طالب علم کا پسندیدہ مضمون “سائنس کے کرشمے” ہوا کرتا تھا۔مجھے یاد ہے کہ اردو بی کے پیپر میں میری پہلی چوائس بھی سائنس کے کرشمے ہوا کرتا تھا۔تب سائنس کے کرشمے محدود تھے، جن میں ریل گاڑی، موٹرکار، بحری جہاز، ہوائی جہاز،ٹی وی ، ریڈیو، بجلی، کمپیوٹروغیرہ پر ہی لکھا جاتا تھا۔

آج کل تو لکھنے بیٹھو تو سائنس کے کرشمے ہی ختم نہ ہوں۔دورِ حاضر میں سائنس کی سب سے اہم ایجاد “انٹرنیٹ” ہے۔90ءکی دہائی میں پاکستان میں فائبر آپٹک کی لائن بچھائی گئی، جس کا کریڈٹ وزیراعظم میاںنوازشریف کو جاتا ہے کہ آج بچہ بچہ انٹرنیٹ سے استفادہ کررہا ہے۔پہلے انٹرنیٹ کا استعمال محدود سطح پر تھا، کیونکہ پہلے لوگوں کے پاس کمپیوٹر کم تھے، لیکن آج کل لیپ ٹاپ اور آئی فون (انٹرنیٹ) کی ریل پیل ہے اور بات لیپ ٹاپ، آئی فون سے آگے بڑھ کر ٹیبلٹ تک جا پہنچی ہے۔سائنس کی اس اہم ایجاد سے ہی پوری دنیا چند سیکنڈ میں آپ کے ہاتھ میں ہے۔ ایک کلک یا ٹچ کریں اور پوری دنیا سے رابطے میں آ جائیں۔ لاہور سے نیویارک کال ایک ٹچ کرنے سے ....قبل ازیں تو لینڈ لائین سے کال بک کراؤ، پھر کئی گھنٹے کا انتظار۔ کنکشنز نے تو مزید آسانی کردی، اگر (Wifi (انٹرنیٹ کے وائی فائی وٹس، Viber وائبر، Tango آپ کے پاس آئی فون ہے اور اس میں ٹینگو ہے اور ایسی ہی سب سہولتیں آپ SkYP سکائپ، UTVE لائن، Whatsapp آپپ

کے کسی عزیز، دوست یا رشتے دار کے پاس بھی ہیں تو آپ بالکل مفت
کی ٹینشن ،نہ چارجز کا مسئلہ، دورNo Service کال کر سکتے ہیں، نہ
حاضر میں سائنس کا سب سے بڑا کرشمہ انٹرنیٹ ہی ہے۔
انٹرنیٹ کی بدولت ملکی و غیر ملکی اخبارات، جرائد، میگزین اور
رسالے لوگوں کی رسائی میں ہیں۔تحقیق کے شعبے میں آگے بڑھنے کا
شوق رکھنے والے بھی انٹرنیٹ سے بھرپور فائدہ اٹھا رہے
ہیں۔پرائیویٹ کمپنیوں کے ساتھ ساتھ سرکاری محکمے بھی کمپیوٹراور
انٹرنیٹ کا استعمال کررہے ہیں۔پورا سسٹم کمپیوٹرائز ہو گیا
ہے۔چاہے کسی طالب علم نے اپنا داخلہ بھیجنا ہو، کسی نے جاب کے
لئے درخواست دینی ہو، کسی نے بل جمع کروانا ہو، سب انٹرنیٹ کی
مرہون منت وقت کی بچت کا ذریعہ بنتا جا رہا ہے۔
پاکستان انٹرنیٹ استعمال کرنے والے ملکوں میں سرفہرست ہے۔اس وقت
تقریباً تین کروڑ سے زائد صارفین انٹرنیٹ استعمال کررہے
ہیں۔بدقسمتی کی بات یہ ہے کہ 25فیصد لوگ انٹرنیٹ پر بیٹھ کر غیر
اخلاقی مواد دیکھتے ہیں اور ان تین کروڑ میں سے 65فیصد لوگوں کی
عمر 11سال سے 25سال کے درمیان ہے۔پاکستان میں ایک سیکنڈ میں
30ہزار غیر اخلاقی ویب سائٹس دیکھی جاتی ہیں۔
انٹرنیٹ کی دنیا میں آج کل فیس بک اور ٹوئٹر مقبول عام ہے۔دنیا
کی طرح پاکستان میں بھی اس کا پوری آب و تاب سے استعمال جاری و
ساری ہے، تقریباً سوا دو کروڑ یوزرزفیس بک پر ہیں اور 70لاکھ کے
قریب ٹوئٹر استعمال کررہے ہیں۔فیس بک اور ٹوئٹر کا تعمیری
استعمال بہت مفید ثابت ہو سکتا ہے۔پاکستان اور کئی دوسرے
ملکوں میں اس کو بھی منفی طریقوں سے استعمال کیا جا رہا ہے۔جعلی
اکاؤنٹ بنا کر لوگوں کو دھوکا دیا جارہا ہے۔بچوں سے دوستی کرکے
انہیں اغوا کیا جاتا ہے اور تاوان مانگا جاتا ہے، جس کا جو دل
چاہے، پوسٹ کردے، جعلی ایگزیکٹو آرڈرز پوسٹ کئے جاتے ہیں، جسے
مرضی کوئی گالی دے دو،جتنی مرضی مذہبی فرقہ واریت پھیلا دو،نفرت
اور اشتعال انگیز مواد پوسٹ کردو نہ کوئی پوچھنے والا، نہ کوئی
ڈرخوف ہے
چین نے ایک ایسا سوفٹ ویئر بنایا ہے، جس سے 1000000ویب سائٹس کو
کنٹرول کیا جاتا ہے اور چین میں ہر کمپیوٹرمیں اسے انسٹال کرنا
ضروری قرار دیا گیا ہے۔اگر ہمارا آئی ٹی ڈیپارٹمنٹ بھی ایسا کوئی
سوفٹ ویئر تیار کرے تو غیر اخلاقی مواد دیکھنے اور فیس بک، ٹوئٹر
کو غلط استعمال کرنے والوں کو کنٹرول کیا جا سکتا ہے۔
ڈرون بھی سائنس کا اہم کرشمہ ہے،جس نے دنیا کے کئی ممالک میں
تباہی پھیلائی ہوئی ہے، جن میں پاکستان کے شمالی علاقے بھی شامل
ہیں۔چند روز قبل یونیفائیڈ میڈیا کلب کے زیر اہتمام پرل کانٹی

نینٹل ہوٹل لاہور میں ڈرون ڈاکومنٹری کی تعارفی تقریب ہوئی۔یہ ڈاکومنٹری لاہور کی طالبہ عائشہ غازی نے بنائی۔سائنس کی اس طالبہ نے 11سال قبل تعلیم کے لئے لندن جانے کا سوچا پھر چلی گئیں۔شادی بھی وہاں ہو گئی اور پھر وہیں کی ہو کر رہ گئیں۔شاعری کا بھی شوق رکھتے ہوئے ڈرون حملوں کو موضوع بنا لیا اور جب ڈرون کا شکار ہونے والوں کی تصاویر یا ویڈیو دیکھتی تو دل تڑپ اٹھتا تب سوچا کہ اس دہشت گردی کے خلاف موثر عمل کیا جائے، اسی خیال سے ڈاکو منٹری بنائی،خود ایڈٹ کی، سکرپٹ لکھا، دو سال میں پاکستان کا سفر بھی کیا۔ڈاکومنٹری کا آغاز ہوا تو کچھ مت پوچھئے ، دل سوز مناظر دیکھتے ہوئے ایسا لگا کہ دل مٹھی میں ہی آ گیا ہو۔سائنس بذات خود اچھی یا بُری نہیں، اس کا استعمال اچھا یا بُرا ہوتا ہے۔لوگوں کو خود بھی اور حکومتی سطح پر بھی لوگوں کی اخلاقی تربیت کے لئے اقدامات کرنے چاہئیں اور ضرورت اس بات کی ہے کہ سائنس کو پُرامن مقاصد ، تعلیم و ترقی اور خوشحالی کے لئے استعمال کیا جائے۔

مضمون : میرا پسندیدہ مشغلہ / باغبانی

مضمون : میرا پسندیدہ مشغلہ / باغبانی

باغبانی ایک قدیم اور اچھا مشغلہ ہے اور لوگ اسے سالوں سے اپنائے ہوئے ہیں۔ پھول، پودے اور درخت انسان کے لئے خاص اہمیت رکھتے ہیں، طبعیت کی خوشگواری میں پودوں اور پھولوں کا اہم کردار ہوتا ہے۔ لوگ باغات کی خوبصورتی کے لئے پھول اور پودے جبکہ پھل کے لئے درخت لگایا کرتے ہیں۔ لوگ عموماً اپنے گھر کے باغ اور سبزے میں پھولوں اور درختوں کو لگاتے ہیں۔

دنیا بھر میں پھولوں کی نشوونما کے ذریعے فائدہ مند کاروبار کیا جا رہا ہے۔

پاکستان میں پھولوں کی باغبانی کا رواج تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ چند مزید مہنگے پھولوں میں سیفرون، کیننا، چیری بلوس اور ہینے روبیم شامل ہیں۔

روزمرہ استعمال کی سبزیاں مثلاً
ٹماٹر،آلو،پیاز،گوبھی،دھنیا،پودینہ اگائی جاسکتی ہیں۔ میں نے گھر کی چھت پر ایک چھوٹا سا باغ بنایا ہوا ہے۔ جس کی رکھوالی میں اور میرا چھوٹا بھائی کرتے ہیں۔ میرے ابو مارکیٹ سے ہمارے لیے مختلف قسم کے بیج لے کر آتے ہیں۔ اس طرح گھریلو کاشت کاری بہت کم خرچ میں قیمتی سبزی میسّر آتی ہے۔ اور کئی دوسرے بھی فوائد آتے ہیں۔ ہم اپنے محلے والوں کو بھی سبزی دیتے ہیں۔

چھٹیوں میں جب ہمارے گھر ہمارے کزنز ہمیں ملنے آتے ہیں تو وہ بھی اس باغ کو دیکھ کر بہت خوش ہوتے ہیں۔

بابائے قوم حضرت قائد اعظم محمد علی جناح رحمہ اللہ علیہ قائد اعظم محمد علی جناح کی زندگی مضمون:

بابائے قوم حضرت قائد اعظم
محمد علی جناح رحمہ اللہ علیہ
قائد اعظم محمد علی جناح کی زندگی
قائد اعظم محمد علی جناح (25 دسمبر 1876ء – 11 ستمبر 1948ء) آل انڈیا مسلم لیگ کے لیڈر تھے جن کی قیادت میں پاکستان نے برطانیہ سے آزادی حاصل کی۔ آپ پاکستان کے پہلے گورنر جنرل تھے۔ کانگرس سے اختلافات کی وجہ سے آپ نے کانگرس پارٹی چھوڑ دی اور مسلم لیگ کی قیادت میں شامل ہو گئے اور مسلمانوں کے تحفظ کی خاطر مشہور چودہ نکات پیش کئے۔

1946 کے انتخابات میں مسلم لیگ نے مسلمانوں کی بیشتر نشستوں میں کامیابی حاصل کی۔ آخر کار برطانیہ کو مسلم لیگ کے مطالبے پر راضی ہونا پڑا اور ایک علیحدہ مملکت کا خواب قائد اعظم محمد علی جناح کی قیادت میں شرمندۂ تعبیر ہوا۔

ابتدائی زندگی

آپ کراچی، سندھ میں وزیر منشن میں 25 دسمبر 1876 کو پیدا ہوئے۔ آپ کا نام محمد علی جناح بھائی رکھا گیا۔ آپ اپنے والد پونجا جناح کے سات بچوں میں سے سب سے بڑے تھے۔ آپ کے والد گجرات کے ایک مالدار تاجر تھے ۔ آپ نے باقاعدہ تعلیم کراچی مشن ہائی سکول سے حاصل کی۔

۔ لندن جانے کے کچھ عرصے بعد آپ نے لنکن ان میں قانون کی تعلیم حاصل کرنے کے لئے داخلہ لے لیا اور 1896 میں وہاں سے قانون کی ڈگری حاصل کی۔ اس وقت آپ نے سیاست میں بھی حصہ لینا شروع کر دیا۔ انڈیا واپس آنے کے بعد آپ نے ممبئی میں وکالت شروع کی اور جلد ہی بہت نام کمایا۔

ابتدائی سیاسی زندگی

ہندوستان واپسی کے بعد جناح صاحب نے ممبئی میں قیام کیا۔ اسی دوران میں آل انڈیا مسلم لیگ ایک اہم جماعت بن کر سیاسی افق پر ابھرنے لگی۔ جناح صاحب نے مسلمانوں کی اس نمائندہ جماعت میں شمولیت اختیار کی۔ جناح صاحب ہندوستان کی سیاسی اور سماجی اصلیتوں میں مذہب کی اہمیت کو جانتے ہوئے اس بات کے قائل تھے کہ ملک کی ترقی کے لئے تمام تر لوگوں کو مل کر کام کرنا ہوگا۔ اس لئے انہوں نے ہندوستان کی دو بڑی اقوام یعنی ہندو اور مسلمان دونوں کو قریب لانے کی کوشش کی۔ جناح صاحب کی اس ہی کوشش کا نتیجہ 1916 کا معاہدہ لکھنؤ تھا۔

وفات

قائد اعظم محمد علی جناح 11 ستمبر 1948 کو اس دار فانی سے کوچ کرگئے۔

QUAID-E-AZAM MUHAMMAD ALI

JANNAH class 5

Essay: Quaid-E-Azam Muhammad Ali Jannah

QUAID-E-AZAM MUHAMMAD ALI JANNAH class5

Quaid-E-Azam Muhammad Ali Jannah was architect of Pakistan. He was born on 25th December, 1876. He was born in a noble family of Karachi. He received his early education in Karachi Mission School. Then he was admitted in Sindh Madrsa-tul-Islam from where he passed his matriculation in 1895. Afterward he went to England and took his Barrister's degree from Linchon's Inn. After completing his education, he came back to India and started law-practice in Bombay. He started his political career as a member of Bombay Legislature. Then he joined Indian Nation Congress. He was a great champion of freedom for the people of India. When he realized that the congress was a neo-Hindu body and stood for Ram Raj, he resigned and joined the All India Muslim League in 1922. He had been greatest spokesman of the Indian Muslims for a separate state for them. By 1930 he became an undisputed leader of the Muslims. Soon he began to reorganize the Indian Muslim league all over India. People gave him the title of Quaid-e-Azam for his selfless services for the Muslim cause, freedom and creation of Pakistan.
Mr.Jinnah's integrity of character was beyond reproach. Gandhi called him 'an impossible man', for he would never compromise on principles. He stood like a rock against his opponents. He united the defeated groups of Muslims into a force to reckon with.

From 1940 (The Year Of Pakistan Resolution) till his death on 11th September, 1948, Quaid-e-Azam worked day and night for strengthening the Muslim League. It was due to his untiring efforts and wise leadership that Pakistan came into being. Had there been no highly intelligent, highly disciplined, hard working, supremely, self-confident, driven by the dream and

drove others.

He was the first Governor General of Pakistan on 14th August 1947 but died after about the thirteen months and was buried in Karachi.