© rasailojaraid.com

کی پابندی سے متعلق دل کھول کر آیات واحادیث سنا کر اچھا خاصا "وعظ" کیا۔ اکثر لوگوں کو اس تقریب میں وعظ خاصا عجیب لگا، لیکن آپ نے اس عظیم اجتماع کے نادر موقع کو غنیمت جانتے ہوئے موضوع کی ناموزونیت کی پروا نہیں فرمائی۔

آپ نہایت قناعت پسند تھے۔ غالباً فروری 2011ء میں خبیب کالج والوں نے ریٹرن ٹکٹ بھیج کر لاہور بلایا۔ اور معقول مشاہرہ پر خبیب کالج سکردو کا پرنسپل مقرر کیا۔ سکردو پہنچ کر معذرت کے ساتھ تقرری نامہ واپس بھیج دیا اور پوسٹ کرنے سے پہلے آرڈر اور اپنا معذرت نامہ راقم کو دکھایا۔ وجہ پوچھی تو فرمایا: "نوکری بہت کی ہے، پنشن بھی اچھی خاصی ملتی ہے، زندگی کا کوئی بھروسہ نہیں، نہ جانے کب بلاوا آئے۔ چاہتا ہوں کہ بقیہ جتنی بھی زندگی ہے، وہ سکون سے گزاروں اور اللہ پاک توفیق عنایت فرمائے تو دین کے کاموں میں صرف کردوں۔" چنانچہ جو کہا تھا، کر کے دکھایا۔ عبادت الٰہی اور تبلیغ میں مگن رہے۔

حاجی مرحوم ایک شریف النفس، سادہ اور منکسر المزاج انسان تھے۔ مذہبی روایات کے بڑے پابند تھے۔ عید الاضحیٰ کے موقع پر لڑکے گھر پر ہوں تو انہیں ساتھ لے کر، ورنہ بنفس نفیس گھروں میں قربانی کا گوشت پہنچاتے تھے۔ ان کی بزرگی کے پیش نظر میں اور حاجی عبداللہ راشد عیدین کے موقع پر ان کے ہاں عید ملن کے لیے اہتمام سے جاتے۔ آخری عید پر ہم ایک دن لیٹ ہوئے تو خود گوشت کا حصہ لے کر گھر پہنچ گئے۔

بہرحال وہ بڑی خوبیوں کے مالک تھے۔ اس چھوٹے سے مضمون میں ان کی خوبیوں کا احاطہ کرنا مشکل ہے۔ دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ ان کی نیکیوں کو شرف قبولیت سے نوازے اور کروٹ کروٹ جنت نصیب فرمائے۔ آمین

آئے عشاق، گئے وعدۂ فردا لے کر
اب انہیں ڈھونڈ چراغِ رخِ زیبا لے کر

نیکی اور بدی

امام ابن حجرؒ سلف سے نقل کرتے ہیں: "برائی" کی "لذت" ظاہر اور اس کی "تلخی" پوشیدہ ہوتی ہے۔

"نیکی" کی "کڑواہٹ" ظاہر اور اس کی "لذت" پوشیدہ ہوتی ہے۔

ظالم، جاہل اور جلد باز "انسان" ظاہر چیز کو خفیہ چیز پر ترجیح دیتا ہے، خواہ اس کا انجام کتنا ہی خطرناک ہو۔ جبھی تو وہ بڑی بے تکلفی سے "برائی" کا ارتکاب کر کے اپنی عاقبت تباہ کرتا ہے؛ اور کم ہی لوگوں کو نیکی کر کے عاقبت سنوارنے کی توفیق نصیب ہوتی ہے۔ [فتح الباري] مرسلہ: حافظ عبدالمجید از کراچی

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

تندرستی ہزار نعمت ہے

انتخاب از انٹرنیٹ: عبدالغفار خان

پھلوں کا سائنسی تجزیہ

نمبر	پھل	مقدارِ خوراک	پانی	ریشہ	چکنائی	پروٹین	شکر	v.A	v.C	v.B1	v.B2	v.B6	v.E
	100 گرام	کلوریز	فیصد	gram	g	g	g	ug	mg	mg	mg	mg	mg
1	Apple سیب	207/49	84	2.3	0	0.4	11.8	2	15	.02	.01	.05	0.5
2	Apricot خوبانی	153/36	87	2.1	0	1	8	420	5	.06	.05	.06	0.5
3	Avocodo نارنجی	523/126	81	0.2	10	2	7	20	17	.06	.12	.36	3.2
4	Blueberry نیلا بیر	204/48	80	8.4	0	1	11	0	10	.02	.03	.05	1.9
5	Blackberry سیاہ بیر	170/40	85	8.7	0	2	8	30	150	.08	.04	.07	1
6	Banana کیلا	375/88	76	2.7	0	1.2	20.4	3	10	.04	.03	.36	0.3
7	Carrot گاجر	48/11	92	3.3	0	0.6	2.2	312	2	.03	.04	.08	.02
8	Cranberry کھٹی بیری	68/16	89	4.2	0	0	4	0	15	0	.01	.07	0
9	Cherry چیری	221/52	86	1.2	0	0	13	40	10	.02	.02	.04	0.1
10	Date کھجور	1275/300	20	7.5	0	2	73	0	0	.05	0.1	0.1	0.7
11	Fig انجیر	340/80	80	2	0	1	19	10	3	.06	.05	.11	0
12	RedGrapes سرخ انگور	128/30	90	1.4	0	.9	6.6	0	40	.07	.02	.03	.05
13	Grapes انگور	274/64	83	2.2	0	.6	15.5	0	3	.03	.01	.08	.6
14	Guava امرود	306/72	81	5.3	0	1	17	30	218	.04	.04	.14	0
15	Gooseberry ٹپاری	170/40	88	3.2	0	1	9	0	30	.02	.01	.08	.04
16	Kiwi کیوی	168/40	84	2.1	0	1.1	8.8	5	70	.01	.02	.12	109

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

0	0	.06	.14	55	160	**16**	1	0	1.5	82	289/68	نارنگی نما کڑوا Kumquat	17
.08	.04	.02	.06	40	0	**3**	0	0	1.8	96	51/12	لیموں Lemon	18
	.08	.02	.03	40	0	**7**	0	0	0.3	91	156/37	آرائشی درخت Lime	19
		.05	.05	39	0	**18**	1	0	1.5	82	323/76	لیچی Lychee	20
1	.13	.06	.05	53	210	**15**	0	0	1	84	255/60	آم Mango	21
	.07	.05	.04	6	30	**8**	1	0	.6	93	153/36	تربوز Water melo	22
0.2	0.1	.02	.05	32	7	**6.3**	.9	0	.6	89	122/29	خربوزہ Melon	23
2	0	.08	.03	0	50	**3**	1	14	4.4	75	586/142	زیتون Olive	24
0.1	.06	.03	.07	49	2	**10.6**	1	0	1.8	87	198/47	کینو Orange	25
	.04	.04	.03	46	40	**8**	0	0	.6	91	136/32	پپیتا Papaya	26
0.5		.12	.03	23	125	**5.8**	2.6	.4	3.3	88	158/37	پھل گل صلیبی Passionf	27
0	.02	.02	.01	7	15	**7.9**	1	0	1.4	89	151/36	آڑو Peach	28
0.1	.02	.01	.01	4	0	**11.5**	0.3	0	2.1	86	201/47	ناشپاتی Pear	29
6.4	.43	.14	.04	80	172	**6**	1	0	2.2	91	119/28	Red bell Pepper	30
		.03	.02	16	260	**18.6**	0.5	0	.5	81	325/76	املوک Persimmon	31
0.1	.09	.02	.07	25	20	**12**	0.4	0	1.2	84	211/50	اناناس Pineappl	32
	.31	.02	.05	7	10	**17**	1	0	3.4	82	343/81	انار Pomegranate	33
.7	.1	.03	.02	5	18	**9.6**	.8	0	2.2	84	177/42	آلو بخارا Plum	34
.04	.06	.03	.02	60	10	**5.1**	0.7	0	2.2	91	99/23	سٹرابیری Strawberry	35
0.7	.08	.02	.05	15	140	**1.9**	.9	0	1.4	97	48/11	ٹماٹر Tomato	36

© rasailojaraid.com