

نوراحمد

تیز درد کی تیز اثر دوا

پرانے سے پرانے جوڑوں کا درد، بدن درد، کمر درد، گھٹنے کا درد، پیٹھ کا درد، چوٹ، مومچ، سوجن، بواسیر اور مجھڑ کے کاٹنے میں نہایت اثر دار

Roorkee, Haridwar (U.K.)

216310, 962817826, 9935019690

mail : care@rahatgroup.com

غزوہ (ایجنسی)

غزوہ کی پٹی کے جنوب میں راج شہر کے مشرق میں غزوہ میں پولیس افسران کے ایک گروپ پر اسرائیلی ڈرون نے بمباری کر دی۔ حماس کے تین سیکورٹی اہلکار انسانی امدادی فرہی کے دوران جاں بحق ہو گئے۔ یہ اسرائیلی کی جانب سے جنگ بندی معاہدے کی سخت خلاف ورزی ہے۔ غزوہ میں وزارت داخلہ نے ایک پریس بیان میں کہا ہے کہ انہیں اس وقت نشانہ بنایا گیا جب وہ آج صبح راج شہر کے مشرق میں الشوک کے علاقے میں امداد کے لیے تقبضات تھے۔ وزارت نے ایک بیان میں مزید کہا کہ وہ اس جرم کی ذمیت کرتی ہے اور تائشوں اور عالمی برادری سے مطالبہ کرتی ہے کہ وہ قاض اسرائیل پر پولیس اہلکار ہٹانے کے لیے دباؤ ڈالیں کیونکہ یہ ایک جبری ادارہ ہے جو شہر میں سلاطین کو برقرار رکھنے اور ان کے دوزخہ کے امور کو منظم کرنے کے لیے خدمات فراہم کر رہا ہے۔ اسرائیلی اخبار "دی یوٹو ایجنڈا" نے ایک اسرائیلی سیکورٹی ذریعے کے حوالے سے کہا ہے کہ غزوہ میں حملہ ان افراد کے خلاف کیا گیا جو راج شہر کے علاقے میں ہماری فوج کے قریب تھے۔ دوسری جانب غزوہ میں شہر کی

رہائی کے لیے دی گئی ڈیڈ لائن کے حوالے سے اسے کیا کرتا ہے۔ یہ ڈیڈ لائن ہفتہ اور آوارگی درمیانی شب رات بارہ بجے ختم ہوئی۔ اس حوالے سے تل ابیب نے ڈیڈ لائن ختم ہونے سے قبل غزوہ معاہدے کے دوسرے مرحلے میں نئی شرائط عائد کرتے ہوئے اپنے رجحان اظہار کر دیا ہے۔ اسرائیلی کی سیاسی سطح کے ذرائع نے غزوہ معاہدے کے دوسرے مرحلے کے لیے نئی شرائط عائد کرنے کی بھی سفارش کی۔ انہوں نے کہا ہے کہ غزوہ معاہدے کی ساتویں اور آٹھویں قطعہ ختم کرنے کے لیے دباؤ ڈالنے کے لیے ایک اسرائیلی معاہدہ موجود ہے۔ اسرائیلی وزیر اعظم بنیامین نتانیو نے ہفتے کے روزخبر کی پٹی کے حوالے سے آنے والے اسرائیلی فیصلوں کے لیے امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ کی مکمل حمایت پر ان کی تعریف کی۔ نتانیو نے اپنے ہفتے سے جاری ہونے والے ایک بیان میں کہا کہ صدر ڈونلڈ ٹرمپ کے ٹویٹ موقف کی وجہ سے آج ہمارے یمنی رفقاءوں کو رہا کیا گیا حالانکہ حماس کی جانب سے پہلے ان کی رہائی سے انکار کر دیا گیا تھا۔ انہوں نے مزید کہا کہ وہ اسرائیلی سطح اگلے اقدامات سے فیکلہ کرنے کے لیے جلد کارروائی کرنا چاہتا ہوں۔

تائشوں اور خاتموں سے مطالبہ کیا کہ وہ فوری طور پر دماغات کو ریں اور اسرائیل پر اپنی ذمہ داریوں کو پورا کرنے کے لیے باڈی فیشن۔ غزوہ کی پٹی کے باشندوں کو تھائی کے نتیجے میں تباہ کن حالات زندگی کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے تو اس دوران وہ پناہ گاہوں اور انسانی ضروریات کی فراہمی میں تاخیر یا انحراف کو برداشت نہیں کر سکتے۔ امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ کی جانب سے حماس کے لیے دی گئی ڈیڈ لائن ختم ہونے کے بعد اور ان کی جانب سے گنبد اسرائیل کے کورٹ میں پھینکے جانے کے بعد اسرائیلی نے فیصلہ کرنا تھا کہ تمام قیدیوں کی

حدیث نبوی ﷺ

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ: وقت پر ادا کی ہوئی نماز، اللہ تعالیٰ کو سب کاموں سے زیادہ پسندیدہ ہے۔
صحیح بخاری،



لکھنؤ سے شائع ہونے والا اردو روزنامہ

لوہیانامہ
URDU DAILY LOHIA NAMA LUCKNOW

ڈونلڈ ٹرمپ کا غزہ پر قبضے کا اعلان

امریکی صدر اسرائیلی وزیراعظم بنیامین نتن یاہو سے ملاقات کے بعد امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے کہا ہے کہ وہ غزہ پر ایک ایسے طویل مدتی قبضے کی سوچ رکھتے ہیں جس کی قیادت امریکہ کرے گا۔ ٹرمپ کا مزید کہنا ہے کہ امریکہ غزہ کی پٹی کا انتظام سنبھال کر اس پر حقیقی معنوں میں کام کر سکتا ہے۔ دوسری جانب اسرائیلی وزیراعظم نے کہا ہے کہ سب کو صدر ٹرمپ کی اس تجویز پر غور کرنے کی ضرورت ہے۔ جب دونوں رہنما میڈیا سے بات کرنے آئے تو شاید یہی کسی کو امریکی صدر کی جانب سے ایسے بیان کی امید تھی۔ تمام میڈیا کے نمائندے ٹرمپ کے بیان پر حیرت زدہ تھے۔ زیادہ تر نمائندوں کو یقینی امید تھی کہ ٹرمپ اور نتن یاہو کے مابین ہونے والی گفتگو کے بارے میں کچھ زیادہ یقینیات فراہم نہیں کی جائیں گی۔ لیکن اس بات کی امید تو بہت کم لوگوں نے کی تھی کہ وہ غزہ کی پٹی پر قبضے کی بات کریں گے۔ یہ تصور کرنا مشکل نہیں کہ ٹرمپ کے ان بیانات نے بہت سارے لوگوں کے دماغوں میں خطرے کی گھنٹی بجادی ہوگی۔ ان میں وہ ہزاروں امریکی ووٹرز بھی شامل ہیں جنہوں نے جو بائیڈن کو غزہ پر موقف کی وجہ سے انہیں ووٹ دینے سے انکار کر دیا تھا۔ غزہ جنگ بندی معاہدے کے دوسرے مرحلے سے پہلے ٹرمپ اور نتن یاہو کی ملاقات اہم کیوں ہے؟ ٹرمپ امریکہ کی دباؤوں سے جاری مشرق وسطیٰ پالیسی بدلنے جا رہے ہیں۔ امریکی صدر کا کہنا ہے کہ غزہ کے بارے میں ان کی تجویز کو بہت حمایت حاصل ہے تاہم مشرق وسطیٰ میں اس کے آثار نظر نہیں آتے۔ صدر ٹرمپ نے فلسطینی علاقے مغربی کنارے کے مستقبل کے بارے میں تبصرہ کرتے ہوئے کہا ہے کہ وہ وہاں اسرائیلی کی خود مختاری کی توثیق کرنے کے بارے میں سوچ رہے ہیں اور اگلے 4 ہفتوں میں اس بارے میں اعلان کیا جائے گا۔ ان کا کہنا تھا کہ اس کا دور یا قیاتی حل سے کوئی تعلق نہیں۔ انہوں نے اپنے پہلے دور صدارت میں بھی مشرق وسطیٰ میں امریکی خارجہ پالیسی کو یکسر بدل کر رکھ دیا تھا اور ایسا لگتا ہے کہ وہ دوبارہ ایسا ہی کچھ کرنے والے ہیں۔ ڈل ایسٹ انسٹیٹیوٹ کے سینئر فلپو برائن کولس کا کہنا ہے کہ اسکے خیال میں ٹرمپ نے غزہ پر امریکی قبضے کا بیان بنا سوچے سمجھے دیا ہے اور امریکی صدر کا اس بارے میں کوئی منصوبہ نہیں ہے۔ خبر رساں ادارے رائٹرز سے بات کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ میرے خیال میں وہ یہ سب باتیں بنا سوچے سمجھے کر رہے ہیں۔ واقعتاً اگر ایسا کوئی منصوبہ ہے بھی تو یہ ایک ایسا منصوبہ ہے جس کا آج کے مشرق وسطیٰ سے کوئی تعلق نہیں اور اس بارے میں فلسطینیوں یا اسکے

بہائیہ ملک جیسے کہ مصر اور اردن سے کوئی مشاورت نہیں کی گئی۔ کولس کا کہنا ہے کہ ایسے بیانات دے کر ٹرمپ کو جہاں مرکز بننا چاہا رہے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ اپنے پہلے دور صدارت میں بھی ٹرمپ نے ایسے ہی بیانات دیئے تھے جس کا مقصد بحث شروع کرنا تھا۔ دوسری جانب سعودی عرب نے ایک بار پھر اپنے اس موقف کا اعادہ کیا ہے کہ وہ فلسطینی ریاست کے قیام تک اسرائیل کے ساتھ تعلقات قائم نہیں کرے گا۔ ٹرمپ اور نتن یاہو کے درمیان ملاقات کے بعد سعودی عرب کی وزارت خارجہ کی جانب سے جاری ایک بیان میں کہا گیا کہ ان کا فلسطینی ریاست کے قیام سے متعلق موقف اُلٹ ہے۔ کیا ٹرمپ کی وائٹ ہاؤس واپسی پر اسرائیل کو سعودی عرب اور اسلامی دنیا کیلئے قابل قبول ریاست بنانے کا منصوبہ دوبارہ زیر غور ہوگا؟ اس سے قبل وائٹ ہاؤس میں میڈیا سے بات کرتے ہوئے ٹرمپ نے منظرِ عوام پر کئی تھی کہ اسہ اسرائیل اور سعودی عرب کے تعلقات بحال کرنے کی اپنی کوششوں کو دوبارہ شروع کرنا چاہیں گے۔ اسرائیلی وزیراعظم کا کہنا ہے کہ ٹرمپ نے اسرائیلی اور امریکی مفویوں کو واپس لانے میں مدد کی ہے۔ انہوں نے دعویٰ کیا کہ ٹرمپ نے اسرائیل کو کھٹیاہوں کی فراہمی دوبارہ شروع کر دی ہے جو، جو بائیڈن انتظامیہ سے بند کر دی تھی۔ نتن یاہو کا کہنا ہے کہ اسرائیل جنگ جیت کر اس جنگ کو ختم کر دے گا یہ امریکہ کی بھی جیت ہوگی۔ گزشتہ رات ٹرمپ نے ایک سرکاری فنڈ قائم کرنے کے عمل کو شروع کرنے کیلئے ایک ایگزیکٹو آرڈر پر دستخط کر دیے ہیں۔ یہ ایسے فنڈ ہوتے ہیں جو سرمایہ کاری کیلئے ممالک کو سرکاری سطح پر قائم کرتے ہیں۔ اس فنڈ میں سالانہ سرپلس فنڈ کو اس طرح شامل کیا جاتا ہے کہ جس سے مستقبل کی نسلوں کو فائدہ پہنچے۔

ٹرمپ نے ابھی تک یہ واضح نہیں کیا ہے کہ اس فنڈ کیلئے رقم کہاں سے آئے گی مگر انہوں نے اپنی انتخابی مہم کے دوران یہ تجویز دی تھی کہ اس فنڈ کو زیادہ ٹیرف عائد کر کے اور دیگر طریقوں سے مضبوط اور مربوط بنایا جاسکتا ہے۔ اس حکمنامے پر دستخط کرنے کے بعد صدر ٹرمپ نے کہا ہے کہ یہ فنڈ چینی ملکیت والی کمپنی ٹاک ٹاک جیسے مسئلے سے نفع میں مدد دے سکتا ہے۔ ابھی امریکہ میں اس پلٹ فارم پر پابندی میں ٹرمپ نے کچھ وقت مزید دے رکھا ہے۔ ٹرمپ نے کہا کہ ہم اس فنڈ سے کچھ خاص کرنے جا رہے ہیں شاید یہ ٹاک ٹاک سے متعلق ہو یا اس سے متعلق نہ ہو۔ انہوں نے کہا کہ اگر ہم نے ایک اچھی ڈیل کی تو پھر یقیناً ہم یہ تسلیم کر لیں گے ورنہ ہم ایسا نہیں کریں گے۔ ہو سکتا ہے کہ ہم اس پلٹ فارم میں یہ سب پیسے جمع کر ادیں۔



ڈاکٹر سراج الدین

ملک میں نشیات کے بڑھتے استعمال نے ہر کسی کو تشویش میں مبتلا کر دیا ہے۔ اعداد و شمار پر بحرحرہ سرکریں تو بھارت میں فی خاندان ایک آدمی نشہ آور اشیاء کا استعمال کر رہا ہے، خواہ اس کی شکل گلیکا، پان، والا، تباکو، حقہ، بیڑی، اور کھیتی پیتی ہی کیوں نہ ہو۔ اس کے علاوہ شراب، انجم، گانجیواہر چرس کا استعمال بھی پہلے کے مقابلے کی گنا بڑھ گیا ہے۔ ایک حیرت انگیز بات یہ ہے کہ سب نشہ کے لیے ایسی چیزیں استعمال کی جانے لگی ہیں جن کو عرف عام میں نشہ آور نہیں کہا جاسکتا۔ مثلاً ناگزہنچکر، بوڑھے والا، لوٹن، ایک کومنانے والا، واپاشتر وغیرہ۔ اسی کے ساتھ قابل افسوس امر یہ ہے کہ حکومتیں آکاری ٹیکس وصولنے کے چکر میں اس جانب تنجید کی سے متوجہ نہیں ہیں۔

نشہ کیا ہے؟ ہر وہ حالت جس میں انسان صحیح اور غلط کی تمیز کھودیتا ہے۔ چاہے وہ شراب پی کر ہو یا کسی اور چیز سے۔ دماغی توازن کو خراب کرنے والی اشیاء نشہ آور ہیں۔ عربی زبان میں خمر ہراس نئے کو کہتے ہیں جو عقل کو ڈھانپ لے، خواہ وہ کسی بھی شے سے بنی ہو۔ احادیث میں خمر کے بارے میں حکم ہے۔۔۔ کُلْ خَمْسُکُمْ خَمْزٌ وَکُلْ خَمْسُکُمْ خَمْزاً۔ (ہر نشہ آور شے خمر ہے اور ہر خمر حرام ہے۔) بعض لوگ کہتے ہیں کہ جو لوگ شراب کے عادی ہوتے ہیں انہیں شراب پی کر نہیں ہوتا اور ان کا دماغی توازن برقرار رہتا ہے اس لیے وہ چیز ان کے کیوں کر ممنوع ہو سکتی ہے۔ اول تو یہ بات سو فیصد درست نہیں ہے اور اگر بالفرض تسلیم بھی کر لیا جائے کہ بعض لوگوں کو شراب پاتھا تو کاش نہیں ہوتا لیکن اس کے نقصان دہ ہونے پر تو ساری دنیا کے اعلیٰ عقل و فہم متفق ہیں۔ اگر ایسا نہیں ہے تو سگریٹ اور گلیکوں کے ٹیکٹ پر وارننگ کیوں درج کی جاتی ہے۔ شراب کے خلاف اشتہار بازی پر رقم کیوں خرچ کی جا رہی ہے، نشہ کش دیکر کیوں قائم کیے جا رہے ہیں۔ اسلام میں حرام اشیاء میں قلت و کثرت کی قید نہیں ہے بلکہ جس کا کل حرام ہے اس کا جزیع حرام ہے۔

اقوام متحدہ کے ادارے UNODC نے 2020 ورلڈ ڈرگ رپورٹ کے مطابق، 35 فیصد سے زیادہ لوگ نشیات کے استعمال کے نتائج سے دوچار ہوئے۔ ڈیٹا وائچ اور کے مطابق دنیا میں تباکو کے استعمال سے ہر سال 8 ملین سے زیادہ لوگ مرتے ہیں جن میں سے 1.2 ملین اموات صرف غیر فعال تباکو نوشی سے ہوتی ہیں۔ اقوام متحدہ کی ایک اور رپورٹ کے مطابق ہندوستان میں دس لاکھ سے بھی زیادہ افراد ہر دن کے عادی بن گئے



مبشر ندوی بستوی

دنیا میں ترقی کی راہ پر محزن ہر معاشرہ اس بات کا خواہاں ہوتا ہے کہ اس کی کوتاہیاں با اعتماد اور محفوظ ماحول میں زندگی گزاریں۔ کسی بھی معاشرے کی ترقی کا انحصار اس بات پر ہے کہ اس کے افراد، خاص طور پر خواتین، تعلیم، بہر، اور خود اعتمادی سے محروم نہ ہوں۔ بچیوں میں خود اعتمادی اور احساس تحفظ پیدا کرنا والدین، اساتذہ، اور معاشرتی اداروں کی بنیادی ذمہ داری ہے تاکہ وہ ایک مضبوط اور با اختیار شخصیت کے ساتھ پروان چڑھیں۔

خود اعتمادی کی تعریف اور اس کی اہمیت:

خود اعتمادی کا مطلب اپنے اندرونی و بیرونی صلاحیتوں پر یقین رکھنا، اپنے فیصلے خود کرنا، اور ہر چیلنج کا سامنا بھادری سے کرنا ہے۔ خود اعتمادی کی کمی کی وجہ سے بچیاں عدم تحفظ، خوف، اور دوسروں پر انحصار کرنے کی عادت میں مبتلا ہو سکتی ہیں، جو ان کی شخصیت کی نشوونما کو محدود کر دیتا ہے۔ خود اعتمادی کیوں ضروری ہے؟ زندگی کے چیلنجوں کا سامنا کرنے کی ہمت: اگر بچیاں خود اعتمادی کے ساتھ پروان چڑھیں گی تو وہ زندگی میں درجنوں مشکلات اور مسائل کا بھاری سے سامنا کر سکیں گی۔ تعلیمی اور پیشہ ورانہ کامیابی: خود اعتمادی سے بھرپور پچھلا تعلیمی میدان میں بھرپور کردگی دکھائی دیں اور مستقبل کا کامیاب پیشہ ورانہ زندگی گزارتی ہیں۔

منشیات کا استعمال سماج اور ملک کو تباہ کر دیتا ہے

منشیات کا نقصان صرف فرد و احد کو ہی نہیں ہوتا بلکہ سماجی تانا بکھر جاتا ہے، ملک زوال اور پستی میں چلا جاتا ہے۔ جو شخص نشہ کرتا ہے وہ اپنی یا اہل خانہ کی نمائی کا ایک بڑا حصہ نشہ میں اڑا دیتا ہے۔ جس سے گھر کا بجٹ بگڑ جاتا ہے۔ وہ پمیلی جس کا صرف ایک فرد نشہ کرتا ہے ہر وقت اضطراب میں مبتلا میں رہتی ہے۔ اس گھر کے باقی بچوں کی تعلیم متاثر ہوتی ہے، وہ اپنے بیماروں کا علاج بھی نہیں کر پاتی۔ نشہ کرنے والا کبھی کبھی ایسی غیر اخلاقی حرکت کر بیٹھتا ہے کہ پورے خاندان کی ناک کٹوا دیتا ہے اور پولس تھانے اور عدالت کے چکر لگوا دیتا ہے۔ جس سماج کے ہر گھر میں ایک نشہ کرنے والا موجود ہو آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ وہ سماج کس پستی کی جانب سفر کر رہا ہے۔ نوجوان جو ملک کا مستقبل ہیں جب نشہ کے عادی ہو جاتے ہیں تو ملک کے لیے کوئی قابل ذکر خدمات انجام نہیں دے پاتے۔ اس طرح ملک اپنے قیمتی سرمایہ سے محروم ہو جاتا ہے۔ نشہ کا عادی دنیا سے جلد رخصت ہو جاتا ہے اور اپنے پیچھے بیوہ اور یتیم دے بے سہارا بچوں کو چھوڑ جاتا ہے۔



ہر وہ ملکہ سانی تانا بکھر جاتا ہے، ملک زوال اور پستی میں چلا جاتا ہے۔ جو شخص نشہ کرتا ہے وہ اپنی یا اہل خانہ کی نمائی کا ایک بڑا حصہ نشہ میں اڑا دیتا ہے۔ جس سے گھر کا بجٹ بگڑ جاتا ہے۔ وہ پمیلی جس کا صرف ایک فرد نشہ کرتا ہے ہر وقت اضطراب میں مبتلا میں رہتی ہے۔ اس گھر کے باقی بچوں کی تعلیم متاثر ہوتی ہے، وہ اپنے بیماروں کا علاج بھی نہیں کر پاتی۔ نشہ کرنے والا کبھی کبھی ایسی غیر اخلاقی حرکت کر بیٹھتا ہے کہ پورے خاندان کی ناک کٹوا دیتا ہے اور پولس تھانے اور عدالت کے چکر لگوا دیتا ہے۔ جس سماج کے ہر گھر میں ایک نشہ کرنے والا موجود ہو آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ وہ سماج کس پستی کی جانب سفر کر رہا ہے۔ نوجوان جو ملک کا مستقبل ہیں جب نشہ کے عادی ہو جاتے ہیں تو ملک کے لیے کوئی قابل ذکر خدمات انجام نہیں دے پاتے۔ اس طرح ملک اپنے قیمتی سرمایہ سے محروم ہو جاتا ہے۔ نشہ کا عادی دنیا سے جلد رخصت ہو جاتا ہے اور اپنے پیچھے بیوہ اور یتیم دے بے سہارا بچوں کو چھوڑ جاتا ہے۔

ان تباہ کن نقصانات کے باعث دین اسلام ہر وہ ملکہ سانی تانا بکھر جاتا ہے، ملک زوال اور پستی میں چلا جاتا ہے۔ جو شخص نشہ کرتا ہے وہ اپنی یا اہل خانہ کی نمائی کا ایک بڑا حصہ نشہ میں اڑا دیتا ہے۔ جس سے گھر کا بجٹ بگڑ جاتا ہے۔ وہ پمیلی جس کا صرف ایک فرد نشہ کرتا ہے ہر وقت اضطراب میں مبتلا میں رہتی ہے۔ اس گھر کے باقی بچوں کی تعلیم متاثر ہوتی ہے، وہ اپنے بیماروں کا علاج بھی نہیں کر پاتی۔ نشہ کرنے والا کبھی کبھی ایسی غیر اخلاقی حرکت کر بیٹھتا ہے کہ پورے خاندان کی ناک کٹوا دیتا ہے اور پولس تھانے اور عدالت کے چکر لگوا دیتا ہے۔ جس سماج کے ہر گھر میں ایک نشہ کرنے والا موجود ہو آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ وہ سماج کس پستی کی جانب سفر کر رہا ہے۔ نوجوان جو ملک کا مستقبل ہیں جب نشہ کے عادی ہو جاتے ہیں تو ملک کے لیے کوئی قابل ذکر خدمات انجام نہیں دے پاتے۔ اس طرح ملک اپنے قیمتی سرمایہ سے محروم ہو جاتا ہے۔ نشہ کا عادی دنیا سے جلد رخصت ہو جاتا ہے اور اپنے پیچھے بیوہ اور یتیم دے بے سہارا بچوں کو چھوڑ جاتا ہے۔

بچیوں میں خود اعتمادی اور احساس تحفظ ضروری

خود اعتمادی کا مطلب اپنے اندرونی و بیرونی صلاحیتوں پر یقین رکھنا، اپنے فیصلے خود کرنا، اور ہر چیلنج کا سامنا بھادری سے کرنا ہے۔ خود اعتمادی کی کمی کی وجہ سے بچیاں عدم تحفظ، خوف، اور دوسروں پر انحصار کرنے کی عادت میں مبتلا ہو سکتی ہیں، جو ان کی شخصیت کی نشوونما کو محدود کر دیتا ہے۔ خود اعتمادی کیوں ضروری ہے؟ زندگی کے چیلنجوں کا سامنا کرنے کی ہمت: اگر بچیاں خود اعتمادی کے ساتھ پروان چڑھیں گی، تو وہ زندگی میں درپیش مشکلات اور مسائل کا بھاری سے سامنا کر سکیں گی۔ تعلیمی اور پیشہ ورانہ کامیابی: خود اعتمادی سے بھرپور بچیاں تعلیمی میدان میں بھرپور کار کردگی دکھائی دیں اور مستقبل میں کامیاب پیشہ ورانہ زندگی گزارتی ہیں۔ ناپسندیدہ حالات میں خود اعتمادی ہی بچیوں کو درست فیصلے کرنے میں مدد دیتی ہے۔ قیادت کی صلاحیت، خود اعتماد بچیوں زندگی میں کردار ادا کر سکتی ہیں اور دوسروں کے لیے مثال بن سکتی ہیں۔

حصہ ہے۔ اگر وہ کسی کام میں ناکام ہو جائیں تو انہیں حوصلہ دیں اور بتائیں کہ ہر ناکامی میں ایک سبق چھپتا ہوتا ہے۔ خواتین رول ماڈلز کی کہانیاں سنائیں، ایسی خواتین کی مثالیں دیں جو معاشرے میں نمایاں کردار ادا کر رہی ہیں۔ جیسے کہ ڈاکٹرز، انجینئرز، سائنسدان، کھلاڑی، اور دیگر پیشہ ور خاتین۔ اس سے بچیوں کو حوصلہ ملے گا کہ وہ بھی اپنی صلاحیتوں کو بروئے کار لاسکتی ہیں۔ اپنی رائے کا اظہار کرنے کی ترغیب دیں، بچیاں اگر کوئی رائے دینا چاہیں تو انہیں دبانے سے بچائیں ان کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنی بات کھل کر کہ سکیں۔ یہ عادت ان میں خود اعتمادی پیدا کرے گی اور انہیں مستقبل میں بحث و مباحثہ کرنے کے قابل بنائے گی۔ بہر کیلئے کاموں کو فراہم کریں، بچیوں کو مختلف بہتر سکھائیں، جیسے کہ پبلک اسپیکنگ، کھیل، تخلیقی لکھائی، یا کسی مخصوص شعبے میں مہارت حاصل کرنا۔ جب وہ کسی نئی مہارت حاصل کریں گی تو ان کا خود پر اعتماد بڑھے گا۔

اور کون سا نہیں۔ انہیں سکھائیں کہ اگر کوئی شخص انہیں غلط طریقے سے چھوئے گی کو شش کرے تو فوراً والدین یا کسی قابل اعتماد فرد کو بتائیں۔ ”د“ کہنے کا اعتماد دیں، بچیوں کو یہ سکھانا ضروری ہے کہ وہ کسی بھی ایسی صورتحال میں ”نہ“ کہنے سے تنگبر آئیں جہاں وہ غیر محفوظ محسوس کریں۔ چاہے وہ کوئی رشتہ دار ہو، دوست، یا استاد، اگر انہیں کچھ غلط لگے تو اس پر اعتراض کر سکیں۔ والدین سے کھل کر بات کرنے کا ماحول دیں، بچیاں اگر والدین کے ساتھ کھل کر بات نہیں کر سکتیں تو وہ اپنے مسائل ان سے نہیں کہہ سکیں گی۔ والدین کو چاہیے کہ وہ بچیوں کی باتوں کو تنجیدگی سے سنیں اور ان کے خدشات کو دودر سوشل میڈیا کے بڑھتے ہوئے استعمال کے پیش نظر والدین کو چاہیے کہ وہ اپنی بچیوں کو یہ سکھائیں کہ وہ کسی ایسی شے سے بات نہ کریں، ایسی ذاتی معلومات شیئر نہ کریں، اور کسی بھی غیر اخلاقی مواد سے دور رہیں۔ محفوظ راستے اور افراد کی شناخت کروائیں، بچوں کو سکھائیں کہ اسکول، گھر، اور دیگر مقامات پر وہ کون لوگوں پر بھروسہ کر سکتے ہیں اور کون افراد سے محتاط رہنا چاہیے۔ انہیں محفوظ راستوں اور جگہوں کے بارے میں بھی آگاہ کریں۔ خود دفاع کی تربیت دیں، بچیوں کو مارشل آرٹس یا سیلف ڈیفنس کی بنیادی مہارتیں سکھائیں تاکہ وہ کسی بھی خطرناک صورتحال میں اپنی حفاظت کر سکیں۔

بچیوں میں خود اعتمادی اور احساس تحفظ پیدا کرنا ایک مسلسل عمل ہے جس کے لیے والدین، اساتذہ، اور معاشرے کو مل کر کام کرنا ہوگا۔ ایک خود اعتماد اور محفوظ بچی نہ صرف اپنی زندگی میں کامیابی حاصل کرے گی بلکہ معاشرے کی ترقی میں بھی نمایاں کردار ادا کرے گی۔ ہمیں چاہیے کہ ہم بچیوں کو ایسا ماحول فراہم کریں جہاں وہ خود کو محفوظ محسوس کریں، اپنے خیالات کا اظہار کر سکیں، اور اپنی صلاحیتوں کو بھلا کر سکیں تاکہ وہ ایک روشن مستقبل کی جانب گامزن ہوں۔

[illegible]