شاخسار

یونس فرانسس

جُملہ حقُوق بحق مترجم محفُوظ

کِتاب	شاخسار
شاعر	یُونس فرانسِس
پہلا ایڈیشن	۲۰۲۲
پرُوف رِیڈنگ اور ترتیب	نینسی یُونس
کمپوزنگ	یُونس فرانسِس

رابطہ برائے کتاب

Younis Francis

00 44 7504721294

Email: revd.younis@gmail.com

Nancy Younis

00 44 7504721295

ماں

ماں کا دل بھی
اس کا اپنا کب ہوتا ہے؟
وہ تو اس کا ریزہ ریزہ
اپنی بیٹیوں
اور بیٹوں کی
روحوں میں
بو دیتی ہے۔
☆

ایک قدیم انگلش دعا

محنت کرنا سیکھو
کامیابی کا رستہ ہے یہی۔
کچھ لمحے غور وفکر کرو
قوت کا منبہ ہے یہی۔

وقت نکالو سیر وتفریح کے لئے
تندرستی کا راز اسی میں ہے۔
کچھ لکھنے پڑھنے پر توجہ دو۔
حکمت وفہم کی راہ یہی ہے۔

دوستی کی طرف بڑھاؤ قدم
خوشیاں ملیں گی تم کو ہر دم
وقت نکالو خوابوں کے لئے۔
تاروں کی وادی میں یہ لے جائیں گے تم کو۔
گردونواح پر نظر کرو۔ اور خود غرضی سے سیکھو فرار۔
بکھیرو مسکراہٹیں چارسو - کیونکہ روح کا قرار اسی میں ہے۔

☆

مجھے امن کا وسیلہ بنا دے

مقدس فرانسس آف اسیسی کی دعا

مجھے امن کا وسیلہ بنا دے
نفرت کی جگہ پیار میں بانٹ جاؤں
زخموں کو شفا سے میں ڈھانپ جاؤں
شک کو یقیں میں بدل ڈالوں میں
ناامیدی میں امید پیدا کروں
مٹا کر سب اندھیروں کو
ہر طرف جہاں میں سویرا کروں

دنیا سے مٹا کر ہر ایک دکھ کو
ہر اک دل میں خوشیوں کا ڈیرہ کروں
اے خداوند خدا - ہے میری یہ دعا
مجھ کو امن کا وسیلہ بنا دے

خود غرضی کی نہ مجھ کو عادت رہے
خوشی سب کو دوں یہی چاہت رہے
ایسا جذبہ محبت کا کر دے عطا
سب کے دکھوں کو میں سمجھوں سدا

اے خدا مجھ کو بھی معاف کرنا سکھا

جس طرح تو معاف کرتا ہے ہماری خطا

عاجزی کا مجھے سلیقہ سکھا

کیونکہ اسی میں ہے

زندگی کی بقا۔

☆

برکتیں کروشمار۔

نامعلوم

کروشمار سب برکتیں
نہ کہ اذیتیں اپنی۔

کروشمار کامیابیاں وکامرانیاں
نہ کہ محرومیاں وناکامیاں اپنی۔

کروشمار خوشیاں ومسرتیں
نہ کہ اداسیاں وحسرتیں اپنی۔

کروشمار دوستوں کی محبتیں
نہ کہ زمانے کی نفرت وعداوتیں

کروشمار ہنسی اور مسکراہٹیں
نہ کہ آنسو اور آہیں۔

کروشمار اپنے حوصلے
نہ کہ خوف اور اپنے وسوسے۔

کرو شمار خوشحالیوں کو
نہ کہ قحط اور خشک سالیوں کو۔

کرو شمار سب ہی نیکیاں
نہ کہ اپنی کوتاہیاں وغلطیاں۔

کرو شمار خدا کی ہر اک نعمت کا
زندگی کا اور اچھی صحت کا
خدا کے پیار و محبت کا
نہ کہ دنیاوی مال و دولت کا۔

اور
جیسے تم چاہتے ہو کہ
لوگ تم سے پیار کریں
ویسے ہی تم بھی
ہر کسی سی پیار کرو۔
☆

دنیا بدلنا مشکل ہے

ٹریسی برائن

تم دنیا تو نہیں بدل سکتے
لیکن خود کو تو قدرے بدل سکتے ہو۔
کیونکہ خود کو بدلنے میں ہے، دنیا بدلنے کا راز۔

تم کچھ ایسا کر سکتے ہو
پیار و محبت کا پیکر بن کر
دل میں سچے جذبے بو کر
اک نفیس انسان بن کر اور
اپنی شخصیت کو قابل داد بنا کر
دنیا میں کچھ تبدیلی لا سکتے ہو
تم دنیا کو تبدیل تو نہیں کر سکتے
لیکن خود کو قدرے بدل سکتے ہو۔

تم دنیا تو نہیں بدل سکتے
لیکن خود کو پر خلوص و باوفا
ہمدرد و خیر خوا
قابل تحسین و قابل تقلید
اصول پسند اور ایماندار تو بنا سکتے ہو۔

تم دنیا تو نہیں بدل سکتے
لیکن غیبت گوئی
منفی سوچ اور
حسد وحوس سے کنارہ کشی کر کے
نیکی اور بھلائی کو اپنا شیوہ بنا کر
تنفرت وکدورت کو دل سے مٹا کر
پیار ومحبت کی راہ پر چل کر
خود کو ایسا انساں بنا سکتے ہو
جس سے دنیا کو اک
اچھا انساں مل سکتا ہے۔
جو اپنی ذات بدلنے سے
اس دنیا کو بدل سکتے ہو۔

☆

کارہائے ایماں

کرسچن راسٹو ہوگو

جہاں ایماں، وہاں ہے امید
جہاں امید، وہاں ہے عزم وحوصلہ
جہاں ہے عزم وحوصلہ، وہاں ہے کامیابی
جہاں کامیابی، وہاں مال وزر

لیکن افسوس
جہاں مال وزر ہے، وہاں حرس وطمع
جہاں حرس وطمع ہے، وہاں برائی
جہاں برائی ہے، وہاں جہنم
جہاں جہنم ہے، وہاں اذیت
جہاں اذیت، وہاں ہے دعا
اور
جہاں دعا ہے۔ وہیں پر خدا ہے
اور جہاں خدا ہے۔ وہاں زندگی کی بقا ہے۔

☆

میری زندگی

کمبرلی مکسن

میری زندگی اتنی آساں نہ تھی
پھر بھی میں آسودۂ منزل ہوئی
میری زندگی اتنی آساں نہ تھی لیکن مجھ کو یہ یقیں تھا
کہ ساتھ میرے سدا میرا خدا تھا۔

مجھے زندگی میں سب کچھ تو نہیں ملا
لیکن مجھے وہ سب ملا ہے
جس کی ضرورت تھی مجھے۔

زندہ رہنے کے لئے یہ احساس کم ہے کیا
کہ خدا نے مجھ سے اتنی محبت کی ہے
ٹوٹ کے مجھ سے چاہت کی ہے۔
میری بقا کی خاطر اس نے
بیٹے کی جاں قرباں کی ہے۔

☆

مجھے غرض نہیں

اوریا مونٹین ڈریمر

مجھے غرض نہیں اس سے
کہ تمہارا ذریعہ معاش ہے کیا
مجھے بس غرض ہے یہ کہ
کیا وقت کا احساس ہے تم کو
کیا آنکھوں میں تمہاری
کچھ خواب ہیں روشن کل کے۔

مجھے غرض نہیں اس سے کہ تمہاری عمر ہے کیا
مجھے بس غرض ہے یہ کہ
کیا جینے کی امنگ ہے تم میں
اپنے خوابوں کی تعبیروں کی خاطر
مر مٹنے کا جذبہ ہے تم میں۔

مجھے غرض نہیں ہے اس سے کہ کس نگری کے تم باسی ہے
مجھے بس غرض ہے یہ
کیا جذبوں کا ادراک ہے تم میں
کیا رنج و غم کی کیفیت جانتے ہو
کیا مر مر کے جینے کی حقیقت جانتے ہو۔

مجھے یہ غرض نہیں کہ کتنی دولت ہے پاس تمہارے
میں تو بس یہ جاننا چاہتی ہوں
کہ کیا ناکامیوں اور شکستوں کے بعد بھی
جینے کی تمنا ہے تم میں
کیا تلخیء حالات سے لڑنے کی تمنا ہے تم میں
مجھے غرض ہے تو بس یہ کہ
کیا تم درد کی شدت سے ہو واقف
چاہے وہ درد اپنا ہو، یا ہو پرایا
یا پھر تم احساس درد سے عاری ہو۔

مجھے یہ غرض نہیں ہے
کی تم مجھ سے جو کہ رہے ہو وہ جھوٹ ہے یا سچ۔
مجھے تو بس غرض ہے یہ کہ تمہاری ذات میں بھی کچھ سچائی ہے کہ نہیں
تمہاری روح میں کچھ گہرائی ہے کہ نہیں
تم قابل اعتماد ہو کہ نہیں، حسد و ہوس سے آزاد ہو کہ نہیں۔

مجھے یہ غرض نہیں کہ کس کس کو تم جانتے ہو
اور کس سے تمہارے روابط ہیں
میں تو بس یہ جاننا چاہتی ہوں
کہ کیا تم عہد وفا نبھا سکتے ہو
دوستوں پہ جاں لٹا سکتے ہو۔

مجھے غرض نہیں کہ تم کہاں پڑھے ہو، کتنا پڑھے ہو
مجھے غرض ہے یہ کہ
کیا کچھ حکمت وفہم ہے تم میں
زندگی کے رازوں کو سمجھنے کی لگن ہے تم میں۔
میں تو بس اتنا جاننا چاہتی ہوں
کہ جب کبھی تم تنہا ہو
اور بیٹھے ہو خاموش کہیں
کیا تم اس تنہائی کو اپنا ساتھی بنا سکتے ہو
اپنے ضمیر کو اپنا ہمنوا بنا سکتے ہو
کیا زندگی کی تیرا راہوں میں
کچھ لمحے اپنے ساتھ بٹا سکتے ہو
کیا تم خود کو اپنا ہمراز بنا سکتے ہو؟

☆

ریت پہ قدموں کے نشاں

ایک رات میں نے خواب میں دیکھا۔
کہ میں سرِ ساحل ریت پر خداوند کے ہمراہ چہل قدمی کر رہا ہوں۔
دھندلائے شفق پر میری زندگی کے مختلف مناظر میری انکھوں کے سامنے سے گزرتے ہیں۔
ہر منظر میں مجھے ریت پر دو اشخاص کے قدموں کے نشاں نظر اتے ہیں۔
ایک میرے اور ایک خداوند کے۔
جب میری زندگی کا آخری منظر میری نظروں کے سامنے سے گزرتا ہے۔
تو میں اچانک پیچھے مڑ کر دیکھتا ہوں۔
اور میں یہ دیکھ کر چونک جاتا ہوں کہ کئی مقامات پر مجھے ریت پر دو کی بجائے صرف ایک ہی شخص کے قدموں کے نشاں نظر آتے ہیں۔
میں یہ دیکھ کر نہایت حیران و پریشان ہوا۔
اور یہ دیکھ کر گھبرا گیا کہ ایسا ہمیشہ اس وقت ہوا
جب میں مشکلوں میں گھرا ہوا اور دکھ اور مصیبتوں سے دوچار تھا۔
میں عجیب تذبذب میں پڑ گیا
اور سوچنے لگا کہ اخر ایسا کیوں ہے۔
اس کشمکش سے نکلنے کے لئے میں نے ہمت کر کے خداوند سے سوال کیا۔
اے خداوند تو نے مجھ سے عہد کیا تھا
کہ اگر میں تیرے ساتھ چلوں گا،
تیری پیروی کروں گا اور تیرے احکامات کو مانوں گا۔

تو زندگی کے ہر قدم پر تو میری حفاظت اور نگہبانی کرے گا۔
اور مجھے کبھی تنہا نہیں چھوڑے گا۔
لیکن میں نے دیکھا
کہ زندگی کے مشکل ترین لمحات اور مقامات پر
مجھے صرف ایک ہی شخص کے
قدموں کے نشان نظر آئے۔
میں یہ سمجھنے سے قاصر ہوں۔
کہ جب زندگی میں مجھے تیری مدد کی شدید ضرورت تھی،
تب تو نے مجھے کیوں تنہا چھوڑ دیا؟

خداوند نے سرگوشانہ آواز میں مجھ سے کہا۔
"میرے پیارے بچے۔
مجھے تجھ سے بے انتہا محبت ہے، اور ہمیشہ رہے گی۔
نہ تو میں نے تجھے پہلے کبھی دکھوں اور مصیبتوں میں تنہا چھوڑا ہے اور نہ آئندہ کبھی چھوڑوں گا۔
اور وہ جو تو نے زندگی کے مشکل ترین لمحات میں
ایک ہی قدموں کے نشاں دیکھے ہیں
وہ تیرے نہیں، بلکہ میرے ہیں۔
کیونکہ جب تجھ میں چلنے اور آگے بڑھنے کی سکت نہیں تھی
تو میں نے تجھے اپنے ہاتھوں پہ اٹھایا ہوا تھا۔

☆

عقیدہءحیات

نینسی سمز

دوسروں سے اپنا موازنہ کرکے اپنی اہمیت کم مت کرو.
کیونکہ ہم میں سے ہر ایک منفرد ہے۔
اس لئے ہر کوئی اپنی جگہ اہم ہے۔

☆

اپنے مقصدِ حیات کو دوسروں کی نظر سے
مت دیکھو۔
تمہیں معلوم ہونا چاہیے
کہ تمہاری زندگی میں کیا اہم ہے۔

☆

جو چیزیں تمہارے دل کے قریب ہیں
ان کی قدر کرو۔
ان کو ایسے سنبھالے رکھو
جیسے کہ ان کے بغیر تمہاری زندگی بے معنی ہو۔

☆

ماضی اور مستقبل میں شب وروز مت گذارو۔
بلکہ کچھ اس طرح جئو کہ موجودہ لمحات ہی حاصل زیست ہوں۔

☆

اس وقت تک حوصلہ مت ہارو
جب تک سینے میں سانسیں باقی ہیں۔

☆

یہ تسلیم کرنے میں کوئی مضائقہ نہیں
کہ تم کامل نہیں ہو۔

☆

خطرات مول لینے سے مت گھبراؤ۔
کیونکہ ان سے ہمارے حوصلوں کو تقویت ملتی ہے۔

☆

یہ سوچ کر محبت سے کنارہ کشی مت کرو۔
کہ سچی محبت کب کسی کو ملتی ہے؟
محبت تو محبت بانٹنے اور محبت کرنے سے ملتی ہے۔
جتنا زیادہ ہم محبت کو قید کرنے کی کوشش کریں گے،
اتنی ہی جلدی محبت ہمارے ہاتھوں پھسل جائے گی۔

اپنے خوابوں کو مرنے مت دینا
بِن خوابوں کے جینا
بِن امید کے جینا ہے،
اور بن امید کے جینا۔۔۔
بے مقصد جینا ہے۔

☆

زندگی میں اتنا تیز مت بھاگو
کہ تمہیں یہ بھی یاد نہ رہے
کہ تم کن مقامات سے گزرے ہو،
اب کہاں ہو،
اور تمہاری منزل کیا ہے۔

☆

زندگی اک دوڑ نہیں،
بلکہ اک سفر ہے
ایسے چلو کہ اس کا
ہر قدم یادگار و دلنشیں ہو جائے۔

☆

زندگی

مدرٹریظہ

زندگی ایک موقع ہے۔اسے ضائع مت کرو۔
زندگی حسیں ہے۔اس کی مدح سرائی کرو
زندگی پرمزہ ہے۔اس سے لطف اندوز ہو
زندگی اک خواب ہے۔اس کی تعبیر کرو

زندگی اک چیلنج ہے۔اس پر پورااترو
زندگی اک فرض ہے۔اسے پورا کرو
زندگی اک کھیل ہے۔اس میں شرکت کرو
زندگی قیمتی ہے۔اس کی قدر کرو

زندگی اک دولت ہے۔اس کی حفاظت کرو
زندگی محبت ہے۔اس سے لطف اٹھاؤ
زندگی اک بھید ہے۔اسے آشکار کرو
زندگی اک وعدہ ہے۔اسے وفا کرو

زندگی غم ہے۔اس کا مداوہ کرو
زندگی اک گیت ہے۔اسے گنگناؤ۔
زندگی اک جدوجہد ہے۔اسے قبول کرو۔
زندگی اک المیہ ہے۔اسے گلے لگاؤ۔

زندگی اک مہم ہے۔اسے سر کرو۔
زندگی۔۔۔زندگی ہے۔۔۔اسے اپناؤ۔
زندگی خوش قسمتی ہے۔اسے گلے لگاؤ۔
زندگی بیش قیمت نعمت ہے۔
اسے ضائع مت کرو۔

☆

ایمان وحوصلہ

آنجی

زندگی میں ہمیں ایسے لوگ بھی ملتے ہیں،
جو ہمیں سوائے اذیت کے کچھ نہیں دیتے۔
ہمیں انہیں معاف کر دینا چاہئے۔
اور دل میں رنجشیں نہیں رکھنی چاہئے۔

زندگی میں ہم سے غلطیاں سرزد ہوتی ہیں۔
لیکن ہمیں اپنی غلطیوں سے سبق سیکھنا چاہیے۔

زندگی میں کچھ پچھتاوے ہمیشہ ہمارے سنگ رہیں گے
لیکن ہمیں اپنے ماضی کو پیچھے چھوڑ کر
آگے بڑھنا چاہیے اس تہیئے کے ساتھ کہ ہم اسے تبدیل نہیں کر سکتے۔

زندگی میں کچھ لوگ ہم سے ایسے جدا ہو جائیں گے جو کبھی لوٹ کر نہیں آئیں گے۔
ہمیں ان کے بغیر جینے کا ہنر سیکھنا ہوگا، اور زندگی میں آگے بڑھنا ہوگا۔

ہمیں زندگی میں اکثر رکاوٹیں ہماری راہوں میں حائل ہوں گی۔
لیکن ہمیں ان سے نبرد آزما ہونا ہوگا۔ اور ان پر غلبہ پانا ہوگا۔
اور ثابت قدمی سے آگے بڑھنا ہوگا۔

زندگی میں خوف و ہراس
اکثر ہماری پیش قدمی اور مقاصد کے حصول میں حائل ہوں گے۔
لیکن ہمیں ان کا ہمت و حوصلے سے مقابلہ کرنا ہوگا۔

ہماری زندگی خدا کے ہاتھ میں ہے۔
اور اسی کے ہاتھوں میں ہی ہمارا مستقبل ہے۔
ہماری قسمت کا بس اسی کو پتہ ہے
وہ سب دیکھتا ہے۔
وہ سب جانتا ہے۔
سب اسی کے اختیار میں ہے۔
اس لئے سدا اسی پر بھروسہ اور توکل رکھو۔

☆

Dreams

by Langston Hughes

خواب

خوابوں کو مضبوطی سے تھامے رکھو۔
خواب اگر مر جائیں تو
زندگی پژمردہ ہو جاتی ہے۔

خوابوں کو مضبوطی سے تھامے رکھو۔
خواب اگر بکھر جائیں تو
زندگی بنجر و یخ بستہ ہو جاتی ہے۔

☆

تاثرات

ابمبولا الابی

لوگوں کے بارے میں ہمارے اولین تاثرات
ہمارے ذہنوں پر انمٹ نقوش چھوڑ جاتے ہیں
لیکن بارہا یہ تاثر غلط ہوتا ہے۔
میں نے زندگی میں اب تک
یہ سچائی سیکھی ہے۔
کہ
ہر پرنم آنکھوں والا کمزور نہیں ہوتا
ہر پر نظر، نظر شناس نہیں ہوتا
ہر اک کم سخن
نرم مزاج نہیں ہوتا
ہر سر ہلانے والا
تابعدار نہیں ہوتا
ہر ترش لہجہ ہی ظالم نہیں ہوتا
ہر فراخدل ہی ایماندار نہیں ہوتا
ہر بے ڈھنگا شخص ہی بیوقوف نہیں ہوتا
اور ہر بے راہ گمراہ نہیں ہوتا
لوگوں کی شخصیت کو
اک نظر میں جاننا کتنا مشکل ہے!

اک لمحے میں
دور سے دیکھ کے
ان کی اصلیت کو پہچاننا کتنا مشکل ہے۔
ہم چاہیں یا نہ چاہیں
ہم سدا لوگوں کے درمیاں رہیں گے
لیکن بہتر کیا ہے؟
بہت سے لوگوں کو کچھ جاننا
یا کچھ لوگوں کو بہت جاننا؟
میری نظر میں
کم لوگوں کو اچھی طرح جاننا
بہت سے لوگوں کو کم جاننے سے
کہیں زیادہ بہتر ہے۔

☆

بس ایک

نامعلوم

اک نغمہ لمحے گرما سکتا ہے
اک گل خواب جگا سکتا ہے
اک شجر سے ہوتا ہے جنگلات کا آغاز
اک پرندہ دیتا ہے نوید موسم بہار
اک مسکان سے ہوتا ہے دوستی کا آغاز
اک مصافحہ روح کو گرما دیتا ہے
اک تارہ جہازوں کے لئے مشعل راہ ہوتا ہے
اک لفظ منزل کا خواب دکھا دیتا ہے
اک ووٹ قوم بدل دیتا ہے
اک چراغ کر دیتا ہے سارا گھر روشن
اک شمع تیرگی مٹا دیتی ہے

اک قہقہہ افسردگی بھگا دیتا ہے
اک قدم سے ہوتا ہے آغاز سفر
اک لفظ سے ہوتی ہے ہر دعا کی ابتدا
اک امید سے ملتا ہے روحوں کو فراز
اک لمس سے ہوتا ہے چاہت کا اظہار
اک آواز بتا سکتی ہے حکمت
اک دل سے عیاں ہو سکتی ہے حقیقت
اک زندگی لا سکتی ہے تبدیلی
دیکھو تم
اس سب کا انحصار ہے
تم پر۔
☆

دکھ کے سائے میں امید

کچھ لوگ اپنی حسیں آنکھوں
کی گہرائی میں
سارے دکھ چھپا لیتے ہیں
اور دل میں پنہاں سب آہوں کو
ہونٹوں کی مسکراہٹ تلے
بڑی سادگی سے دبا لیتے ہیں۔
ان کی مسکراہٹیں چاہے
آہوں میں بھی ڈھل جائیں
قہقہے ان کے چاہے چیخوں میں بدل جائیں
اور ان کے دن چاہے راتیں بن جائیں
اور خوشیاں ساری دکھوں میں بھی ڈھل جائیں۔
دل پہ ان کے چاہے کچھ بھی گزرے
آنکھوں میں اشکوں کو چھپا کے وہ
پھر بھی آگے بڑھ جاتے ہیں۔

اپنے تنہا دل میں پنہاں
امیدوں کے سہارے وہ
کئی منزلیں طے کر جاتے ہیں۔

☆

گر مجھ سے محبت ہے

شرمین جوئے لپاؤ

جب میں مر جاؤں تو
مت بھیجنا پھول تم مرے لئے
اور مت بہانا اشک بھی تم۔
اور نہ ہی یہ خواہش ہے میری
کہ لوگ قریب و دُور سے آئیں
کرنے الوداع مجھ کو۔
اگر تمہیں مجھ سے
اتنی ہی محبت ہے تو
پھر انتظار تمہیں کس بات کا ہے۔
آج ہی بھیجو پھول مجھے
اور آج ہی ملنے آؤ مجھ سے۔
میرے مرنے کا
مت کرو انتظار تم
کرنا ہے تو
آج ہی مجھ سے
کرو پیار تم۔

☆

یہی وقت ہے

بیتینہ وین ورنبرگ

زندگی مختصر ہے
قدر کرو اس کی
اہمیت دو اسے جس کی مستحق ہے یہ۔
خدا نے تمہیں ایک خاص مقصد کے لئے
دنیا میں بھیجا ہے۔
جینے کے لئے
محبت کے لئے
سیکھنے کے لئے
دنیا کو ضرورت ہے تمہاری
یقیں جانو
زندگی میں کچھ کام ایسے بھی ہیں
جو صرف تم ہی کر سکتے ہو۔
ہمارا کردار بہت اہمیت کا حامل ہے
اپنی شخصیت پر یقیں کرو
اور جو خوبیاں خدا نے تمہیں دی ہیں
ان کی قدر کرو۔
کسی اور کی زندگی جینے کی خواہش مت کرو
بلکہ اپنی زندگی جئو۔

اپنی خوبیوں کو پروان چڑھاؤ
کیونکہ وہ سب سے جدا اور منفرد ہیں۔
اپنا قیمتی وقت ضائع مت کرو
تنقید کو راہ کی رکاوٹ مت بناؤ
بلکہ اپنی بہتری کے لیے استعمال کرو۔
اپنے خوابوں کا تعاقب کرو
بے باک و نڈر بنو۔
مخالفت کو دلیری و جوان مردی سے مقابلہ کرو۔
خوابوں کی تعبیر کا وقت
اب اور ابھی ہے
وقت کبھی کسی کا انتظار نہیں کرتا
سو جو بھی کرنا ہے
آج ہی کرلو
کوئی بھروسہ نہیں ہے کل کا
بڑھاپے میں پچھتاوے سے بچنے کے لئے
زندگی میں جو بھی کرنا ہے
وہ آج ہی کرلو تم۔

☆

لگے رہو

مدر ٹریظہ

لوگ اکثر مطلب پرست، خود پرست
اور نا قابل بھروسہ ہوں گے
لیکن تم پھر بھی معاف کر دینا انہیں۔
ہوسکتا ہے تمہاری نرم دلی کو لوگ خود غرضی
اور کمزوری کا نام دیں۔
لیکن پھر بھی تم رحمدل ہی رہنا۔
اگر تم کامیاب و کامران ہو
تو مفاد پرست دوستوں
اور حاسد دشمنوں کی کوئی کمی نہ ہو گی۔
لیکن پھر بھی تم آگے بڑھتے رہنا۔
اگر تم ایماندار و دیانتدار ہو
تو ہوسکتا ہے لوگ تمہیں دھوکا دیں
لیکن تم پھر بھی ایمانداری ترک مت کرنا۔
جن خوابوں کی تعبیر میں تمہیں سالوں لگے
ہوسکتا ہے لوگ انہیں لمحوں میں ریزہ ریزہ کر دیں۔
لیکن تم پھر بھی ہمت مت ہارنا۔

ہوسکتا ہے لوگ تمہیں خوش وخرم دیکھ کر

تم سے حسد کریں

لیکن تم پھر بھی چہرے پہ مسکراہٹیں سجائے رکھنا

جو نیکیاں تم آج کر رہے ہو۔

ہوسکتا ہے لوگ انہیں کل بھول جائیں۔

لیکن پھر بھی تم نیکیاں کرتے رہنا۔

تم دنیا میں ہمیشہ اچھائی کرتے رہنا

چاہے دنیا اس کی قدر کرے یا نہ کرے۔

سچ تو یہ ہے

کہ اہمیّت اس بات کی نہیں ہے

کہ لوگ کیا سوچتے ہیں

اور ان کی نظر میں کیا اہم ہے

بلکہ یہ کہ

خدا کی نظر میں کیا اچھا

اور کیا اہم ہے۔

☆

محبت

باب مارلی

ہوسکتا ہے
تم اس کی پہلی
یا پھر آخری محبت نہ ہو۔
یہ بھی ہوسکتا ہے
کہ تم اس کی اکلوتی محبت نہ ہو۔
یہ بھی تو ہوسکتا ہے
تم سے پہلے بھی
اس نے محبت کی ہو کسی سے
یا اس کو اک بار پھر
محبت ہو جائے کسی سے۔
لیکن گر اس کو آج محبت ہے تم سے
تو پھر اور کیا چاہتے ہو تم۔
ہوسکتا ہے وہ کامل نہ ہو
لیکن تم بھی کامل کب ہو۔

ہوسکتا ہے تم دونوں مل کر بھی
نہ کامل بن پاؤ کبھی۔
لیکن گر وہ تمہارے ہونٹوں پہ ہنسی لاسکتی ہے
اور جینے کا گر تمہیں سکھلاسکتی ہے

اور انسانیت کا احساس تمہیں دلاسکتی ہے
اور اپنی خامیوں کے باوجود بھی تم سنگ
چلنے کا عہدوفا کرتی ہے۔
پھر تھام لو تم ہاتھ اس کا
اور جی بھر کے دو تم ساتھ اس کا۔
ہوسکتا ہے وہ ہر لمحہ
تمہارے بارے نہ سوچ سکے
لیکن پھر بھی
اپنے دل کا اک حصہ گر وہ تم کو دے دیتی ہے
یہ جانتے ہوئے بھی کہ
تم اس کو اک دن توڑ ڈالو گے
اپنے قدموں تلے اسے روند ڈالو گے۔
لیکن تم کچھ ایسا کرنا
کہ
اس کے دل کو توڑنا مت
ساتھ اس کا کبھی تم چھوڑنا مت

اپنا جو کچھ وہ تم کو دے
اس سے زیادہ کچھ مانگنا مت۔
مسکرادو
جب خوشیاں تم پر نثار کرے وہ
بے شک بتادو
جب تمہیں بے زار کرے وہ۔
لیکن اگر
اس سے ذرا سی بھی عقیدت ہے تم کو
تھوڑی سی بھی محبت ہے تم کو
تو زندگی میں اگر کبھی
وہ بچھڑ بھی جائے تم سے
اس کو سدا یاد تم رکھنا
اور اس کی حسیں یادوں کو
دل میں اپنے آباد تم رکھنا۔
☆

تھوڑی سی ہمدردی دے دو

جولی ہربرٹ

کھل اٹھتے ہیں چہرے
تھوڑی سی ہمدردی سے
تھوڑی سی ہمدردی فاصلوں کو خود میں سمو لیتی ہے۔
اپنی بلند پروازی سے یہ فضاؤں تک کو چھو لیتی ہے۔

تھوڑی سی امید جگا کر دیکھو
تھوڑی سی امید سے پژمردہ لوگ
تاروں کی طرح چمک اٹھتے ہیں۔
امید وہ حسیں احساس ہے
جس کے بنا ہم زندہ رہ نہیں سکتے ہیں

تھوڑی سی چاہت بانٹ کے دیکھو۔
روح کو یہ گرما دے گی
زندگی دلکش بنا کے کسی کی
اسے جینا بھی سکھلا دے گی۔

دل میں ایماں کے دیپ جلا کر دیکھو
تمہاری اک دعا سے ہی
کتنے رستے کھل جائیں گے
ایماں کی قوت سے دیکھنا
خدا سے قربت کے قرینے مل جائیں گے۔
☆

ہمت

تم مجھے لڑکھڑاتے ہوئے تو دیکھ سکتے ہو
لیکن کبھی گرتے ہوئے نہیں دیکھو گے۔
چاہے میں کتنی ہی کمزور وناتواں نہ ہو جاؤں۔
میں ہمیشہ اپنے پاؤں پر کھڑی رہوں گی۔
سب کہتے ہیں زندگی آساں ہے
لیکن حقیقت میں کب آساں ہے جینا
کٹھن وقت ہر کسی پر آتا ہے
اور ہر کوئی کبھی نہ کبھی لڑکھڑا جاتا ہے
اور حالات کے سامنے گھبرا جاتا ہے۔
لیکن میں دکھوں میں بھی
سدا مسکراتی ہی رہوں گی۔
ہر اک مشکل سے میں لڑتی رہوں گی سدا۔
میں جانتی ہوں
کہ موت ہے مقدر میرا
پھر بھی مرنے نہ دوں گی
میں جینے کی آرزو کبھی۔
گرچہ یہ اتنا آساں نہیں ہے
ہو سکتا ہے میں لڑکھڑا جاؤں اکثر
لیکن میں خود کو پھر بھی
گرنے نہ دوں گی کبھی۔

خواب

جان رینس

میں اکثر ایسی جگہ جاتا ہوں
جہاں بھید آشکارہ ہوتے ہیں
جہاں جذبے پرواں چڑھتے ہیں
وہ جگہ
کسی کی جہاں رسائی نہیں
سب کی گرفت سے کوسوں دور
اک تنہا سے گوشے میں
سب کی نظروں سے اوجھل۔

ان کے وہم وگماں سے دور
کرتے ہیں جو خوشیاں پامال۔
میں اس خفیہ گوشے میں
ہمیشہ تنہا ہی جاتا ہوں۔
کوئی مجھ کو ڈھونڈ نہ لے کہیں
اس لئے میں سب نقش ونشاں مٹا جاتا ہوں۔
اس خوف سے کہ
کہیں میرے بھید نہ جان لے کوئی
میرے وسوسے نہ پہچان لے کوئی

میری پشیمانیاں نہ دیکھ لے کوئی
دنیا کی سب چالوں اور خطروں سے دور کہیں۔
وہ گوشہ میرا ہے
اور بس میرا ہی ہے۔
وہ گوشہ
جس کو میں اپنا کہہ سکتا ہوں۔
"جس میں میں زندہ رہ سکتا ہوں"

اس گوشے میں گزرا ہر اک لمحہ
اک خزانہ ہے
میری اس سلطنت میں
سب کچھ ہی تو ممکن ہے۔
کیونکہ اپنی اس سلطنت کا
میں ہی اکیلا حاکم ہوں۔

اپنی اس طلسماتی دنیا کو
میں خوابوں کی دنیا کہتا ہوں
اور اس کی سحر انگیزی میں
کتنا خوش میں رہتا ہوں۔

تجسیم خواباں کا ارادہ کرلو

رابرٹ ملر

ذہن و دل اور روح کے دریچے کھولو
ذات الٰہی ،فرشتگاں واولیاء
انبیا اور متقیوں کو خوابوں میں بسالو۔
اپنی منفرد و یکتا ہستی سے
حسیں خوابوں کو جنم دے کر
کرہ ارض کو سجادو۔
گر کوئی اور نہیں ہے مقصد حیات تمہارا
تو تجسیم خواباں و محبت کو
اپنا شعار بناؤ۔
ان کی قوت سے اس دنیا کو گلزار بناؤ۔

مرتے کہاں ہیں خواب
اور خواب دیکھنے والے۔
گزر جائیں بھی گروہ اس جہاں سے
دیکھتے ہیں وہ تعبیر
اپنے خوابوں کی آسماں سے
نئے خواب دیکھنے والوں کی تجسیم کرو
حوصلہ افزائی و پزیرائی ان میں تقسیم کرو۔
پھر
دنیا میں حسین و جمیل خوابوں کا تسلسل
نسل در نسل رہے گا مسلسل۔
گر یہی رہا مقصد حیات ہمارا
جنت بنے گی یہ کائنات دوبارا۔

☆

نیا دن

ابمبولہ ٹی۔الابی

اس نئے دن کی میں ایماں سے ابتدا کرتی ہوں
آنے والے پل کی مجھ کو خبر نہیں
یہ سوچ کے میں اٹھتے ہی خدا سے التجا کرتی ہوں
کہ ہر راہ میں تو میرے ہمراہ رہنا۔
آنکھوں سے میری جو اوجھل ہیں-ان خطروں میں میرا محافظ رہنا۔
بھٹک نہ جاؤں میں کہیں اب تو ہی میرا راہنما رہنا۔
جن راہوں پہ آج چلنا ہے مجھ کو-ان میں سے سیدھی راہ دکھلا دے۔
اپنا فضل تو بخش کے مجھ کو
اپنی رضا پہ چلنا سکھلا دے۔
کب چلنا اور کب رکنا ہے
یہ بھی مجھ کو تو بتلا دے۔
اے خدایا مجھ کو یہ سکھلا کہ کیسے تجھے میں پیار کروں
کیسے ہر اک بات میں تجھ پہ ہی انحصار کروں۔
اور کیسے تیری محبت کا میں ہر انساں سے پرچار کروں۔
پھر شب کو مجھے بحفاظت لوٹا دے۔
اور اپنی حمد و ثنا کا مجھ کو تو سلیقہ سکھلا دے۔
آمین۔

ہر لمحہ قیمتی لمحہ ہے

ہر لمحے میں جینا سیکھو
دل و جاں سے ہر لمحے کے ہو جاؤ
سوا اس کے کچھ اور نظر نہ آئے- ہر لمحے میں کچھ یوں کھو جاؤ۔
مت ذہن کو اپنے بھٹکنے دو
آنے والے لمحے کی سوچوں میں
اس لمحے کو یوں امر کرو- جھول کے اس کی بانہوں میں۔
آنے والے کل کی فکر میں
ان لمحوں کو مت ضائع کرنا
ورنہ آج کے یہ حسین لمحے
ان دیکھے کل کی نظر ہو جائیں گے۔

اس وقت تمہارے سنگ ہے جو
جی بھر کے اس سے پیار کرو۔
جو ان کہی باتیں ہیں دل میں
کھل کے ان کا اظہار کرو۔
اتنا ہنسو کہ آنکھوں سے آنسو بہنے لگیں۔
یوں جیو ہر لمحے کو
ہر لمحہ یہ کہنے لگے کہ۔ "مجھے محبت ہے تم سے"

اک اک پل پر غور کرو
کہ اس میں ہیں درس کئی
ہر لمحے کی قدر کرو
کہ اس میں پنہاں ہیں برس کئی۔

بس اک لمحہ لگتا ہے
قسمت کے بدلنے میں
بس اک لمحہ ہی لگتا ہے
زندگی کے سنورنے میں

لمحہ بھر میں۔ دوست نئے بن جاتے ہیں
لمحہ بھر میں۔ لوگ اک دوجے کے بن جاتے ہیں۔
ہر لمحہ بنتا ہے پہچان ہماری
زندگی نام نہیں ہے بس لینے کا
زندگی نام ہے دنیا کو کچھ دینے کا۔
ہر پل کو کیسے جینا ہے۔ یہ فیصلہ تمہارے ہاتھ میں ہے
چاہو تو اک پل میں تم۔ بہت کچھ پا سکتے ہو۔

گر نہ چاہو تو اک پل میں تم
بہت کچھ گنوا سکتے ہو۔

☆

عربی کہاوت

وہ جو بہت کچھ جانتا ہے
اور یہ جانتا ہے کہ وہ جانتا ہے
وہ نہایت عقل مند ہے۔
اس کی تقلید کرو
وہ جو بہت کچھ جانتا ہے
کہ نہیں جانتا کہ وہ جانتا ہے۔
وہ محوِخواب ہے
اسے جگاؤ
وہ جو کچھ نہیں جانتا
اور یہ بھی نہیں جانتا کہ وہ نہیں جانتا
وہ کم عقل ہے
اس سے کنارہ کرو۔
وہ جو نہیں جانتا
اور یہ جانتا ہے کہ وہ نہیں جانتا
وہ بچے کی مانند ہے
اسے سکھاؤ۔

☆

کیا تم حقدار ہو کل کے؟

ایڈگر گیسٹ

کیا کسی کا درد بانٹا ہے تم نے
کیا کسی کے دل میں گھر کیا ہے آج
لمحہ لمحہ ڈھل رہا ہے دن
کیا کسی کے دل پہ
کچھ نقش کیا ہے آج۔

کیا کسی کے دل کو چھوا ہے تم نے آج
یا پھر جان چھڑا کر بھاگ گئے ہو
کیا کسی کا ہاتھ بٹایا ہے تم نے آج
یا پھر نظر بچا کر بھاگ گئے ہو۔

کیا آج کی شب تم خود سے یہ کہہ سکو گے
کہ میں نے آج ایسا کام کیا ہے
اک جینے سے بیزار دل کو زندگی کا پیغام دیا ہے
اور اک تشنہ روح کی بجھائی ہے پیاس۔

آج شب جب بستر پر تم لیٹو گے
کیا خود سے یہ کہہ پاؤ گے
کہ میرا یہ آج کا دن بے کار نہیں تھا
بے مقصد و بیزار نہیں تھا
میں نے آج اک کام کیا ہے
اک پژمردہ روح کو زندگی کا پیغام دیا ہے۔

اگر ایسا ہے تو
ضرور خدا تم سے آج کی شب کہے گا
"میں تمہارے "آج" سے خوش ہو کر
ایک اور" کل"
تمہارے نام کرتا ہوں"۔
☆

خاموشی جب بھی بولتی ہے

بولامی لوال

خاموشی جب بولتی ہے
سناتی ہے داستاں اک
درد کی
تنہائی کی
کرب کی، جدائی کی
ٹوٹے ہوئے وعدوں کی
بکھرے ہوئے خوابوں کی
کمخواب راتوں کی
دکھتی ہوئی آنکھوں کی۔

خاموشی جب بھی بولتی ہے
کچھ ایسی اس کی صدا ہوتی ہے
جو روح کو بھی ہلا دیتی ہے۔

خاموشی جب بھی بولتی ہے
سناتی ہے داستاں اک
غمگیں دلوں کی
شکستہ روحوں کی
ان بے شمار خواہشوں کی
جو پوری نہ ہوسکیں

خاموشی جب بھی بولتی ہے
سناتی ہے داستاں
نفرت وانتقام کی
جبر وظلم کے انجام کی

خاموشی جب بھی بولتی ہے
کچھ ایسی اس کی صدا ہوتی ہے
جو روح کو دہلا دیتی ہے
اور صبر وضبط کی
سب دیواریں گرا دیتی ہے۔

☆

خواب

لینگسٹن ہیوز

زندہ رکھنا خوابوں کو
خواب اگر مر جائیں تو
زندگی اس پرندے سی جاتی ہے
جو فضا کی لذت بھول چکا ہو
جس کے پر کسی نے کاٹ دیئے ہوں
اور وہ اڑنے کا فن بھول چکا ہو۔

زندہ رکھنا خوابوں کو
خواب اگر مر جائیں تو
آنکھیں بنجر ہو جاتی ہے
دشت و صحرا کی مانند
پیاسی رہ جاتی ہیں۔
اس لئے مت مرنے دینا خوابوں کو
تم ہر حال میں
زندہ رکھنا خوابوں کو۔

☆

میں خواب دیکھتا ہوں

میں خواب دیکھتا ہوں
اک ایسے جہاں کا
نفرت وعداوت نہ ہو جہاں

ہر سو محبت کی ہوں بارشیں
اور دھرتی سے پھوٹیں
امن کی کونپلیں
مل جل کر سب ہی رہیں سدا
ہر کسی کے دل میں ہو خوف خدا۔

میں خواب دیکھتا ہوں
اک ایسے جہاں کا
جہاں کوئی لالچ وخودغرضی نہ ہو
جہاں کسی کی حق تلفی نہ ہو
جہاں کوئی بھی نہ ہو تباہ وبرباد
جہاں ہر روح حرص وہوس سے ہو ازاد

میں خواب دیکھتا ہوں
اک ایسے جہاں کا
جہاں کوئی سفید و سیاہ نہ ہو
ذات پات کا سلسلہ نہ ہو
جہاں ہر کوئی
سب سے پیار کرے
جہاں ہر کوئی ڈال کے ہاتھوں میں ہاتھ
اس دھرتی کو گلزار کرے
جہاں روشن سب ہی گلیاں ہوں
ہر سو مہکتی کلیاں ہوں
ہر سو خوشیاں ہی خوشیاں ہوں
ایسے اک جہاں کا
اکثر خواب میں دیکھتا ہوں۔

☆

اعترافِ محبت

مقدس آگسٹین آف ہپو

اے حسنِ اول و آخر
اے منبع عشق و محبت
مجھے کیوں اتنی دیر لگی
تجھ کو اپنا بنانے میں
محبت تیری اپنانے میں۔

تو مکیں تھا میرے دل میں سدا
اور میں تجھ سے تھا غافل
تو مجھ میں تھا اور میں تجھ کو
ڈھونڈ رہا تھا اور کہیں
دلفریب اور فانی چیزوں میں
وجود ہے جن کا بس تجھ سے ہے
اور تیرے بن جو
کچھ بھی نہیں.

تو مجھ میں تھا
اور میں تجھ سے تھا ناواقف
میں گم تھا دنیاوی چمک دمک میں
جو چمک دمک بس تجھ سے تھی
اور تجھ بن یہ سب کچھ نہیں تھی۔

پھر تو نے مجھے پکارا یوں
میری آنکھوں سے پردہ اتارا یوں
میری روح کی آنکھیں کھل گئیں
تیرے نور سے سب اندھیروں کی
پرچھائیاں سب ہی دھل گئیں۔

تیری خوشبو میرے بدن میں
پھیلی یوں
کہ میری ہر اک سانس سے
تیری ہی مہک آنے لگی
برسوں سے میری پیاسی روح
تیرے ہی گن گانے لگی۔

جب سے تو ملا ہے مجھ کو
تجھے پانے کی ہی آس لگی ہے
میرے تن من میں اب اے خدا
تیری ہی پیاس جگی ہے۔

تیرے اک لمس سے
میرے دل کو عجب قرار ملا ہے
تیری قربت میں اے میرے خدا
روح کو میری نکھار ملا ہے۔

☆

ماں: اک چلتا پھرتا معجزہ

جوآنہ فکس

ماں
میں جب بھی تجھ کو دیکھتی ہوں
تو چلتا پھرتا معجزہ لگتی ہے مجھے
محبت و وفا کا منبع لگتی ہے مجھے
میرے ہر اک زخم پہ سدا
پیار کا مرہم رکھا ہے تو نے
زندگی کے ہر اک موڑ پہ
مجھ کو ٹوٹ کے چاہا ہے تو نے۔

میں یہ سوچ کے اکثر
دل ہی دل میں خوش ہوتی ہوں
کہ کتنی خوش قسمت ہوں میں
کہ تو میری ماں ہے اور
میں تیری بیٹی ہوں.

میرے جنم سے لے کر اب تک
قدم قدم تو نے میری حفاظت کی ہے
زندگی کے ہر اک موڑ پہ ہر پل
تو میری طاقت بنی ہے۔

اپنی خوشیاں قرباں کر کے
تو نے وہ سب ہی دیا ہے مجھ کو
جس کی میں نے خواہش کی ہے۔

میری پہلی معلم تو ہے
میری غم خوار، میری ہمدم تو ہے
تو میرا حوصلہ، میری ہر خوشی ہے
تو میرا سکوں، میری زندگی ہے۔

میں یہ سوچ کے
اکثر شرمندہ ہو جاتی ہوں
کہ بار ہا میں نے تیری قدر نہ کی
تیری اس بے لوث محبت پہ
کیوں میں نے کبھی نظر نہ کی۔

لیکن اب میں یہ وعدہ کرتی ہوں
کہ اب ایسا ہرگز نہ ہوگا
اب میرا دل تجھ سے
پھر کبھی خفا نہ ہوگا۔

ماں

اب مجھے یہ احساس ہوا ہے
کہ میں جو کچھ بھی ہوں آج
سب تیری محبت کا کرشمہ ہے۔

میں جب بھی تیرے بارے سوچتی ہوں
تو دل ہی دل میں کہہ اٹھتی ہوں
اک چلتا پھرتا معجزہ ہے تو۔

☆

ایمان

جب چراغوں میں روشنی نہ رہے
اور تم تاریکی کی اتھاہ گہرائیوں میں
اپنا پہلا قدم رکھو۔
تو اتنا یقین رکھو
کہ بس دو باتیں ہی ہو سکتی ہیں۔
یا تو
قدموں کو ملے گا استحکام
یا پھر تمہیں اڑنے کو ملیں گے پر۔
☆

بھنور

فلورز جوزفین زوالا

کبھی کبھی
یوں لگتا ہے مجھ کو
جیسے میں دکھوں کے دریا میں بہتے بہتے
سمندر کی اتھاہ گہرائیوں میں گر کر
ریزہ ریزہ بکھر گئی ہوں۔

کبھی کبھی یوں لگتا ہے جیسے
خدا نے مجھ کو چھوڑ دیا ہے
مجھ سے اپنا منہ موڑ لیا ہے۔

لیکن پھر میں یہ سوچتی ہوں کہ
خدا نے مجھ سے یہ تو نہیں کہا تھا
کہ زندگی میں کوئی غم نہ ہوگا
کوئی رنج والم نہ ہوگا۔

اس نے تو یہ کہا تھا مجھ سے
کہ میں تجھ کو تنہا نہ چھوڑوں گا
تجھ سے کبھی میں اپنا منہ نہ موڑوں گا۔

اب مجھ کو یہ احساس ہوا ہے
کہ خدا کی محبت
سمندر کی گہرائیوں سے بھی گہری ہے۔
یہ غم اور دکھ کی لہریں کہاں مجھ کو ڈبو سکتی ہیں۔

اب میں یہ جان گئی ہوں
دل و جاں سے یہ مان گئی ہوں
کہ میرے ہر اک دکھ کا ہی علاج ہے بس تیرے پاس
تو کل بھی تھا ساتھ میرے
آج بھی ہے تو میرے ساتھ
اب جب بھی مجھ کو یوں لگتا ہے
کہ میں بکھر رہی ہوں
تو میں خود سے بس اتنا کہتی ہوں
کہ جب تک ساتھ میرے ہے میرا خدا
مجھ کو خوف نہیں کسی بھی دشمن کا۔

☆

رازِ سرفرازی

ہنری واڈز ورتھ لونگ فیلو

عظیم ہستیوں کی سرفرازی
اوراس مقام پر برقراری
کسی حادثے کا نتیجہ نہیں۔
بلکہ اس کا راز اس بات میں پنہاں ہے۔
کہ جب ان کے ساتھی نیند کے مزے لوٹ رہے تھے۔
تو وہ راتوں کی تیرگی میں
بلندیوں کی راہ پر گامزن تھے۔

☆

اسپتال

کرونا کے ایام میں لکھے گئے "پوپ فرانسس کے افکار"

روح کی گہرائیوں سے اٹھتی
جتنی سچی دعائیں ہسپتالوں کی دیواروں نے سنی ہیں۔
ان سے بہتر دعائیں کہیں اور نہیں ملتیں۔

ہسپتالوں کی دیواروں یں جو دعائیں سنتی ہیں
ایسی دعائیں عبادت گاہوں میں بھی
کم ہی سنائی دیتی ہیں۔

ان دیواروں نے ایسے روح پرور بوسے دیکھے ہیں
جو ائیر پورٹ پر بھی کم ہی نظر آتے ہیں۔

ہسپتالوں میں اکثر
رنگ، نسل، ذات پات کی دیواریں گر جاتی ہیں۔

ہسپتالوں میں ہمیں ڈاکٹر انسانیت کے دشمنوں کی جان
بچاتے نظر آتے ہیں۔

یہ ہسپتال ہی ہیں جہاں ہمیں عالم فاضل ڈاکٹر
گداگروں کی زندگی بچاتے نظر آتے ہیں۔

یہ ہسپتال ہی ہیں
جہاں ایک نسل پرست اپنے دشمن کے زخموں پر مرحم رکھتے نظر آتے ہیں۔
اور قانون کا محافظ اور مجرم ایک ہی وارڈ میں
زیرِعلاج نظر آتے ہیں۔
اور ایک دولت مند شخص
ایک غریب شخص سے گردے کا متمنی نظر آتا ہے۔

ہسپتال اس حقیقت کی طرف اشارہ کرتے ہیں
کہ جدا جدا۔۔۔ اپنی اپنی ذات میں قید۔
اپنی اپنی دنیا میں گم ہم کچھ بھی نہیں۔

انسانیت کی عظمت، معراج اور ظرف کا اندازہ
دراصل دکھ، اذیت اور مشکل حالات میں ہی ہوتا ہے۔

ہسپتال میں انسان کے سبھی نقاب اتر جاتے ہیں
اور زندگی کی اصلیت کھل کر سامنے آتی ہے۔
اور یہ احساس ہوتا ہے
کہ یہ زندگی کتنی بے ثبات ہے۔

پلک جھپکتے ہی سب کچھ بدل جاتا ہے۔
اورسب خواب اور خواہشیں ملیامیٹ ہوجاتی ہیں۔

لہذا
دوسروں کواذیت مت دو۔ان کا جینا اجیرن مت کرو۔
اپنی ہی ذات سے متنفر مت ہو۔
تمہارا رنگ، نسل اور ذات جو بھی ہے۔۔۔اس کو تسلیم کرو۔
اور دوسروں کے رنگ، نسل۔ذات کی تعظیم کرو۔
اپنی ذات سے پیار کرو۔

زندگی کو شکووں اور شکایتوں میں ضائع مت کرو۔
تفکرات میں چھوٹی چھوٹی خوشیوں سے لطف اندوز ہونا سیکھو۔
اپنے پیاروں سے پیار کرو۔

غیر ضروری کاموں اور معاملات پر
ساری توانائیاں صرف مت کرو۔
مال و دولت کی خواہش میں زندگی کے قیمتی لمحے ضائع مت کرو۔
کیونکہ بالآخر ہمیں خالی ہاتھ ہی لوٹنا ہے۔
اپنے عزیزوں کو وقت دو۔
جو کچھ بھی پاس ہے تمہارے
اس کی قدر کرو۔خدا کا شکر کرو۔

نئے جوتے، نئے کپڑے، نئے برتن، نئے تحفے،
نیا پرفیوم کل کے لئے سنبھال کے رکھنے کا کیا فائدہ۔
زندگی کا کیا بھروسہ ہے۔
کل کس نے دیکھا ہے۔کل ہو نہ ہو۔۔کس کو خبر ہے۔
آج ہی یہ سب استعمال کرو۔

اپنے لئے اور اپنوں کے لئے وقت نکالو۔
آج ہی معافی مانگو اپنی تقصیروں کی۔
آج ہی کرلو توبہ گناہوں سے۔
آج ہی کر دو معاف اوروں کو۔

زندگی جیسی بھی ہے ۔ اس کو جینا سیکھو۔
اپنی ذات سے پیار کرو۔ دوسروں سے پیار کا اظہار کرو۔

اپنا رستہ خود تراشو۔دوسروں جیسا بننے کی کوشش
اور سدا ان کی پیروی کی کوشش مت کرو۔

جتنا پیار کر سکتے ہو کرو
جتنا معاف کر سکتے ہو کرو۔
جتنا جی بھر کے جی سکتے ہو جیو۔
اور باقی سب خدا کی ذات پر چھوڑ دو۔

☆

نقاب

برائینا ایم

میری مسکراہٹ
میرے آنسو چھپا لیتی ہے
اور قہقہے میری چیخوں کو۔

کچھ سالوں سے یہی سلسلہ ہے
جو آتا ہے نظر
اصل میں وہ اک دھوکا ہے۔

یوں تو میں
خوش نظر آتی ہوں سدا
اور ہر رنج وغم سے ماورا
لیکن تم کو خبر ہے کیا؟
بہت سی باتیں ایسی ہیں
جو دل میں ہی رہ جاتی ہیں۔
کوئی ذات میری کو جانتا کب ہے۔
کوئی اندر میرے جھانکتا کب ہے۔

کاش میں خوف کی
سب دیواریں گرا سکتی
دل کے راز سبھی میں بتا سکتی۔

لیکن بس میں
آئینے کے سامنے مسکرا لیتی ہوں۔
سب دکھ اپنے ہنسی میں اڑا دیتی ہوں۔

مجھ کو معلوم ہے۔
یوں دیکھ کر مجھ کو
سب یہی کہیں گے۔
کیوں پریشاں ہو۔؟
اداس ہو کیوں؟
بہتر ہے اپنا علاج کراؤ۔
بس
اسی لئے میں نے ذات پہ اپنی
اوڑھ رکھا ہے اک نقاب۔
☆

تیقّن : (معنی: یقیں کرنا، بھروسا رکھنا)۔

بی۔ جے۔ موربٹزر

تیقّن میں پنہاں ہیں
رازِ نمودِ سحر
تیقّن سے ہی ممکن ہے
معجزوں کی لہر

تیقّن سے ہی
ہوتے ہیں خواب امر۔
تیقّن سے ہوتا ہے دیدارِ فرشتگاں
تیقّن سے ہوتے ہیں آشکار رازِ آسماں.

تیقن سے ہی ہوتا ہے وافہم وگماں
تیقّن سے ملتی ہے آگہی دل کو.

تیقن سے کُھلتے ہیں راز بچوں کی معصومیت کے
تیقن سے ہوتا ہے اِدراک چاہتوں کا
تیقن ہی سکھاتا ہے قرینے محبتوں کے۔

تیقّن سے ملتی ہے قوتِ ارادی
تیقّن سے رہتے ہیں جواں حوصلے
تیقّن سے ہی ہم بڑھتے ہیں جانب منزلوں کی۔

تیقّن سے ہوتا ہے یہ احساس ہم کو
کہ زِندگی ہے نعمت خدا کی
اِس کی قدر کرنا فرض ہے ہمارا۔

تیقّن سے ہوتا ہے یہ گماں
کہ چار سو ہمارے بکھری پڑی ہیں اندیکھی خوشیاں۔
تیقّن ہمیں سکھاتا ہے یہ
کہ ہماری امیدوں کی تکمیل
اور خوابوں کی تعبیر
ہے دسترس میں ہمارے۔
لیکن یہ سب ممکن تبھی ہے
جب دل ہمارے
شکوک وشبہات کی جگہ
تیقن بھرا ہو۔

☆

میں ذرا سا جھک جاتی ہوں
یوں ٹوٹنے سے میں بچ جاتی ہوں

آئی بین سیلینہ اوڈوم

میں ذرا سا جھک جاتی ہوں
یوں ٹوٹنے سے بچ جاتی ہوں۔
دیکھ کر مشکل راہوں کو
گرچہ میں گھبرا جاتی ہوں
لیکن ان کی سنگینی سے
اب میں ڈرتی اور لرزتی کب ہوں۔

خستہ حال سہی
پھر بھی کمزور نہیں ہوں میں
دکھوں میں محصور سہی
پھر بھی چکنہ چور نہیں ہوں میں
ہس۔ ہا جاتی ہوں اکثر
لیکن میں ناکام نہیں ہوں۔
لڑکھڑا جاتی ہوں میں
لیکن جلد سنبھل جاتی ہوں۔

مانا زندگی ہے بکھری بکھری سی
لیکن میں پھر اسے تعمیر کروں گی۔
اپنے سارے ٹوٹے خوابوں کی
پھر سے میں تعبیر کروں گی۔

اور
جب جب مجھ کو یوں لگے گا
کہ اب ٹوٹنے والی ہوں میں
اور ذرا سا جھک جاؤں گی۔
اور یوں ٹوٹنے سے میں بچ جاؤں گی۔

☆

اگر۔۔۔

ڈائین لومز

اگر مجھے اپنے بچے کی پرورش کا دوبارہ موقع ملے
تو میں اس میں پہلے خود اعتمادی پیدا کروں گی
اور بعد میں اس کے لئے گھر تعمیر کروں گی۔
میں اپنی انگلیاں اس پر اٹھانے کی بجائے
اس کے ساتھ مل کر تصویریں بنانے کے لئے ۔ استعمال کروں گی۔
میں تنقید سے زیادہ پیار و محبت پر زور دوں گی۔
میں اپنی انکھیں گھڑی پر جمانے کی بجائے
انہیں اس کی دیکھ بال پر مرکوز رکھوں گی۔
میں اس کے ساتھ گھوموں پھروں گی
اور اس کے ساتھ کے ساتھ کھیل کود میں شریک ہوں گی۔
میں مجبوراً اس کے ساتھ کھیلنے کی بجائے
بخوشی اس کی قربت میں وقت گزاروں گی۔
میں زیادہ وقت اس کے ساتھ باغوں اور میدانوں میں چہل پہل اور چاند تاروں کی روشنی
میں گزاروں گی۔
میں جھڑکنے سے زیادہ اسے محبت سے گلے لگاؤں گی۔
اور حوصلہ شکنی سے کہیں زیادہ ۔ اس کی حوصلہ افزائی کروں گی۔
میں اسے دولت سے محبت کی بجائے
کہیں زیادہ محبت کی دولت کی اہمیت کا درس دوں گی۔

☆

تم مجھے کبھی گرتے نہیں دیکھو گے۔

تم مجھے لڑکھڑاتے ہوئے تو دیکھ سکتے ہو
لیکن کبھی گرتے ہوئے نہیں دیکھو گے۔
چاہے میں کتنی ہی کمزور و ناتواں نہ ہو جاؤں۔
میں ہمیشہ اپنے پاؤں پر کھڑی رہوں گی۔
سب کہتے ہیں زندگی آساں ہے
لیکن حقیقت میں کب آساں ہے جینا
کٹھن وقت ہر کسی پر آتا ہے
اور ہر کوئی کبھی نہ کبھی لڑکھڑاجاتا ہے
اور حالات کے سامنے گھبرا جاتا ہے۔
لیکن
میں دکھوں میں بھی سدا مسکراتی ہی رہوں گی۔
ہر اک مشکل سے میں لڑتی رہوں گی سدا۔
میں جانتی ہوں ۔کہ موت ہے مقدر میرا
پھر بھی مرنے نہ دوں گی۔ میں جینے کی آرزو کبھی۔
گرچہ یہ اتنا آساں نہیں ہے
ہوسکتا ہے میں لڑکھڑا جاؤں اکثر
لیکن میں خود کو پھر بھی
گرنے نہ دوں گی کبھی۔

☆

ایک کامیاب
اور ناکام شخص کے درمیان
فرق جسمانی طاقت وقوت
اور علم وفہم میں کمی بیشی کا نہیں
بلکہ قوت ارادی کا
ہونا یا نہ ہونا ہے۔

☆

یونس فرانس

یونس فرانس پنجاب کے تاریخی مسیحی گاؤں مریم آباد (ضلع شیخوپورہ) میں پیدا ہوئے ۔ ابتدائی تعلیم سینٹ فرانس سکول مریم آباد سے حاصل کی۔ میٹرک کے بعد کاہنانہ تعلیم وتربیت کے لئے مشنری سوسائٹی آف سینٹ پال (MSSP) میں شمولیت اختیار کی۔ روحانیت، فلسفہ اور علم الہیات کی تعلیم کی تکمیل کے بعد 1995 میں کہانت کے لیے مخصوص کیے گئے۔

مذہبی تعلیم کے علاوہ پنجاب یونیورسٹی سے فلسفہ میں گریجویشن کی ڈگری حاصل کی۔

1999 سے 2001 تک مالٹا میں قیام کیا ۔ اور 2001 میں لندن منتقل ہو گئے ۔ یہاں سیکنڈری سکول اور بائبل کالج میں پڑھانے کے ساتھ ساتھ 2005 میں کینٹ یونیورسٹی سے منسٹری اور علم الہیات میں گریجویشن کی ڈگری حاصل کی۔

2005 میں چرچ آف انگلینڈ میں کاہنانہ خدمت کا آغاز کیا۔ 2017 میں کاہنانہ خدمت کے اعتراف میں ڈایوسس آف سدرک (Diocese of Southwark)، لندن کتھڈرل کا اعزازی کینن Canon مقرر کیا گیا۔

آج کل سینٹ جان پیرس، کرویڈن، لندن میں ریکٹر کی حیثیت سے خدمات سرانجام دے رہے ہیں۔

آپ کی ترجمہ وتلخیص پر مبنی کتاب کشف دی پیرو سوانحِ عمری 2018 میں شائع ہوئی۔ اس کے علاوہ متعدد مسیحی گیت اور غزلیات ویڈیو اور آڈیو کی صورت میں منظرعام پر آچکے ہیں۔

☆☆☆