

بہبودِ آبادی

سید اویس حیدر

(جملہ حقوق بحق ناشر محفوظ ہیں)

اول	ایڈیشن
اول	اشاعت
500	تعداد و اشاعت
روپے	قیمت
نازکو آرٹ پرنٹرز، راولپنڈی، فون: 553634	طبع
علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد	ناشر
کامن ویلتھ آف لرننگ	تعاون
اعجاز احمد	تصاویر
تمکنت نیازی	رابطہ کار

فہرست مضامین

آبادی
ملکی ترقی میں آبادی کا کردار
صحت
پاکستان میں عورت کا مقام
پاپولیشن پلاننگ

پیش لفظ

ابتدائیہ

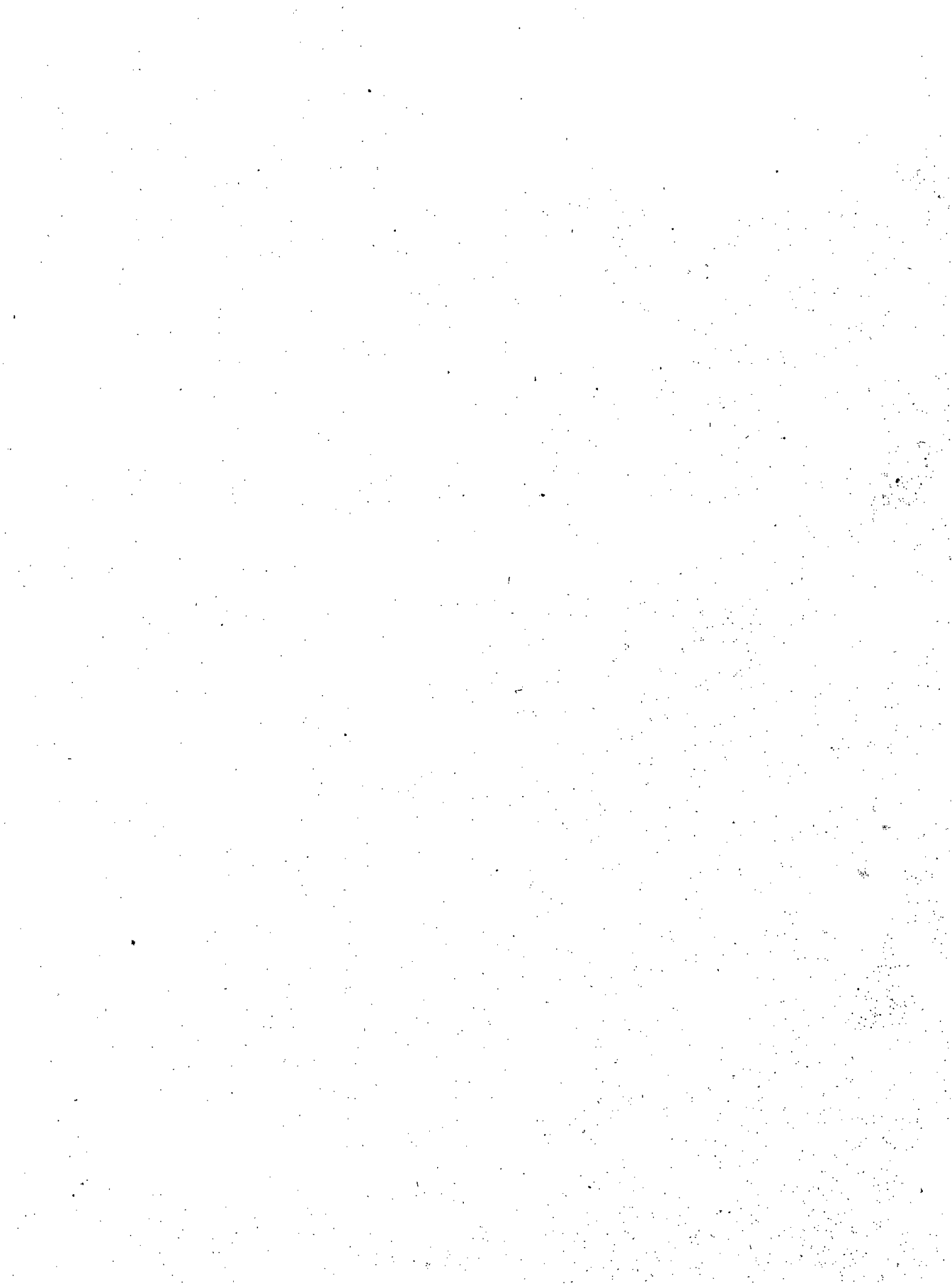
باب اول

باب دوئم

باب سوئم

باب چہارم

باب پنجم



حرف آغاز

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی کی بیس سالہ تقریبات کے سلسلے میں ہم یونیورسٹی کے کلیہ تعلیم عامہ کی طرف سے مفاد عامہ کے مختلف موضوعات پر آٹھ مختصر کتابوں کا سیٹ قارئین کی خدمت میں پیش کر رہے ہیں۔ کتابوں کے موضوعات ہیں:-

- | | |
|--------------------|-----------------------------------|
| 1- بچے کی نگہداشت | 5- بہبود آبادی |
| 2- غذا اور غذائیت | 6- موٹر کار کی دیکھ بھال اور مرمت |
| 3- کمپیوٹر سے ملنے | 7- مرغبانی |
| 4- انگریزی بول چال | 8- سبزیاں اگانیں |

انگریزی بول چال اور موٹر کار کی دیکھ بھال اور مرمت کے علاوہ تمام کورسز اردو میں پیش کئے جا رہے ہیں۔ مقصد یہ ہے کہ ہماری بات سادہ زبان میں اور آسان وسیلے سے عوام تک پہنچ جائے۔

ہمارے اس منصوبے کا آغاز 1988ء کے شروع میں ہوا تھا جب مندرجہ بالا موضوعات سمیت کل پندرہ کورسز کی قومی پریس میں اشاعت کا اہتمام کیا گیا تھا۔ کم و بیش تین برس تک روزنامہ 'مشرق'، روزنامہ 'امروز'، روزنامہ 'پاکستان ٹائمز'، ہفت روزہ اخبار خواتین اور ہفت روزہ حرمت میں ہمارے یہ کورسز قسط وار شائع ہوتے رہے۔ یونیورسٹی کے اپنے تدریسی اسٹاف نے یہ کورسز تیار کئے تھے اور اس زمانے میں یونیورسٹی کے ادارہ توسیع و خصوصی منصوبہ جات نے پروجیکٹ رابطہ کار کا کردار ادا کرتے ہوئے ان کورسز کی اشاعت کا اہتمام کیا تھا۔

ہم انتہائی خوشی کے ساتھ یہ عرض کرتے ہیں کہ قارئین نے فراخ دلی سے ہمارے ان کورسز کو پذیرائی بخشی، ہماری کوششوں کو سراہا، ہمیں اچھے مشورے دیئے، ہمیں یہ مفید سلسلہ جاری رکھنے کو کہا اور اصرار کیا کہ ہم انہیں کتابی شکل میں شائع کر دیں۔ اس سے ہمارے حوصلے کو بڑھاوا ملا۔

اب دولت مشترکہ کے ذیلی ادارے کامن ویلتھ آف لرننگ (Common wealth of learning) کے مالی تعاون سے ہم ان آٹھ کورسز کو کتابی صورت دینے کے قابل ہوئے ہیں جس کے لیے ہم اس عالمی ادارے کے شکر گزار ہیں۔

تیزی سے بدلتی ہوئی اس دنیا میں آٹھ دس برسوں میں بہت کچھ تبدیل ہو چکا ہے۔ کمپیوٹر ٹیکنالوجی میں حیرت انگیز

انقلاب آفریں اور تیز رفتار تبدیلیاں رونما ہو رہی ہیں۔ لہذا ان کتابوں کو وقت کے تقاضوں کے مطابق تیار کرنا ضروری تھا۔ ہم نے تمام کورسز کو نظر ثانی کر کے انہیں ضروری ترمیم و اصلاح کے ساتھ شائع کیا ہے۔

ان چھوٹی چھوٹی کتابوں کی اشاعت کو ہم کوئی ایسا بڑا کارنامہ نہیں سمجھتے۔ البتہ ہمیں خوشی ہے کہ ہم نے عمدہ حاضر کے بعض اہم ترین موضوعات پر عام لوگوں کی زبان میں بات کر کے اور ابلاغ کے آسان وسیلے برت کر ایک اچھی روایت کا آغاز کیا ہے۔ ہمیں اعتماد ہے کہ ہم سے کہیں بہتر کام کرنے والے لوگ آگے آئیں گے اور اس اچھی روایت کو فروغ دیں گے۔ ہم سمجھتے ہیں کہ اگر ہمیں وقار کے ساتھ اکیسویں صدی میں داخل ہونا ہے تو علم و آگہی کو کتب خانوں کے شیفتوں اور مراعات یافتہ لوگوں کے مطالعے کے کمروں سے نکال کر عوام میں منتقل کرنا ہوگا۔ مجھے یہ کہتے ہوئے کس قدر فخر محسوس ہوتا ہے کہ ہمارے اس کام سے حکومت کے سوشل ایکشن پروگرام کو آگے بڑھانے میں بھی مدد ملے گی۔

ہمارے اس کام میں بہت سے لوگوں کا اشتراک عمل شامل ہے۔ سب سے پہلے تو مجھے کورسز کے مصنفین سز شگفتہ ابرار، ڈاکٹر قدسیہ رفعت، ڈاکٹر ارشد محمود، مس فرزانہ عرسانی، سید اولیس حیدر، سید احمد زیدی، ڈاکٹر فضل محمد اور ڈاکٹر سید عطاء اللہ شیرازی کا شکریہ ادا کرنا ہے کہ انہوں نے ہماری گزارش پر بڑی مختصر مدت میں کورسز پر نظر ثانی اور ترمیم و اصلاح کا کام مکمل کر دیا۔ کورسز کی رابطہ کار مس تمکنت نیازی نے جس محنت اور لگن کے ساتھ اس کام کو تکمیل تک پہنچایا اس کیلئے بے اختیار داد دینے کو جی چاہتا ہے۔ جناب اعجاز احمد اور سز ناصرہ عقیل کو آٹھوں کورس کی تصاویر تیار کرنے کے لیے شب و روز محنت کرنا پڑی جس کے لیے میں ان کی بے حد ممنون ہوں۔ میں ڈاکٹر ایم صدیق خان شبلی اور جناب حامد علی ہاشمی کیلئے بھی سپاس گزار ہوں کہ انہوں نے ان کورسز کی تدوین کر کے انہیں قابل اشاعت بنایا۔ آخر میں مجھے رئیس دانش گاہ پروفیسر جاوید اقبال سید کا بطور خاص شکریہ ادا کرنا ہے کہ ان کی سرپرستی کے بغیر اس کام کی تکمیل ممکن نہ تھی۔

پروفیسر رضیہ عباس

ڈائریکٹر کلیہ تعلیم عامہ

تعارف

پاکستان کا شمار دنیا کے ترقی پذیر ممالک میں ہوتا ہے۔ اندازہ ہے کہ موجودہ آبادی 13 کروڑ سے تجاوز کر چکی ہے اور کم و بیش 2.9% سالانہ شرح سے بڑھ رہی ہے اگرچہ ترقیاتی منصوبہ جات کے تحت اقتصادی ترقی کے لیے بہت سی کوششیں ہو رہی ہیں، اس کے باوجود ہمیں خوراک، صحت، تعلیم، رہائش، ذرائع آمد و رفت اور اسی طرح کے بے شمار مسائل درپیش ہیں۔ تشویش کی بات یہ ہے کہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ حل ہونے کی بجائے ان مسائل کی تعداد اور سنگینی میں مسلسل اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ ماہرین کے نزدیک ہماری پسماندگی کی سب سے بڑی وجہ ہماری تیزی سے بڑھتی ہوئی آبادی اور محدود وسائل کے مابین عدم توازن ہے۔ اس وقت تیسری دنیا کے صرف وہی ممالک ترقی کی راہ پر گامزن ہیں جنہوں نے اپنی آبادی کے مسائل کو سمجھ کر ان کے حل کے لیے مناسب اقدامات کئے ہیں۔ اس کے برعکس وہ ممالک جو آبادی اور وسائل کے عدم توازن کے مسئلہ سے دوچار ہیں وہ غربت اور پسماندگی کی دلدل میں دھنستے چلے جا رہے ہیں۔ اس بحث سے یہ حقیقت واضح ہو جاتی ہے کہ اگر ہمیں وطن عزیز کی ترقی مقصود ہے تو ہمیں بھی آبادی کے ضمن میں سوچ سمجھ کر حقیقت مندانہ پالیسی اختیار کرنا ہوگی۔

اس کتابچے کو پیش کرنے کا مقصد یہی ہے کہ لوگوں کو آبادی کے متعلق تمام بنیادی اور ضروری معلومات فراہم کی جائیں اور انہیں بہبود آبادی کی اہمیت سے روشناس کرایا جائے تاکہ ان میں شعور پیدا ہو کہ آبادی پر کنٹرول ہی ہماری بقاء اور خوشحالی کی ضمانت ہے۔

یہ کتاب پانچ 5 ابواب پر مشتمل ہے۔ جن میں آبادی سے متعلق مختلف مسائل کی نشاندہی کر کے ان کا ممکنہ حل پیش کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔

اس کتاب کی تیاری کے سلسلہ میں مجھے ذیل سے ڈائریکٹر کلیہ تعلیم عامہ مسز رضیہ عباس، پروجیکٹ رابطہ کار مسز حمکنت نیازی، ایڈیٹر جناب حامد علی ہاشمی اور ڈیزائنر جناب اعجاز احمد کا شکریہ ادا کرنا ہے جن کے خلوص مندانہ تعاون کی بدولت یہ کتاب اشاعت پذیر ہوئی ہے۔

آخر میں مجھے وائس چانسلر پروفیسر جاوید اقبال سید کی خدمت میں اظہار تشکر کرنا ہے کہ یہ سارا کام ان ہی کی سرپرستی میں مکمل ہوا۔

اگر اس کتاب میں آپ کسی قسم کی کوتاہی کی نشاندہی کریں یا ہمیں اپنے مفید مشوروں سے فیض یاب کرنا چاہیں تو ہم خوش دلی سے اس کا خیر مقدم کریں گے۔

سید اویس حیدر

آبادی

باب 1

آبادی میں اضافہ نہ صرف پاکستان بلکہ پوری دنیا کے لیے چیلنج بنا ہوا ہے۔ آبادی میں اضافہ کا اندازہ آپ اس بات سے لگا سکتے ہیں کہ ازدواجی زندگی کا آغاز دو افراد سے ہوتا ہے یعنی میاں بیوی سے پھر دیکھتے ہی دیکھتے اس گھر کی آبادی بڑھ کر آٹھ دس تک پہنچ جاتی ہے بلکہ بعض اوقات اس سے بھی زیادہ یہ بات آپ کے علم میں ہے کہ بہت سے گھر مل کر محلہ بنتا ہے چند محلے مل کر گاؤں یا قصبے کو تشکیل دیتے ہیں۔ کئی گاؤں مل کر تحصیل بنتی ہے اور چند تحصیلیں مل کر ضلع وجود میں آتا ہے گھر کی آبادی کی طرح دیہات اور شہروں کی آبادی بھی بڑھتی جا رہی ہے۔ آبادی کا حساب رکھنے کے لیے گھر گھر جا کر لوگوں کی گنتی کی جاتی ہے۔ اس طرح پورے ملک کی آبادی کا شمار ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ دیہی اور شہری آبادی کا تناسب، مردوں اور عورتوں کی آبادی کا تناسب، شرح خواندگی، شرح پیدائش و اموت، آبادی میں سالانہ اضافہ کی شرح وغیرہ جیسے اعداد و شمار جمع کئے جاتے ہیں نمونے کے طور پر اس باب کے آخر میں کچھ اعداد و شمار دیئے گئے ہیں۔



آج سے 48 برس قبل یعنی قیام پاکستان کے وقت موجودہ پاکستان کی آبادی 3 کروڑ سے کچھ ہی زیادہ تھی لیکن اب 1995ء میں یہ آبادی بڑھ کر 13 کروڑ سے بھی تجاوز کر گئی ہے یعنی آبادی میں کم و بیش 10 کروڑ کا اضافہ ہوا ہے جہاں پہلے ایک شخص ہوتا تھا اب 4 ہیں۔ ہمارے ملک میں مردوں کی تعداد عورتوں سے کچھ زیادہ ہے بعض اندازوں کے مطابق ہمارے ہاں 53 فیصد مرد اور 47 فیصد خواتین ہیں۔ پاکستان کی آبادی تقریباً 41 فیصد 15 سال سے کم عمر بچوں پر مشتمل ہے جن کا انحصار کلی طور پر دو سروں پر ہوتا ہے۔ اس سے آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ کمانے والوں کی تعداد کل آبادی کے مقابلے میں کتنی کم ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ ہمارے معاشرے میں زیادہ تر عورتیں پیداواری محنت میں حصہ نہیں لیتیں بلکہ محض گھربار اور بچوں کو سنبھالتی ہیں۔ بے روزگاری کی وجہ سے بہت سے مردوں کو بھی کام نہیں ملتا۔

جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ بچوں کا پیٹ پالنے کے لیے لوگ جرائم میں داخل ہو جاتے ہیں یا پھر غربت کے باعث کم عمری ہی میں بچوں کو تعلیم دلوانے کی بجائے کسی چھوٹے موٹے کام پر بٹھا دیتے ہیں۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ کھانے والے زیادہ ہوتے ہیں اور کمانے والے کم۔

چائلڈ لیبر یا بچوں سے مشقت لینا بجائے خود ایک بہت سنگین سماجی مسئلہ ہے۔ ہم بین الاقوامی تنظیم محنت (ILO) کے رکن ہیں اور اس ادارے کی عائد کردہ شرائط کو تسلیم کرتے ہیں۔ اس ادارے کے قوانین کی رو سے چائلڈ لیبر قطعی ممنوع ہے پھر ہمارے ہاں بہت بڑے پیمانے پر اس کی خلاف ورزی ہو رہی ہے۔ لیکن حکومت اور قانون نافذ کرنے والے ادارے خاموش تماشائی بنے ہوئے ہیں۔

ہماری اقتصادی پسماندگی اور مخصوص سماجی ساخت ہی ایسی ہے کہ چھوٹے چھوٹے بچوں کو ناگوار جسمانی محنت اور اس سے بھی بڑھ کر ناپسندیدہ ماحول کے حوالے کرنا والدین کی مجبوری بن گئی ہے۔ ہر والدین کی خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بچوں کو صاف ستھرا اور آرام دہ ماحول میسر آئے وہ اچھی تعلیم و تربیت حاصل کریں اور باعزت طریقے سے زندگی کا آغاز کریں لیکن ان کی مالی پریشانیاں انہیں مجبور کر دیتی ہیں کہ چھوٹے چھوٹے معصوم بچوں کو آٹو ورکشاپوں، قالین بانی کے مراکز کھیلوں کا سامان بنانے کی ورکشاپوں، درزی خانوں، رستوران اور چائے خانوں وغیرہ میں دھکیل دیں۔ ان جگہوں پر وہ بچے جان لیوا محنت کے باعث اپنی جسمانی صحت ہی کو خراب نہیں کرتے بلکہ وہ عدم تحفظ کا بھی شکار ہوتے ہیں۔ گالیاں کھانا روایتی چھوٹے کامقدربن جاتا ہے ہر آن ان کی انا مجروح ہوتی ہے اور ان کی شخصیت کو مجروح کیا جاتا ہے۔ میس پر بہت سے بچے رد عمل کے طور پر مجرمانہ سرگرمیوں میں الجھ جاتے ہیں یہ ہماری آبادی کے ایک قابل ذکر حصے سے تعلق رکھنے والا بڑا سنجیدہ مسئلہ ہے جس پر فوری طور پر توجہ دینے کی ضرورت ہے۔

جہاں ہماری آبادی میں نہایت تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے وہاں اس حقیقت کو فراموش نہیں کرنا چاہئے کہ قابل کاشت رقبے کو بڑھانا ممکن نہیں۔ اس کے برعکس شہروں اور صنعتی علاقوں کی مسلسل توسیع اور سیم و تھور کے باعث قابل کاشت رقبے میں برابر کمی ہو رہی ہے۔ اس صورت حال کا قدرتی نتیجہ ہے کہ ہم ایشیائے خوراک کی پیداوار میں بھی خود کفالت کی منزل سے دور ہوتے جا رہے ہیں۔ حالانکہ ہماری نصف سے زیادہ آبادی براہ راست زراعت کے عمل میں مصروف ہے۔ زراعت میں مشین کاری کے عمل کے نتیجے میں بہت سے لوگ یعنی کھیت مزدور، ہاری اور چھوٹے کاشت کار بے روزگار ہو کر شہروں کی طرف بھاگ رہے ہیں جس کی وجہ سے شہروں پر آبادی کا دباؤ بہت بڑھ گیا ہے۔ اس کے نتیجے میں شہروں میں بہت سے مسائل پیدا ہو رہے ہیں۔ یہ خاصی سنگین صورت حال ہے جس کی طرف ارباب اختیار کے علاوہ سماجی علوم کے ماہرین کو بھی فوری توجہ دینی چاہئے۔ باہت لوگ شہروں میں منتقل ہونے کے بعد روٹی، روزگار کا کوئی نہ کوئی سلسلہ بنا لیتے ہیں کچھ لوگ روزگار نہ ملنے کی صورت میں جرائم کی دنیا میں پناہ لیتے ہیں ایک بات طے ہے کہ جو سولتیس شہر میں میسر ہیں وہی زندگی میں بالعموم ناقابل حصول اس لیے جو لوگ ان آسائشوں اور سہولتوں

کے عادی ہو جاتے ہیں وہ اپنے دیہات لوٹ جانے پر آمادہ نہیں ہوتے یوں شہروں پر آبادی کا دباؤ بڑھتے بڑھتے ناقابل برداشت ہو جاتا ہے جس سے سنگین سماجی مسائل پیدا ہو رہے ہیں۔ کراچی کے حالات اس صورت حال کی واضح مثال ہیں۔ ان مسائل کے حل کے لیے بنیادی طور پر دو طرح کے بنیادی اقدامات کرنے کی ضرورت ہے۔

(الف) دیہات اور شہروں کی زندگی کے درمیان اس قدر وسیع فرق کو بتدریج ختم کیا جائے دیہات کو جدید سہولتیں فراہم کی جائیں اور آبادی کو تربیت فراہم کر کے اس قابل بنایا جائے کہ وہ مقامی وسائل اور سہولتوں سے استفادہ کرتے ہوئے اپنی اپنی جگہ ہی باعزت طریقے سے روٹی کما سکیں۔

(ب) صنعت کو ملک میں اس طرح پھیلا دیا جائے کہ لوگوں کو اپنے گھر کے قریب ہی ملازمت / روزگار فراہم ہو سکے یہ سماجی انصاف کا تقاضا بھی ہے ہموار اقتصادی ترقی کی ضرورت بھی ہے۔

پاکستان کی آبادی کے اعداد و شمار کا ایک جائزہ

3 کروڑ 25 لاکھ	آزادی کے وقت پاکستان کی آبادی
12 کروڑ 60 لاکھ	1994ء کے مطابق پاکستان کی آبادی
2.9%	آبادی کا سالانہ اضافہ
7 ویں نمبر	آبادی کے لحاظ سے پاکستان کا شمار
24 سال	موجودہ اضافی شرح کے ساتھ آبادی کے دوگنا ہونے کا عرصہ
48 لاکھ	پاکستان میں سالانہ بچے پیدا ہوتے ہیں
9 بچے	پاکستان میں ایک منٹ میں بچے پیدا ہوتے ہیں
2 اموات	پاکستان میں ایک منٹ میں اموات واقع ہوتی ہیں
1 بچہ	ہر 7 سیکنڈ کے بعد بچے پیدا ہوتے ہیں
1 اموت	ہر 30 سیکنڈ کے بعد اموات ہوتی ہیں
24,000 خواتین	ایک سال میں خواتین بچے کے پیدائش کے دوران مر جاتی ہیں
2 خواتین	ہر گھنٹے میں خواتین بچے کی پیدائش کے دوران مر جاتی ہیں
31% افراد	پاکستان میں پینے کا صاف پانی میسر نہیں ہے
1918 افراد	ایک ڈاکٹر میسر ہے
5969 افراد	ایک نرس میسر ہے
1548 افراد	ہسپتال کا ایک بستر میسر ہے
41%	15 سال کی عمر سے کم آبادی
26.2%	پڑھے لکھے افراد کی شرح
35%	پڑھے لکھے مردوں کی شرح
16%	پڑھی لکھی خواتین کی شرح
	- پاکستان کی آبادی کے 45.5 افراد ایسے ہیں جن کو رہنے کے لیے ایک کمرہ دستیاب ہے۔
	- پاکستان کی آبادی کا تقریباً تیسرا حصہ (3 کروڑ 78 لاکھ افراد) غربت کی حدود سے نیچے زندگی گزار رہا ہے۔
	- پاکستان کی آبادی میں سالانہ تقریباً 36 لاکھ افراد کا اضافہ ہو رہا ہے۔

ملکی ترقی میں آبادی کا کردار

کسی بھی ملک کی ترقی کا انحصار آبادی پر ہوتا ہے۔ اگر آبادی پڑھی لکھی منظم و متحرک ہوگی تو ملک کی ترقی کے بہتر امکانات ہوں گے مگر پاکستان میں آبادی کی صورت حال خطرناک حدود تک پہنچ چکی ہے۔ آبادی تقریباً 2.9 فیصد کی شرح سے بڑھ رہی ہے جو کہ قوم کی زبردست قربانیوں کے نتیجے میں ہونے والی اقتصادی ترقی کو بھی بے اثر کر رہی ہے۔

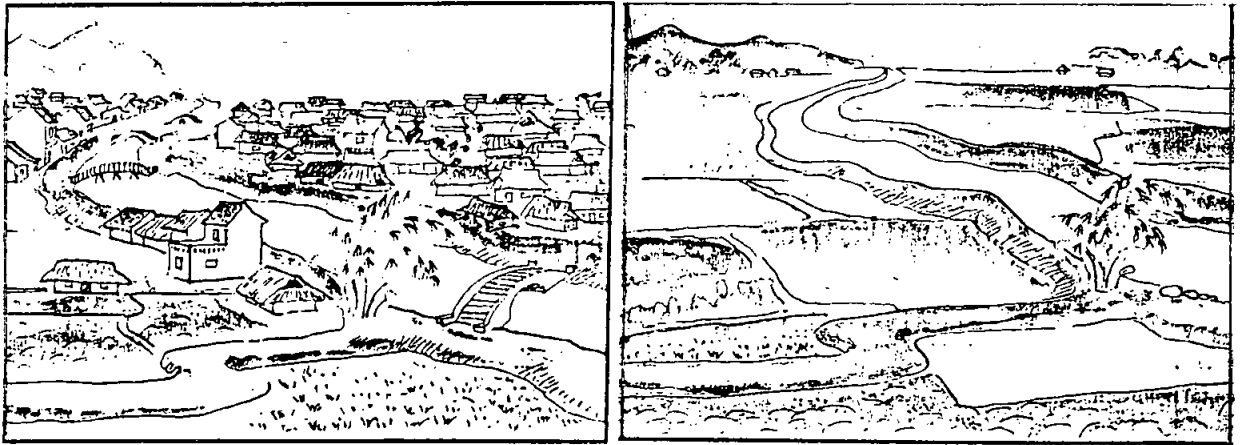
آبادی پر کنٹرول وقت کی اہم ضرورت ہے :-

آبادی میں مسلسل اور تیز رفتار اضافہ ایک بہت بڑا خطرہ ہے جس کا احساس کرنا بہت ضروری ہے۔ یہ ایک عالمی مسئلہ ہے جس پر عالمی توجہ مرکوز ہے لیکن خود متعلقہ ممالک میں اس کی سنگینی کے سلسلے میں ابھی تک مناسب احساس نہیں پایا جاتا۔ بہت سے براعظم افریقہ کے ممالک قحط کی زد میں آچکے ہیں، اگر آبادی میں یہ تیز رفتاری یونہی جاری رہی تو دنیا کے بیشتر ممالک قحط کا شکار ہو سکتے ہیں۔ یہ خطرات و خدشات خیالی نہیں حقیقی ہیں۔ اسی طرح یہ کہنا درست ہوگا کہ ایٹمی جنگ کو تو کسی نہ کسی طرح ٹالا جاسکتا ہے، لیکن آبادی میں اضافہ اس سے بھی خطرناک ہے کیونکہ یہ ہم پھٹ گیا تو اس کے اثرات کا کوئی مداوا نہیں اس کے منفی اثرات گھن کی طرح کسی ملک یا قوم کو کھا جاتے ہیں۔ ترقی پذیر ممالک کے بیشتر وسائل اپنی آبادی کو خوراک مہیا کرنے پر صرف ہو جاتے ہیں اس لیے تعلیم، صحت اور دوسری سماجی خدمات کے لیے کچھ باقی نہیں بچتا۔ یوں معاشرہ غربت، پسماندگی، بیماری اور جہالت کی دلدل میں دھنستا چلا جاتا ہے لہذا ترقی پذیر ممالک کو اس مسئلے کی طرف توجہ دینے کی زیادہ ضرورت ہے۔ اگر ہم ارد گرد نگاہ دوڑائیں تو یہ بات سمجھنا مشکل نہیں کہ آج کی دنیا مقابلے کی دنیا ہے۔ جو قومیں بہتر منصوبہ بندی کے لیے جدوجہد کرتی ہیں وہ دوسری قوموں پر غالب آجاتی ہیں آبادی کی منصوبہ بندی، بہبود اور مناسب تعلیم و تربیت اسی جدوجہد کا اہم ترین حصہ ہے۔ بے مقصد، غیر منظم اور مناسب منصوبہ بندی کے بغیر زندگی گزارنے والی قومیں مقابلے کی اس دنیا میں یقیناً پیچھے رہ جاتی ہیں لہذا اگر ہمیں عزت کے ساتھ جینا ہے اور وقار کے ساتھ اکیسویں صدی میں قدم رکھنا ہے تو ضروری ہے کہ ہم سائنسی انداز میں منصوبہ بندی کر کے اپنی جدوجہد کا آغاز کریں آبادی کی منصوبہ بندی کو اس ساری کاوش میں کلیدی حیثیت حاصل ہونی چاہئے جب ہی ہم ایک قوم بن کر ابھر سکتے ہیں بصورت دیگر ہماری حیثیت ایک ہجوم کی سی ہوگی۔

خاندانی منصوبہ بندی کے خلاف اعتراضات:

ہمارے ہاں خاندانی منصوبہ بندی کے پروگرام سابق صدر ایوب خان کے عہد حکومت میں کم و بیش تیس برس قبل شروع کیا گیا تھا جب سے اب تک اربوں روپے اس پروگرام پر خرچ ہو چکے ہیں لیکن ہمیں اس حقیقت کا اعتراف کرنا

چاہئے کہ ابھی تک اس مہم کے خاطر خواہ نتائج برآمد نہیں ہو سکے۔ ہمارے ہاں آج بھی آبادی میں اضافہ کی شرح خوفناک حدوں کو چھو رہی ہے پورے خطے کی آبادی میں اس قدر تیز رفتار اضافہ کسی بھی دوسرے ملک میں نہیں ہو رہا۔ ہماری اس وقت تک کی ناکامی کے مختلف اسباب ہیں جنہیں سمجھنے کی ضرورت ہے ہمارے ہاں جہالت بہت زیادہ ہے۔ لوگ تقدیر اور قضا و قدر پر کچھ اس طرح کا عقیدہ رکھتے ہیں کہ بہود آبادی کے ضمن میں دیئے جانے والے دلائل انہیں قائل نہیں کر پاتے۔ وہ مولوی کی اس دلیل سے زیادہ متاثر ہیں کہ رزق دینے والے نے جہاں کھانے کے لیے ایک منہ دیا ہے وہاں کام کرنے کے لیے دو ہاتھ دیئے ہیں اور یہ کہ جو روح دنیا میں آتی ہے وہ اپنا رزق اپنے ساتھ لاتی ہے اور یہ بھی کہ دراصل کافر یہ نہیں چاہتے کہ مسلمان کی آبادی بڑھے اور یوں وہ کفر کی قوتوں پر غالب آجائیں۔ یہاں کاکسان آج بھی اس بات پر یقین رکھتا ہے کہ جس کے بیٹے زیادہ ہوں اور جس کے پاس کھیتی باڑی کے لیے کام کرنے والے زیادہ ہوں خدا اس کی سن لیتا ہے۔ اب جب کہ رزق کی الاٹمنٹ آسمانوں پر کر دی گئی ہے تو زیادہ بچے پیدا کرنے سے ڈرنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ عام اور ناخواندہ لوگ آج بھی عمد جاگیرداری کی اس تقدیر پرستی پر جہنی گھسی پٹی اخلاقیات سے چٹھے ہوئے ہیں وہ یہ سوچنے پر آمادہ ہی نہیں کہ وقت تبدیل ہو چکا ہے اور اس کے تقاضے بھی بدل چکے ہیں۔ قابل کاشت زمین ایک صدی کے اندر تقسیم در تقسیم ہوتے اتنی کم رہ گئی ہے کہ اب کسان کنبوں کے لیے اپنی کفالت کے لیے روزی کے دوسرے وسائل پر انحصار کرنا ناگزیر ہو گیا ہے جس کے لیے مناسب تعلیم و تربیت ضروری ہے۔ پنجاب سندھ اور کسی حد تک صوبہ سرحد کی زرخیز وادیاں بانجھ تو نہیں ہوئیں لیکن کھانے والے اتنے زیادہ ہو گئے ہیں کہ وہ اپنا پیٹ بھرنے سے قاصر ہیں یہ حقیقت کا عبرت ناک نتیجہ ہے کہ پنجاب آزادی سے قبل پورے ہندوستان کو اناج اور دالیں مہیا کرتا تھا اب اپنی آبادی کی غذائی ضروریات بھی پوری نہیں کر پاتا۔



میں سمجھتا ہوں کہ ہمارے عوام کو ان واضح حقائق کے بارے میں قائل کرنا زیادہ مشکل نہیں البتہ اس کے لیے پوری لگن اور مشنری جذبے کے ساتھ کام کرنے کی ضرورت ہے۔ لوگوں کو یہ بات سمجھانے کی ضرورت ہے کہ

تقدیر اور قضاء و قدر کا وہ مفہوم نہیں جو نیم خواندہ مذہبی علماء نے لوگوں کے ذہنوں میں بٹھا رکھا ہے۔ تعلیم اور روشن خیالی کو عام کرنے کی ضرورت ہے تاکہ لوگ اندھی جذباتیت سے باہر نکل کر تجزیاتی انداز میں زندگی کی تعبیر و تشریح کرنے کے قابل ہو سکیں۔ عوام کو اس بات پر قائل کرنا زیادہ مشکل نہیں ہونا چاہئے کہ چھوٹے کنبے کی کفالت زیادہ آسان کام ہے تھوڑے بچوں کو بہتر غذا، بہتر تعلیم و تربیت دلوانا اور زندگی کی بہتر سہولتیں فراہم کرنا زیادہ مشکل نہیں ہوتا۔ اگر کنبہ بڑا ہو تو کمانے والے اکیلے فرد کے لئے بچوں کی مناسب تربیت ہی ممکن نہیں رہتی وہ کس کس پر ذاتی توجہ دے سکتا ہے اور کس کس کے مسائل حل کرے گا وہ تو انہیں مناسب خوراک بھی مہیا نہیں کر پائے گا اس حقیقت کے پیش نظر دیکھنا ہوگا کہ چھوٹے بچے خاندان کی فی کس آمدنی بڑھانے میں کوئی کردار ادا نہیں کرتے لوگوں کا کہنا ہے کہ زیادہ بچے بڑھاپے کا سہارا ہوتے ہیں۔ لیکن بڑھاپے کا سہارا وہی بن سکتے ہیں جن میں اس کی صلاحیت ہو، اگر بچے زیادہ ہوں گے تو یہ ممکن ہی نہیں ہوگا کہ انہیں بہتر تعلیم دلوائی جاسکے اس لیے یہ زیادہ بہتر ہوگا کہ آپ کے بچے کم ہوں جو بہتر تعلیم و تربیت حاصل کریں اس طرح ان کو روزگار کے بہتر مواقع ملیں گے اور چونکہ ان کی تربیت بہتر ہوئی ہوگی اس لیے وہ اچھے کردار کے مالک ہوں گے لہذا توقع کی جانی چاہئے کہ وہ بڑھاپے میں آپ کی بہتر خدمت کریں گے یاد رہے کہ چھوٹا بچہ ماں کی بھرپور توجہ چاہتا ہے اگر ماں ہر سال، دو سال کے بعد بچے کو جنم دیتی رہے گی تو پہلے والا چھوٹا بچہ ماں کی توجہ سے محروم ہو جائے گا۔ یہ بات بچے کی نشوونما میں مضرت ثابت ہوتی ہے کیونکہ بچہ احساس محرومی کا شکار ہو جائے گا اس بات کو بھی نظر انداز نہیں کیا جاسکتا کہ بچوں کی اوپر تلے پیدائش سے بچوں ہی کی صحت متاثر نہیں ہوتی بلکہ ماں کی صحت کو بھی نقصان پہنچتا ہے۔ اس لیے بچے اور ماں کی صحت کے لیے بچے کی پیدائش میں کم از کم تین سال کا وقفہ بہت ضروری ہے اسی طرح ہمارے ہاں لوگ بیٹا پیدا کرنے کے چکر میں بیٹیاں پیدا کرتے چلے جاتے ہیں اور محض ایک موہوم خوف کے پیدائش اپنے کنبے کو بہت بڑھا دیتے ہیں۔ یہ بھی محض جمالت کا شاخسانہ ہے کیونکہ آج کے دور میں لڑکے اور لڑکی کے درمیان کوئی خاص فرق باقی نہیں رہ گیا۔ ملازمتیں اور بہتر زندگی کے مواقع دونوں کے لیے یکساں ہونے چاہئیں بلکہ کسی حد تک یکساں ہیں یہ والدین پر منحصر ہے کہ وہ لڑکے یا لڑکی کی پرورش کس طرح کرتے ہیں۔ اگر آپ کے بچے کم ہوں گے تو ان کی تربیت بھی بہتر ہوگی آپ ان کے بہتر مستقبل کی طرف توجہ دے سکیں گے اور ان کو اس قابل بنا سکیں گے کہ وہ ملک کی معاشی اور معاشرتی ترقی میں بھرپور حصہ لے سکیں۔ ایسے بچے بڑھاپے میں آپ ہی کے خدمت گزار ثابت نہیں ہوں گے بلکہ ملک و قوم کے لیے بھی بیش قیمت اثاثہ ہوں گے۔ اس لیے آپ کے بہتر مستقبل کے لیے ضروری ہے کہ خاندانی منصوبہ بندی پر عمل کیا جائے اور چھوٹے کنبے کو مستقبل کے بڑے چیلنوں کا مقابلہ کرنے کے لیے تیار کیا جائے۔

صحت

صحت عامہ کا مسئلہ بہبود آبادی کے مسائل میں مرکزی حیثیت رکھتا ہے۔ متعلقہ حلقوں اور اداروں کا فرض ہے کہ آبادی کو صحت عامہ کے بارے میں ضروری تربیت اور شعور فراہم کریں۔ صحت سے مراد ایسی حالت ہے جس میں ہر فرد ذہنی، جسمانی اور معاشرتی طور پر اچھے مقام پر ہو۔ اس اعتبار سے محض بیماری کا نہ ہونا ہی صحت نہیں ہوتا۔ اچھی صحت کے لیے چار باتیں بہت اہم ہیں۔

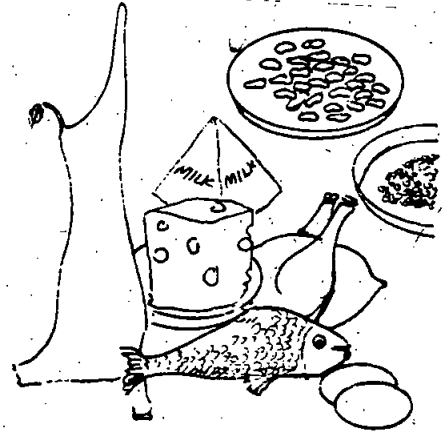
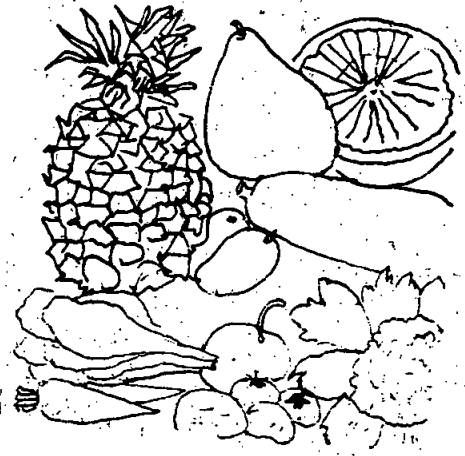
- 1- متوازن غذا
- 2- صاف پانی
- 3- جسم کی صفائی
- 4- صاف ستھرا ماحول

متوازن غذا:

ارباب اختیار کے علاوہ سماجی علوم کے ماہرین اور صحت عامہ سے تعلق رکھنے والے حکام کا یہ فرض ہے کہ وہ دیکھیں کہ ہماری عوام کو متوازن غذا میسر بھی ہے یا نہیں۔ یہ بھی دیکھنا ہوگا کہ متوازن غذا جن لوگوں کی دسترس میں ہے کیا وہ اس کے بارے میں شعور بھی رکھتے ہیں یا نہیں۔ آئیے سب سے پہلے تو یہ دیکھتے ہیں کہ متوازن غذا ہے کیا؟ اس بات کا ہم سب کو اچھی طرح اندازہ ہے کہ انسان کی صحیح نشوونما، قوت اور صحت کے لیے متوازن غذا ضروری ہے یعنی ایسی خوراک جس میں سارے ایسے اجزاء موجود ہوں جو جسمانی ضروریات کو پورا کرتے ہوں۔ اس لیے خوراک میں مختلف قسم کی غذائیں شامل کرنی چاہئیں تاکہ ایک کی کمی دوسری سے پوری کی جائے اور یوں جسم تندرست و تواناء رہے۔ غذائی اجزاء ہی سے خون بنتا ہے اور ہڈیاں بنتی ہیں اس لیے تندرستی کے لیے اشیائے خوراک کی درج ذیل قسموں میں سے ہمارے کھانے میں کم از کم ایک ایک چیز ضرور شامل ہونی چاہئے۔

- دالیں، مٹر، پھلیاں، سویا بین، مونگ پھلی، بادام اور اخروٹ وغیرہ
- سبز پتوں والی سبزیات جیسے پالک، ساگ، میتھی وغیرہ
- جانوروں سے حاصل ہونے والی خوراکیں جیسے دودھ، دہی، پنیر، انڈے، گوشت، مچھلی وغیرہ
- سبزیات جیسے سرسوں کا ساگ، پالک، کدو، گاجر، ٹماٹر، مولی، شلغم وغیرہ

پھل آم، کینو، کیلا، امرود، انگور، سیب، ناشپاتی وغیرہ



ہر شخص کو متذکرہ خوراک کی ہر نوع میں سے کم از کم ایک ایک چیز ضرور کھانا چاہئے۔ غذا ہمارے جسم میں وہی کام کرتی ہے جو انجن گاڑی کو چلانے کے لیے کرتا ہے اگر ہم ضرورت سے زیادہ کھانا کھائیں گے تو فالٹو کھانا چربی میں تبدیل ہو جاتا ہے اور ہم موٹے ہو جاتے ہیں اور اگر ہم کم کھانا کھائیں گے تو ہمارے جسم میں موجود چربی حل ہو کر غذا کی کمی کو پورا کر دیتی ہے اور ہم دبلے ہو جاتے ہیں۔ یہ کہنا شاید درست نہیں کہ متوازن غذا صرف امیر لوگ ہی کھا سکتے ہیں یا پھر مہنگی چیزوں ہی سے متوازن غذا کی ضروریات پوری ہو سکتی ہیں، اگر سیب منگنا ہے تو اس کے بدلے میں گاجر کھائی جاسکتی ہے، کیونکہ اس میں ایک جیسی غذائیت ہے۔

اسی طرح پڑھی لکھی سمجھدار خاتون گھر کا انتظام اچھے طریقے سے چلا کر متوازن خوراک کی ضروریات کو پورا کر سکتی ہیں مثلاً اگر گھر میں چار انڈے ہیں اور کھانے والے زیادہ تو یہ صرف ایسے افراد کو دیئے جائیں جن کو ان کی زیادہ ضرورت ہو مثلاً حاملہ عورت، بچے کو دودھ پلانے والی ماں یا پھر چھوٹے بچوں کو کیونکہ ان کی نشوونما کے لیے اچھی خوراک بہت ضروری ہے۔

پینے کا صاف پانی:

اچھی صحت کے لیے جس طرح متوازن غذا ضروری ہے اسی طرح انسانی صحت کے لیے پینے کا صاف پانی بھی ضروری ہے۔ کیونکہ ناصاف پانی کی وجہ سے بھی بہت سی بیماریاں پھیلتی ہیں۔ پینے کا پانی اہل کر پینا چاہئے جس سے پانی میں پائے جانے والے جراثیم جو انسانی صحت کے لیے مضر ہوتے ہیں، مر جاتے ہیں اگر گھر میں پانی کی ٹینکی ہو تو اس کو سال میں دو مرتبہ ضرور صاف کرنا چاہئے۔ ٹینکی کا ڈھکنا ایسا ہونا چاہئے کہ بارش کا پانی یا گردوغبار اس میں داخل نہ ہو سکے۔ کنویں سے پانی نکالنے کے لیے صاف ستھرا برتن استعمال کرنا چاہئے اور کنویں کا منہ ڈھکا ہونا چاہئے۔ اس بات کا

خاص خیال رکھنا چاہئے کہ گڑھوں اور نشیبی حصوں میں پانی جمع نہ ہو ورنہ کھیاں، چھڑ اور دوسرے کیرے کوڑے پیدا ہو جاتے ہیں جو صحت کے لیے نقصان دہ ہوتے ہیں۔ جوڑوں تالابوں کے کناروں پر مٹی کے تیل کا چھڑ کاؤ کرنا چاہئے تاکہ وہاں پر مکھی چھڑ پیدا نہ ہوں۔ گھروں کی نکاسی کا انتظام بھی پکی نالیاں بنا کر کرنا چاہئے۔

جسم کی صفائی:

جسم کی صفائی کا خیال رکھنا بھی بہت ضروری ہے۔ ہر روز نہیں تو دوسرے روز نہانا چاہئے اس طرح آپ جلد کی بیماریوں سے بچ سکتے ہیں۔ صبح کو اور رات کو سونے سے پہلے دانت ضرور صاف کرنے چاہئیں ورنہ دانتوں میں بدبو پیدا ہو جاتی ہے دانت بد نما لگتے ہیں اور دانتوں سے ہو کر جو خوراک پیٹ میں جاتی ہے وہ بیماریاں پیدا کرتی ہے۔ دانتوں میں کیرا لگ جاتا ہے اور وہ وقت سے پہلے گر جاتے ہیں۔ ننگے پاؤں نہیں پھرنا چاہئے خاص طور پر بچوں کو زیادہ احتیاط کرنی چاہئے کیونکہ اس طرح جراثیم جسم میں داخل ہو جاتے ہیں اور صحت کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ ناخن بروقت کاٹ لینے چاہئیں، کیونکہ اگر ناخن زیادہ بڑھائیں گے تو ان کے نیچے میل جمع ہو جاتا ہے جو کھانے کی چیزوں کے ساتھ مل کر پیٹ میں پہنچ جاتا ہے اور ہمیں بیمار کر دیتا ہے۔ کھانا کھانے سے پہلے ہاتھ ضرور صابن سے دھو لینے چاہئیں تاکہ ہاتھ جراثیم سے پاک ہو جائیں۔ آنکھوں کی بیماریوں سے بچنے کے لیے ان کو گرو غبار سے بچانا چاہئے اور ان کو پانی کے چھینٹوں سے دھوتے رہنا چاہئے۔

ان تدابیر کے ساتھ ساتھ انسانی جسم کے لیے آرام، نیند اور ورزش بہت ضروری ہے۔ ایک تندرست آدمی کو تقریباً 8 گھنٹے کی پرسکون نیند کی ضرورت ہوتی ہے اسی طرح ورزش کرنے سے جسم کی نشوونما ہوتی ہے اور خوراک بھی ٹھیک طرح سے ہضم ہو جاتی ہے۔

صاف ستھرا ماحول:

یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ سائنس نے اگر انسان کا ایک مسئلہ حل کیا ہے تو ساتھ ساتھ کئی مسائل پیدا بھی کر دیئے ہیں۔ انسان کی ترقی نے ماحول کو درہم برہم کر دیا ہے جیسے زراعت کے لیے جنگلات صاف کر کے اور شہر آباد کر کے، شاہراہیں تعمیر کر کے، دریاؤں پر بندھ باندھ کر اور مویشیوں کی گلہ بانی کر کے۔ آپ اگر ارد گرد نظر دوڑائیں تو آپ کو شہروں، بستوں اور سڑکوں کے جال نظر آئیں گے۔ جنگلوں کی کمی محسوس ہوگی، روشنیوں کا سلسلہ اس وقت تک نظر آتا رہے گا جب تک چیمینوں سے نکلنے والا دھواں، روشنیوں کو ڈھانپ نہیں لیتا، اوپر کی فضا اتنی دھندلائی ہوئی ہے کہ پس نظر میں کچھ نظر نہیں آتا۔ ماحول کی آلودگی کی وجہ سے لوگ آشوب، چشم اور گلے کی خراش کے مرض میں مبتلا رہتے ہیں ہر طرف ٹوٹے ہوئے بلب، بوتلیں اور کوڑا کرکٹ نظر آتا ہے۔ بے جا شور شرابے کی آواز کانوں کو چبھتی ہے

اور گردوغبار نے انسانی صحت کے لیے بہت سے مسائل پیدا کر دیئے ہیں مگر اب انسان کو اپنے ماحول کی تباہ کاریوں کا احساس ہونے لگا ہے اور اسی لیے اس نے مثبت اقدام کرنے شروع کر دیئے ہیں۔ ماحول کو پاک صاف رکھنے کے لیے



ایجنسیوں کا قیام اور وائلڈ لائف کو محفوظ رکھنے کے لیے سوسائٹیوں کا قیام وغیرہ ایسے ہی اقدامات ہیں، لیکن آبادی کے بڑھتے ہوئے دباؤ اور اس کی وجہ سے توانائی کی مانگ میں روز بروز اضافے نے انسان کو مشکلات اور پریشانیوں کی طرف دھکیل دیا ہے۔ آبادی میں بے پناہ اضافہ ماحول کی ابتری کا باعث بنا ہے۔ ماحول کو آلودہ کرنے میں ہوا کی آلودگی، پانی کی آلودگی، شور کی آلودگی وغیرہ نے بڑھ چڑھ کر حصہ لیا ہے۔ لیکن اب اس امر کی ضرورت ہے کہ بہتر معیار زندگی کے لیے ہم آلودگی سے چھٹکارا حاصل کریں اور یہ اسی صورت میں ہو سکتا ہے کہ ہم آبادی سے پیدا ہونے والے مسائل سے لوگوں کو آگاہ کریں۔ وسائل کے تحفظ اور بہتر انتظام کے لیے کوشش کریں اسی لیے دنیا بھر میں ہر سال ماحول کا دن منایا جاتا ہے تاکہ لوگوں کو ماحول اور آبادی کے باہمی تعلق سے روشناس کرایا جاسکے اور انہیں آبادی پر کنٹرول کرنے پر آمادہ کیا جاسکے۔

متوازن غذا صاف پانی، جسم کی صفائی اور صاف ستھرا ماحول وقت کی اہم ضرورت ہیں۔ ان تمام کو حاصل کرنے کے لیے ہمیں چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کرنا ہو گا مگر ہمیں یہ چھوٹی چھوٹی باتیں زیادہ اہمیت کی حامل نہیں لگتیں لیکن اگر ہم ان چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کریں گے تو ایک صحت مند معاشرہ کو جنم دے سکیں گے۔ ایک ایسا معاشرہ جس کی آبادی صحت مند اور توانا ہو اور ملکی ترقی میں اہم کردار ادا کر سکے۔

پاکستان میں عورت کا مقام

عورت اپنی زندگی میں مختلف مرحلوں پر مختلف قسم کے کردار ادا کرتی ہے۔ وہ جب بیٹی ہوتی ہے تو ماں باپ کے زیر نگرانی ہوتی ہے وہ کام کاج میں اپنی ماں کا ہاتھ بٹاتی ہے اور اہل خانہ کی خدمت میں شریک ہوتی ہے۔ جب شادی ہو جاتی ہے تو بیوی کی حیثیت سے اس کی ذمہ داریاں یکسر تبدیل ہو جاتی ہیں اور ماں بن کر اس کا رتبہ بہت بلند ہو جاتا ہے۔ اس لیے حضرت محمد ﷺ نے فرمایا کہ ”جنت ماں کے قدموں تلے ہے“ اسلامی معاشرہ میں عورت کا مقام بہت بلند ہے۔

معاشی اور معاشرتی حیثیت:

پاکستان میں آبادی کا زیادہ حصہ دیہات میں رہائش پذیر ہے۔ ہمارے معاشرے میں مرد اپنے آپ کو برتر اور بہتر سمجھتا ہے اور بیشتر زندگی کے فیصلے خود ہی کرتا ہے۔ اس رویے کی وجہ سے جاگیردارانہ ثقافت کے اثبات، تعلیم کی کمی اور عورت کے اقتصادی وسائل سے محرومی ہے، پاکستان کی معاشی صورت حال کو دیکھتے ہوئے یہ بات کننا درست ہوگی کہ اس کو بہتر بنانے کے لیے عورتوں کو بھی بھرپور کردار ادا کرنا ہوگا۔ کیونکہ پاکستان کی فی کس آمدنی بہت کم ہے اور آبادی میں تیز رفتار اضافہ ہو رہا ہے۔ معیار زندگی کو بلند کرنے کے لیے عورتوں کو آگے بڑھ کر اقتصادی سرگرمیوں میں بھرپور حصہ لینا ہوگا اور اس کے لیے یہ بات بہت اہم ہے کہ عورت تعلیم یافتہ ہو، تعلیم و تربیت کی بدولت ہی وہ اپنے معاشی مسائل حل کرنے میں کامیاب ہوگی۔ بچوں کی پیدائش میں مناسب وقفہ ملحوظ رکھے گی یوں ماں اور بچہ دونوں صحت مند ہوں گے اور ایک صحت مند معاشرہ کو تشکیل دیں گے۔ صحت مند معاشرہ صحت مند قوم کو جنم دیتا ہے۔

عورت بحیثیت بیٹی، بیوی، ماں اور ساس:

عورت اگر تعلیم کے زیور سے آراستہ ہو کر اچھی بیٹی، بہتر بیوی، بہتر ماں، اور بہتر ساس بن کر اپنے گھر اور ملک کی بہتری کے لیے موثر طریقے سے خدمات سرانجام دے سکتی ہے۔ گھر کے ماحول کو خوشگوار رکھتی ہے جس سے گھر اور بچوں پر اچھا اثر پڑتا ہے۔ ان کی جسمانی، ذہنی صحت بھی اچھی رہتی ہے اور کارکردگی بھی بہتر ہوتی ہے، لیکن یہ سب اسی صورت میں ممکن ہے کہ عورت معاشرے میں اپنا کردار بطریق احسن انجام دینے کی صلاحیت رکھتی ہو۔



عورت کی تعلیمی حیثیت:

کوئی معاشرہ کتنا منذب یا پسماندہ ہے، اس کا اندازہ صرف اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ عورت کو اس سماج میں کیا مقام حاصل ہے۔ جب ایک مرد تعلیم پاتا ہے تو ایک مرد ہی تعلیم پاتا ہے مگر جب ایک عورت تعلیم یافتہ ہوتی ہے تو پورے خاندان کے تعلیم یافتہ ہونے کے امکانات ہوتے ہیں جس طرح نیولین نے کہا تھا۔

”آپ مجھے اچھی مائیں لادیں میں آپ کو بہترین قوم دوں گا“

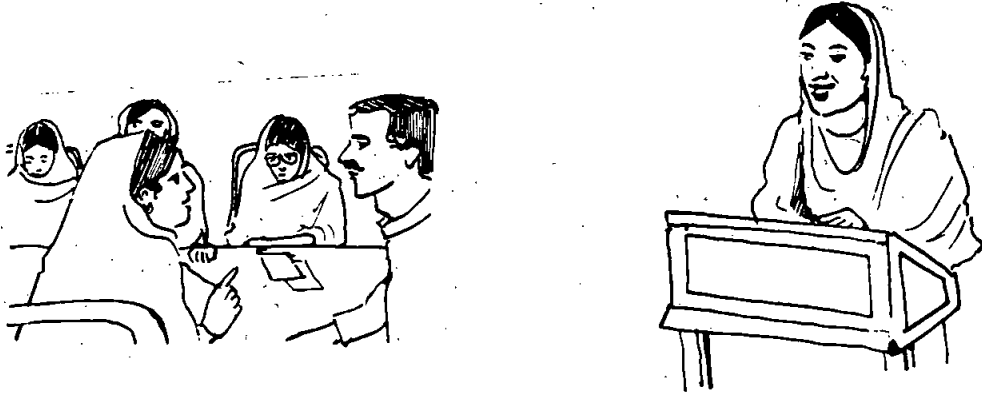
پاکستان میں عورتوں کی تعلیم و تربیت پر مناسب توجہ نہیں دی جاتی۔ بہت سے لوگ اب بھی یہ سمجھتے ہیں کہ عورت کو چادر میں لپیٹ کر چار دیواری میں بند رکھنا چاہئے۔ انہیں عورت کے شعور پر بھروسہ نہیں لہذا وہ انہیں زندگی میں بھرپور حصہ لینے سے محروم رکھتے ہیں جمالت کے باعث عورت کو بچے پیدا کرنے والی مشین سمجھ لیا جاتا ہے جو پھر ان کی پرورش کے بوجھ تلے دبی رہتی ہے جس کی وجہ سے اس کی صحت گر جاتی ہے۔

پاکستان میں ناخواندگی کی شرح عورتوں میں بہت زیادہ ہے اس کی وجہ پرانے رسم و رواج، جاگیردارانہ انداز فکر و نظر، لڑکیوں کو گھر سے دور سکول نہ بھیجنا، سکولوں کی کمی، کم عمری کی شادی وغیرہ ہے، لیکن اب یہ بہت ضروری ہو گیا ہے کہ ناخواندگی کو ختم کرنے کے لیے اقدامات کئے جائیں کیونکہ خواتین کو مناسب تعلیم و تربیت سے آراستہ کے بغیر ہم قابل ذکر معاشرتی ترقی کا تصور ہی نہیں کر سکتے۔ کتے ہیں کہ بچے کی تعلیم شکم مادر سے شروع ہو جاتی ہے۔ ماں کی گود ہی بچے کی پہلی درسگاہ ہے لہذا آئندہ بہتر تعلیم یافتہ اور روشن خیال نسلیں پروان چڑھانے کے لیے ماؤں کا تعلیم یافتہ ہونا ناگزیر ہے۔

عورت بطور محنت کش:

پاکستان کے دیہات میں عورتیں مردوں کے دوش بدوش کام کرتی ہیں مگر اس کام کی انہیں کوئی اجرت نہیں ملتی اور اس کی محنت کسی گنتی میں نہیں آتی۔ دیہات کے برعکس شہری عورتوں میں اپنی سماجی حیثیت کو بہتر بنانے کا احساس تیزی

سے فروغ پذیر ہے۔ وہ آگے بڑھ رہی ہیں۔ اس منگائی کے دور میں عورت محسوس کر رہی ہے کہ گھر میں رہتے ہوئے یا گھر سے باہر نکل کر اپنے کنبے کی اقتصادیات کو بہتر بنانے کے لیے مددگار بن سکتی ہے۔



ہمارے ہاں پڑھی لکھی خواتین بالعموم دو پیشوں میں آنا زیادہ پسند کرتی ہیں یعنی طب اور تعلیم و تدریس کیونکہ ان پیشوں میں احساس تحفظ نسبتاً زیادہ ہے۔ باقی پیشوں میں خواتین کی تعداد بہت کم ہے۔ خواتین کو منوع اقتصادی سرگرمیوں میں جرات مندی کے ساتھ حصہ لینے کے لئے آمادہ کیا جائے۔ اس کے علاوہ ہر علاقے کے مخصوص حالات اور وسائل کا جائزہ لے کر گھریلو خواتین کے لیے آمدنی بڑھانے کے طریقوں کی نشاندہی کرنی چاہئے۔ اس کے لیے مقامی طور پر تربیت کی ضروری سہولتیں بھی فراہم کرنی چاہئیں تاکہ گھریلو خواتین باعزت طریقے سے اپنی آمدنی میں اضافہ کر سکیں اس سے ان کے رتبے اور وقار میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ عورت اور بچے کی فلاح خاندانی منصوبہ بندی سے مشروط ہے۔

پاکستان میں بہبود آبادی کا پروگرام ملک کی ہر سطح پر چلایا جا رہا ہے اسی پروگرام کے بنیادی اہداف سماجی ترقی، بالخصوص عورتوں میں شرح خواندگی میں اضافہ، زچہ و بچہ کی نگہداشت، بچوں کو بیماریوں سے بچانا اور ان کو متوازن اور بہتر غذا کی فراہمی ہیں۔ اس کا مقصد یہ ہے کہ عورت ایک صحت مند گھرانے کو پروان چڑھا سکے۔ ایسے بہت سارے گھرانے مل کر ایک بہتر معاشرے کو تشکیل دیں جس میں غربت، جمالت اور بیماری کا خاتمہ ہو جائے اب خواتین کے لیے تعلیم و تربیت کی مناسب سہولتوں کی فراہمی کا احساس ہونے لگا ہے جو ایک خوش آئند بات ہے۔

سرکاری اعداد و شمار کے مطابق 1991 میں پیدا ہونے والے ایک ہزار بچوں میں سے 103 بچے پہلے سال کے اندر ہی فوت ہو گئے تھے باقی بچوں میں سے اکثریت ہمارے اسی غربت میں ناقص غذا کی وجہ سے صحت کی خرابی میں مبتلا رہتے ہیں۔ خواتین کو بچوں کی پرورش پر خصوصی توجہ دینا چاہئے۔ ضروری ہے کہ بچوں کی صحت و صفائی کا خیال رکھا جائے انہیں متوازن غذا دی جائے اور حفاظتی ٹیکے وغیرہ لگوانے کا بروقت اہتمام کرنا چاہئے ہر بچے کی جسمانی صحت کے ساتھ ساتھ اس کی ذہنی اور اخلاقی نشوونما کا بھی خیال رکھنا چاہئے۔ والدین کا یہ فرض ہے کہ وہ بچوں کو صحیح رہنمائی فراہم

کریں ظاہر ہے کہ ان ڈھیر سارے تقاضوں کو پورا کرنے کے لیے خاتون خانہ کا تعلیم یافتہ ہونا ضروری ہے ایک اور سروے سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ پاکستان میں چھوٹی عمر کی شادی، مسلسل حمل اور زچگی کے نتیجے میں سالانہ 26 ہزار ماؤں کو زچگی کے دوران زندگی سے محروم ہونا پڑتا ہے۔ اس خوفناک صورت حال سے نجات کا ایک ہی راستہ ہے کہ



خاندانی منصوبہ بندی کے اصولوں پر عمل کر کے افراد خانہ کی تعداد دستیاب وسائل کے مطابق رکھی جائے۔ اس سے کنبے کی اقتصادی حالت زیادہ نہیں بگڑے گی۔ ماں اور بچے کی صحت بھی ٹھیک رہے گی اور اخراجات میں بھی کمی ہوگی۔

کثیر تعداد کنبوں کے افراد مسلسل اسی دوڑ دھوپ میں لگے رہتے ہیں کہ کسی طرح وہ افراد خانہ کو زندگی کی بہتر سہولیات فراہم کر سکیں، لیکن ایسا کرنا ان کے لئے ممکن نہیں ہوتا۔ ان کی آمدنی ان کے کنبے کی ہر آن بڑھتی ہوئی ضروریات کے ساتھ نہیں دے سکتی اور وہ ایک مستقل کش مکش اور دباؤ کا شکار رہتے ہیں جس سے خاندان کے ماحول پر ناگوار اثرات پڑتے ہیں یہی وجہ ہے کہ خاندانی منصوبہ بندی کو بہبود آبادی کے پروگرام میں اولیت حاصل ہے۔

خاندانی منصوبہ بندی کا مقصد زندگی پر پابندی عائد کرنا ہرگز نہیں بلکہ زندگی کا معیار بلند کرنا ہے اسی طرح فلاح و بہبود کا اصل مقصد محض بچوں کی تعداد میں کمی نہیں بلکہ بچے کی صحت اور فلاح ہے ان ساری باتوں کا مقصد یہ ہے کہ آپ کو خوشیوں سے بھرپور ایک بہتر مستقبل کی ضمانت مل سکے۔

پاپولیشن پلاننگ

تیزی دنیا کے ممالک کو یوں تو بہت سے سنگین مسائل کا سامنا ہے، لیکن اس وقت سب سے اہم مسئلہ پڑھی لکھی آبادی کو مناسب روزگار فراہم کرنا ہے۔ پاکستان بھی اس مسئلے سے دوچار ہے۔ ہمارے ہاں شرح پیدائش بہت زیادہ ہے لیکن آبادی کی اکثریت افلاس زدہ ہے۔ ان لوگوں کو زندگی کی بنیادی سہولیات بھی میسر نہیں ہیں۔ نومولود بچوں کے لیے مناسب غذا اور تحفظ فراہم کرنا بڑا مشکل ہوتا ہے۔ سوال یہ ہے کہ غربت و فلاح کے ماحول میں لوگ بے تحاشا بچے کیوں پیدا کرتے چلے جاتے ہیں۔ اس کی بنیادی وجہ ناخواندگی جمالت اور ذہنی پسماندگی ہے۔ والدین بیٹے کی آرزو میں چھ سات بیٹیاں پیدا کر لیتے ہیں۔ پاکستان میں جمالت اور بے روزگاری کے ساتھ طبی، تعلیمی اور رہائشی سہولتوں کی کمی ہے۔ عوام آبادی کی مناسب منصوبہ بندی کا شعور ہی نہیں رکھتے۔ نتیجہ یہ ہے کہ آبادی بڑھتی ہی چلی جا رہی ہے۔ لیکن کیا روزی کے وسائل اور سہولیات میں بھی اسی تناسب سے اضافہ ہو رہا ہے بلکہ چاہئے یہ کہ ترقی پذیر قوموں میں اقتصادی ترقی کی رفتار آبادی میں اضافے کی شرح سے کہیں زیادہ ہو تاکہ لوگوں کو خوشحالی نصیب ہو۔ آئیے دیکھتے ہیں کہ پاپولیشن پلاننگ کا مقصد کیا ہے اور اس کے مثبت اور منفی پہلو کیا ہیں۔ کسی معاشرے میں پاپولیشن پلاننگ کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ وہاں کی آبادی کو خوراک، تعلیم، رہائش، صحت، مواصلات وغیرہ جیسی بنیادی سہولیات آسانی سے میا ہوں۔ پاپولیشن پلاننگ کا مدعا یہ ہے کہ آپ اپنے خاندان کی منصوبہ بندی اس طرح سے کریں کہ مستقبل میں خاندان گوناگوں اقتصادی اور معاشرتی مسائل کا شکار نہ ہو بلکہ کنبہ کا مستقبل حتی الامکان، آسودگی اور خوشحالی کا حامل ہو۔ ایسا نہ ہو کہ بچے پیدا کر کے سڑکوں اور گلیوں کے جوالے کرتے جائیں بچے تو خدا کا روپ ہوتے ہیں۔ ان کی احسن طریقے سے پرورش کرنا ہر ماں باپ کا اولین فرض ہے۔ زیادہ آبادی سے زیادہ مسائل جنم لیتے ہیں۔ ماضی میں پاکستان کو اتنے گھمبیر مسائل کا سامنا نہ تھا کیونکہ اس کی آبادی کم تھی، مگر اب آبادی میں تیز رفتار اضافے نے حالات کو خاصا سنگین بنا دیا ہے، کیونکہ ہمارے وسائل اس حساب سے نہیں بڑھ رہے۔ آبادی کی منصوبہ بندی کی ضرورت سے نااہل مائیں مسلسل بچوں کو جنم دیتی جاتی ہیں جس لیے ان کی صحت پر منفی اثر پڑتا ہے اور بچوں کی پرورش کبھی صحیح طور پر نہیں ہوتی جس کا بڑا اثر پورے معاشرے پر پڑتا ہے۔

پاپولیشن پلاننگ کا مقصد یہ ہے کہ ہمارے پاس جتنے وسائل ہیں آبادی بھی اسی تناسب سے ہو، لیکن ہمارے پاکستانی معاشرے میں صورت حال مختلف ہے۔ یہاں ذرائع کم ہیں اور آبادی زیادہ ہے۔ ہمارے ہاں آبادی کا ایک دلچسپ پہلو یہ ہے کہ جن خاندانوں میں بچے زیادہ ہیں ان کے پاس وسائل نہ ہونے کے برابر ہیں اس کے برعکس امیر گھرانوں میں بچے کم ہیں۔ بہت سے خاندانوں میں اچھی تعلیم رہائش اور صحت وغیرہ کی سہولتیں تو درکنار روٹی بھی میسر نہیں ہوتی۔ ان حالات میں بچے عزت و افلاس سے تنگ آکر جرائم کی راہوں پر چل پڑتے ہیں۔

اگر ہم پاپولیشن پلاننگ کے ذریعہ اپنی آبادی کو کنٹرول کر لیتے ہیں تو اس سے خواتین کی صحت بھی اچھی رہے گی اور وہ گھر کے علاوہ ملکی تعمیر و ترقی میں بھی حصہ لے سکیں گی بچے بھی صحت مند اور خوشحال ماحول میں پرورش پاسکیں گے۔



پاپولیشن پلاننگ کا مقصد کسی کو زندگی کی تمام بنیادی ضروریات بہم پہنچانا ہے جو کہ مذہب معاشروں میں ہر فرد کا حق ہے۔

فیملی پلاننگ کے مقاصد مندرجہ ذیل ہیں۔

- 1- لوگوں کو فیملی پلاننگ کی اہمیت سے آگاہ کرنا اور والدین کو ان کی گھریلو ذمہ داریوں کا احساس دلانا۔
- 2- خاندانی منصوبہ بندی کی خدمات مہیا کر کے ماں اور بچے کی بہتر صحت کو ممکن بنانا۔
- 3- عوام کو آبادی سے متعلق علاقائی مسائل سے آگاہ کرنا۔
- 4- فیملی پلاننگ کی ضرورت کو ایک تحریک کی حیثیت سے جاری رکھنا۔

ہر شخص کو خواہ عورت یا مرد ہو، نوجوان بچے، بچیاں ہوں، یہ حق ہے کہ وہ اپنی صحت کو بہتر بنانے پر توجہ دیں اور اس سلسلے میں اپنی ذاتی صحت و سلامتی اور اپنے کنبے کی سلامتی کا سوچیں اور اس پر عمل کریں۔

انہیں یہ حق بھی حاصل ہے کہ اگر وہ اپنی یا اپنے کنبے کی صحت کے لیے فیملی پلاننگ کے کسی طریقہ پر عمل کرنا چاہیں یا اپنی صحت کی خاطر افزائش نسل کے عمل کو موقوف کرنا چاہیں تو اس معاملے میں وہ خود مختار ہوں اور ان پر کسی قسم کا ناروا بیرونی دباؤ نہ ہو۔ اگر خواتین اپنی تندرستی کی بقا کی خاطر فیملی پلاننگ کرنا چاہیں تو ان کو اس کا پورا حق حاصل ہونا چاہئے۔ فیملی پلاننگ سے متعلق سہولتوں کو عام لوگوں تک پہنچانا بہت ضروری ہے اور اس سلسلے میں سیاسی، سماجی اور قانونی رکاوٹوں کو دور کرنا بہت اہم ہے۔ اس سلسلے میں مقامی طور پر کونسلوں، مذہبی رہنماؤں اور دوسرے موثر افراد کی حمایت حاصل کی جائے تاکہ فیملی پلاننگ کا کام بلا روک ٹوک جاری رہ سکے ماں اور بچے کی صحت کی ضمانت حاصل ہو اور خواتین کی تعلیم و ترقی پر خاطر خواہ توجہ دی جا سکے فیملی پلاننگ وقت کی اہم ضرورت ہے۔ دنیا کے دیگر ممالک میں فیملی پلاننگ روزمرہ زندگی کا حصہ سمجھا جا رہا ہے۔ دنیا میں کم و بیش ساٹھ (60%) فیصد لوگ فیملی پلاننگ پر عمل کر رہے ہیں جبکہ پاکستان میں صورت حال بہت مایوس کن ہے کیونکہ یہاں صرف سولہ فیصد لوگ خاندانی منصوبہ بندی کی ضرورت کو تسلیم کر کے اس پر عمل کر رہے ہیں۔ پاکستان میں بہت سی خواتین فیملی پلاننگ کے طریقوں پر عمل کرنا چاہتی ہیں مگر ان تک یہ خدمات نہیں پہنچ رہیں جس کی وجہ سے وہ لاعلمی کا شکار ہیں۔ حکومت کا یہ فرض بنتا ہے کہ وہ خواتین کو تمام ضروری معلومات و خدمات بہم پہنچائے تاکہ وہ فیملی پلاننگ کی ضرورت و اہمیت سے آگاہ ہو کر اپنی اور بچے کی صحت کی خاطر اس پروگرام پر عمل کریں۔ دنیا بھر میں ہر سال پانچ لاکھ خواتین صرف بچگی کے مسائل کی وجہ سے مرجاتی ہیں اور ان میں سے بیشتر اموات غریب ممالک میں ہوتی ہیں خواتین اور مردوں تک یہ معلومات بہر حال پہنچنی چاہئے کہ اسقاط حمل عورت کی زندگی کے لیے ہی خطرہ نہیں بلکہ یہ ایک معاشرتی لعنت بھی ہے اس کے برعکس فیملی پلاننگ ان مسائل کا محفوظ قانونی اور طبی حل ہے فیملی پلاننگ کی سہولتیں اور معلومات مہیا کر کے ہم ہر سال اسقاط حمل کے نتیجے میں ہونے والی بے شمار اموات کو روک سکتے ہیں۔ اس سلسلے میں فیملی پلاننگ کے ادارے اور ان کے رضا کاران بڑا اہم کردار ادا کر سکتے ہیں۔ ان تربیت یافتہ افراد کی یہ ذمہ داری ہے کہ وہ نہ صرف فیملی پلاننگ کی ضرورت و اہمیت کا عوام کو شعور دیں بلکہ معاشرے میں خواتین کی اہمیت اور ان کی مساوی حیثیت کا ادارک بھی پیدا کریں۔ محکمہ معاشرتی بہبود، محکمہ صحت، دیہی ترقی اور اسی طرح کے دیگر فلاحی سرکاری و غیر سرکاری اداروں کے اشتراک و تعاون سے ماں اور بچے کی صحت کے پروگرام چلائے جانے چاہئیں۔

صحت، تعلیم، بے روزگاری، غربت، جہالت اور جرائم جیسے مسائل دراصل آبادی کے مسائل ہیں جو ہم سب کی زندگیوں اور پورے سماجی ماحول کو متاثر کر رہے ہیں۔ لہذا ضروری ہے کہ ان سے نجات کے پروگرام ترتیب دیئے جائیں اور ان پروگراموں میں ہر شعبہ زندگی کے افراد کو شامل کیا جائے نوجوانوں کو بطور خاص ان پروگراموں میں شامل کرنا چاہئے تاکہ ہم آنے والے دور میں پسماندہ، مردہ اور لاچار قوم نہیں بلکہ ایک ایسی قوم ہوں جس کی آنکھوں میں خوشحالی، ترقی اور روشن مستقبل کے خواب ہوں۔

