

Whirl

ایک دھڑکن کے اندر کائنات



JAWAD YOUSOFI



Whirl

ایک دھڑکن کے اندر کائنات

JAWAD YOUSOFI

ہر اس دل کے نام جو کبھی دھڑکا،
اور اس کائنات کے نام
جو خاموشی سے اس کے اندر گھومتی ہے۔



پہلی دھڑکن





پہلی دھڑکن

اس سے پہلے کہ آپ کا کوئی نام ہوتا،
اس سے پہلے کہ آپ کا کوئی چہرہ ہوتا،
اس سے پہلے کہ آپ نے ایک سانس بھی لی،
آپ کا دل دھڑک رہا تھا۔

کسی نے اسے سکھایا نہیں۔
کسی نے اس سے کہا نہیں۔
بس یہ شروع ہو گیا،
اور تب سے رکا نہیں۔



ابھی، جب آپ یہ الفاظ پڑھ رہے ہیں،

یہ دھڑک رہا ہے۔

خاموشی سے۔

وفاداری سے۔

آپ سے کچھ مانگے بغیر۔

ہم ساری زندگی حیرت کی تلاش میں باہر دیکھتے ہیں۔

اوپر، ستاروں کی طرف۔

دور، سمندروں کی طرف۔

بہت دور، افق کے پار۔

مگر سب سے حیرت انگیز چیز جسے ہم کبھی جان پائیں گے

ہمارے اپنے سینے میں دھڑک رہی ہے۔

یہی ہے ایک دھڑکن کا جادو۔



یہ چھوٹی سی کتاب سننے کی ایک دعوت ہے۔

ٹھہریے: اپنا ہاتھ سینے پر رکھیے۔ کیا آپ اسے محسوس کر سکتے ہیں؟

ایک

سنیے





ایک سنہ

ہم کم ہی اپنا دل سن پاتے ہیں۔

دنیا شور سے بھری ہے۔

ذہن اس سے بھی زیادہ۔

مگر دل پھر بھی اپنا آہنگ قائم رکھتا ہے،

جیسے سمندر اپنی لہریں قائم رکھتا ہے،

کوئی دیکھے یا نہ دیکھے۔

ایک لمحے کو خاموش بیٹھئے۔

شور کو تھم جانے دیجئے۔



وہ رہی۔

دھک۔

اور دھک۔

اور دھک۔

دن میں قریب ایک لاکھ بار،
یہ ایک ہی سادہ لفظ کہتا ہے۔

زندہ۔

زندہ۔

زندہ۔

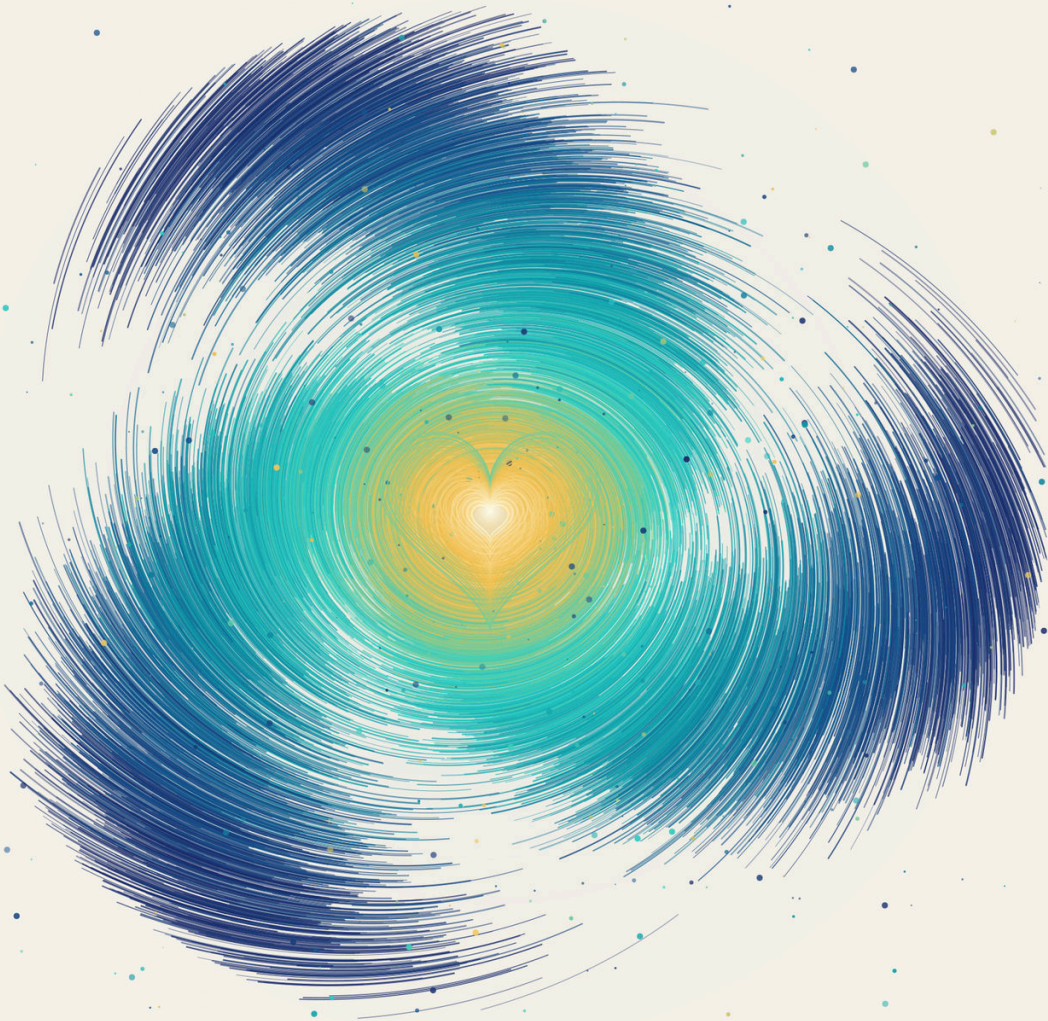


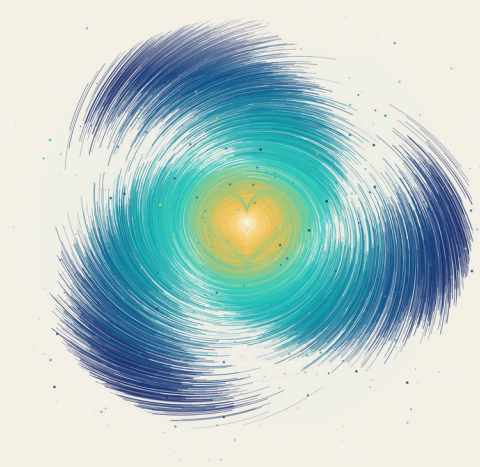
اپنے دل کو سننا
یہ یاد کرنا ہے
کہ آپ کے اندر کچھ ہے
جو آپ کا خیال رکھنا کبھی نہیں چھوڑتا۔

ٹھہریے: آخری بار آپ نے کب سچ مچ اپنی دھڑکن کو سنا تھا؟

دو

گردش





دو • گردش

کسی صاف رات میں اوپر دیکھیے۔

زمین آپ کے قدموں تلے گھوم رہی ہے۔

یہ سورج کے گرد چکر لگاتی ہے۔

سورج کہکشاں کے دل کے گرد گھومتا ہے۔

اور خود کہکشاں بھی گھوم رہی ہے،

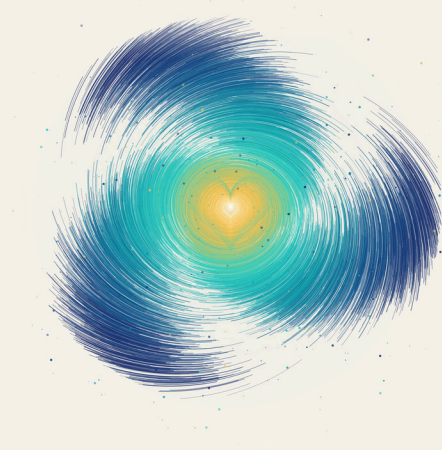
روشنی کی ایک عظیم، دھیمی گردش۔

کائنات میں کچھ بھی ساکن نہیں۔

ہر شے دائروں میں چلتی ہے،

لوٹتی ہے، اور پھر لوٹتی ہے۔

اب اپنے اندر دیکھیے۔



ہر دھڑکن کے ساتھ،
آپ کا خون آپ کے اندر اپنا دائرہ شروع کرتا ہے۔
دل سے باہر۔
آپ کے ہر حصے سے گزرتا ہوا۔
اور پھر گھر واپس۔

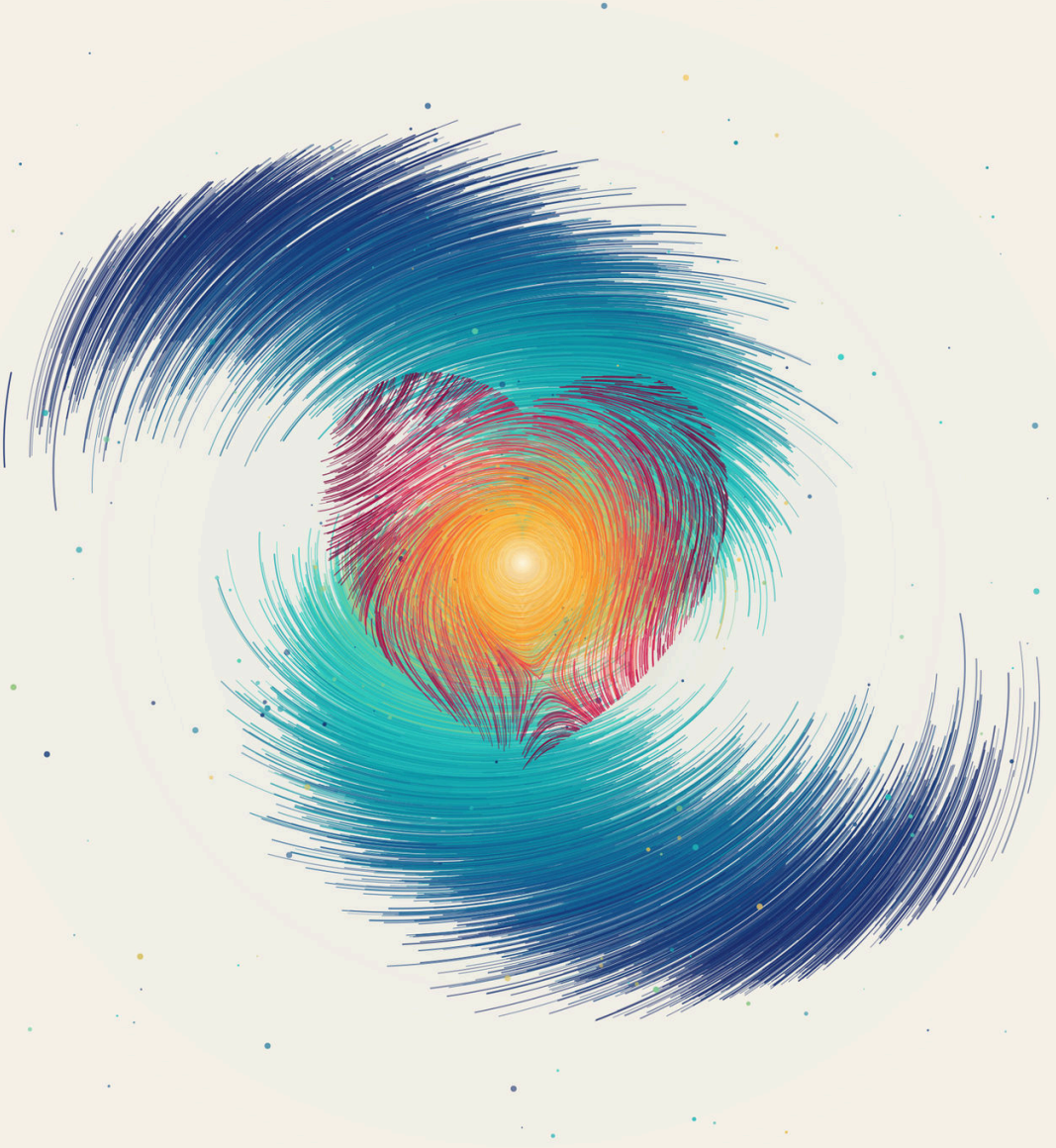
وہی حرکت جو کہکشاؤں کو گھماتی ہے
آپ کے اندر گھوم رہی ہے۔

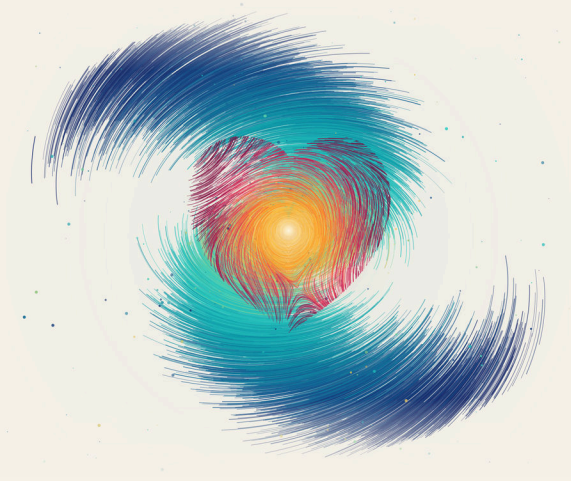
آپ کائنات کو باہر سے نہیں دیکھ رہے۔
آپ اس کی گردشوں میں سے ایک ہیں۔

ٹھہریے: کیا آپ اپنے اندر چلتا ہوا یہ دائرہ محسوس کر سکتے ہیں؟

تین

سانبس اور دھڑکن





تین • سانس اور دھڑکن

آپ کے اندر دو آہنگ بستے ہیں۔

سانس،

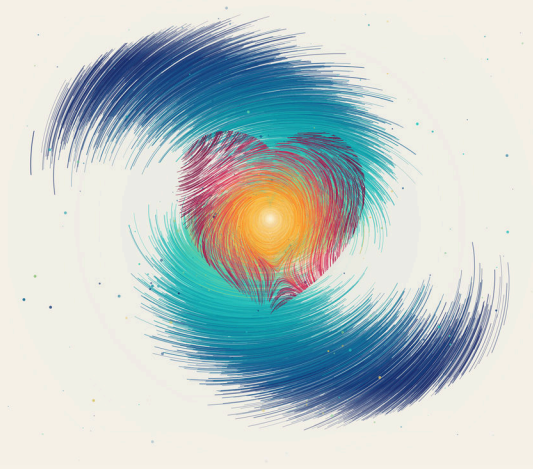
دھیمی اور کشادہ،

جیسے لہر جو آتی ہے اور لوٹ جاتی ہے۔

دھڑکن،

تیز اور مستقل،

جیسے قدم جو کبھی نہیں تھکتے۔



یہ ایک دوسرے کے لیے اجنبی نہیں۔

یہ ساتھ ساتھ چلتے ہیں۔

جب سانس گہری ہوتی ہے،

دل اکثر اس کے پیچھے چلتا ہے۔

جب سانس میں جلدی ہو،

دل بھی تیز ہو جاتا ہے۔

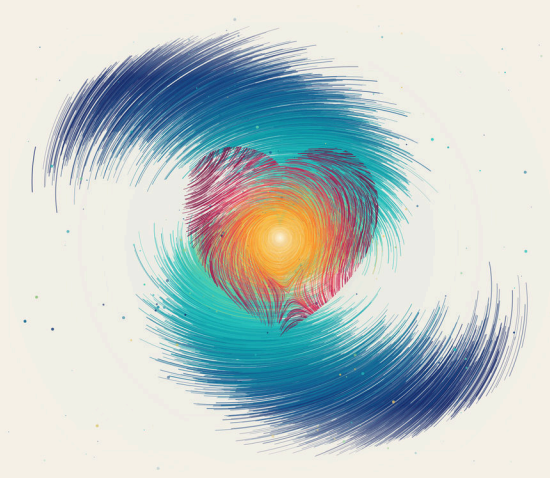
ایک سمندر ہے۔

ایک ڈھول۔

مل کر یہ وہ موسیقی بناتے ہیں

جس کے اندر آپ جیتے آئے ہیں

اپنی پوری زندگی۔



آپ ہمیشہ ڈھول کو پُرسکون نہیں کر سکتے۔

مگر تقریباً ہمیشہ

لہر کو دھیمہ کر سکتے ہیں۔

اور ڈھول سنتا ہے۔

ٹھہریے: ایک لمبی سانس باہر چھوڑیے۔ آپ کا دل کیا کرتا ہے؟

چار

درمیان کی خاموشی





چار • درمیان کی خاموشی

ہر دھڑکن کے اندر ایک ٹھہراؤ ہے۔

دل سکڑتا ہے،

اور پھر آرام کرتا ہے۔

سکڑتا ہے،

اور آرام کرتا ہے۔

آرام کے بغیر

کوئی دھڑکن نہ ہوتی۔

سکون آہنگ کی غیر موجودگی نہیں۔

یہ اسی کا حصہ ہے۔



ہم اپنی زندگی کے ٹھہراؤ سے ڈرتے ہیں۔

خالی دن۔

انتظار۔

کسی چیز کے ختم ہونے کے بعد کی خاموشی۔

مگر دل وہ بات جانتا ہے جو ہم بھول جاتے ہیں۔

آرام رک جانا نہیں ہے۔

آرام ہی سے اگلی دھڑکن بنتی ہے۔

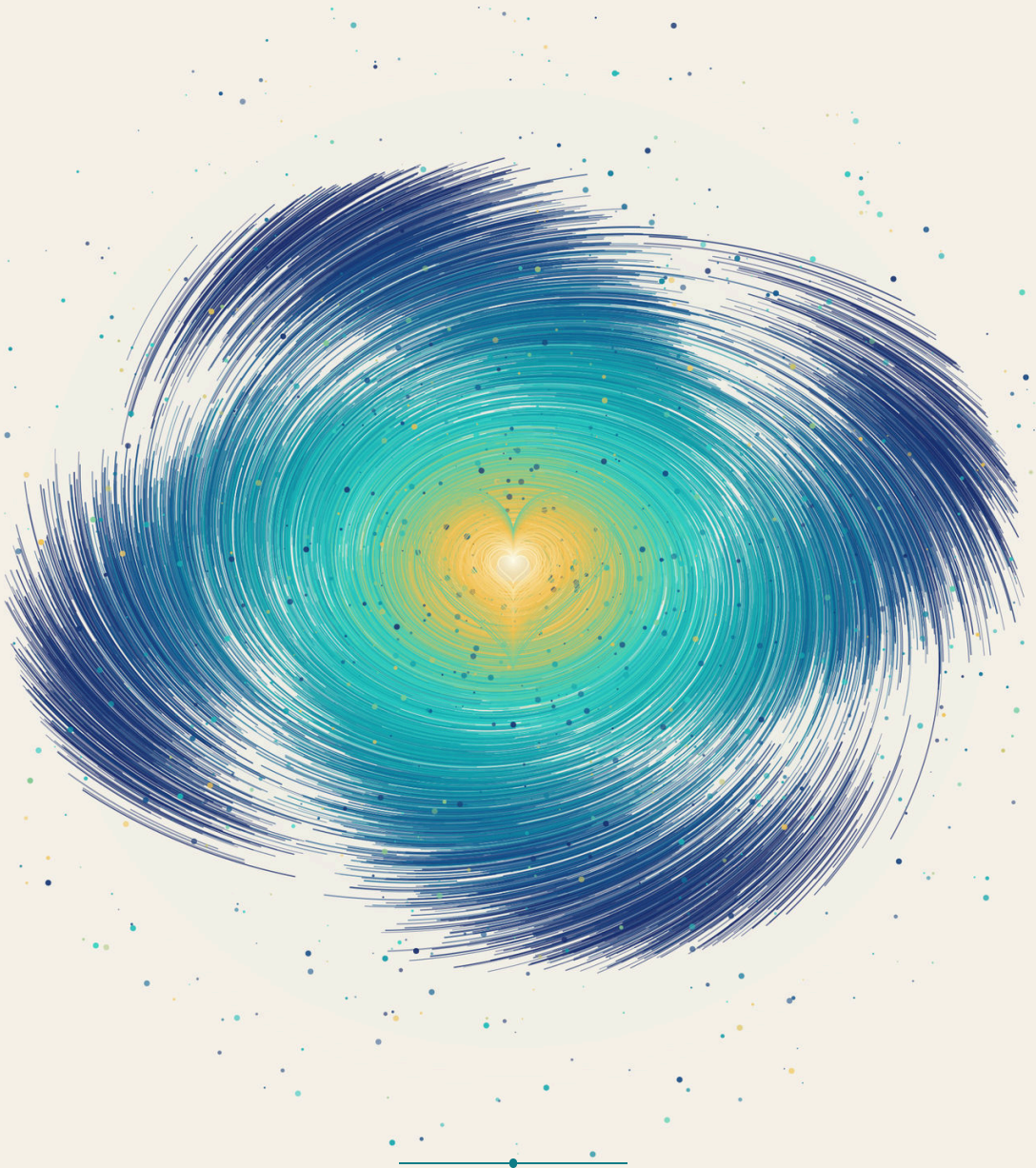


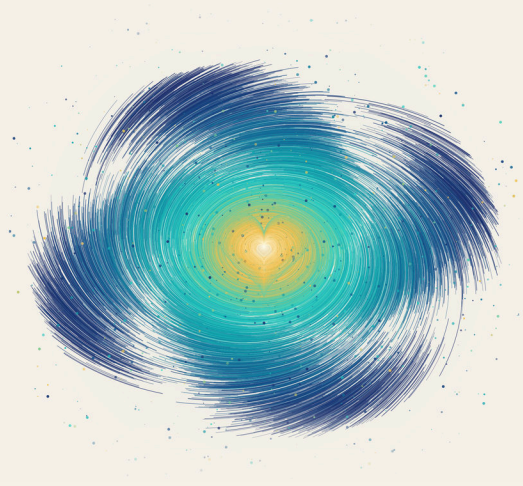
خاموشی میں بھی،
زندگی خود کو سمیٹ رہی ہوتی ہے
پھر سے شروع ہونے کے لیے۔

ٹھہریے: آپ کی زندگی میں کہاں خاموشی چاہتی ہے کہ اس کی قدر کی
جائے؟

پانچ

لازوال





پانچ · لازوال

آپ کی دھڑکن آپ کے گمان سے کہیں پرانی ہے۔

آپ کی دھڑکن سے پہلے،

آپ کی ماں کی دھڑکن تھی،

اور آپ اسی کے آہنگ میں جیتے رہے

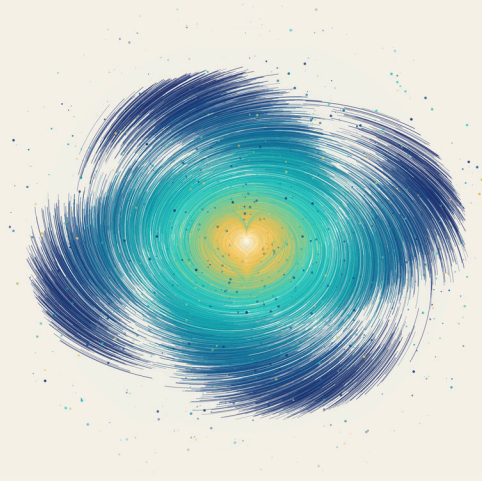
اس سے پہلے کہ کچھ اور جانتے۔

اس سے پہلے، کوئی اور۔

اور پھر کوئی اور۔

ایک آہنگ جو دل سے دل تک پہنچتا رہا،

ان زمانوں کے پار جنہیں کوئی گن نہیں سکتا۔



آپ کے خون کا لوہا
کبھی کسی ستارے کے اندر تھا۔
آپ کے جسم کا پانی
کبھی دریاؤں اور بارش میں بہتا تھا۔

آپ کا دل نیا ہے۔
اس کا آہنگ قدیم۔

ہر دھڑکن ماضی کو تھامے ہوئے ہے،
حال کو جیتی ہے،
اور زندگی کو آگے لے جاتی ہے۔

ٹھہریے: آپ نے سب سے پہلے کس کی دھڑکن سنی تھی؟

وہ دل جو یاد رکھتا ہے





چھ • وہ دل جو یاد رکھتا ہے

کچھ دل کچھ دیر ہمارے ساتھ دھڑکتے ہیں،
اور پھر چلے جاتے ہیں۔

ماں یا باپ۔

کوئی دوست۔

کوئی محبت۔

ایک ننھی سی جان جسے کھونے کے لیے ہم تیار نہ تھے۔

ان کا آہنگ تھم جاتا ہے۔

ہمارا جاری رہتا ہے۔

اور پھر بھی،

ان کا کچھ نہ کچھ رہ جاتا ہے۔



ہمارے ہنسنے کے انداز میں۔
ان لفظوں میں جو ہم بولتے ہیں۔
اس مہربانی میں جو انہوں نے ہمیں سکھائی
ایک لفظ کہے بغیر۔

دل وہ یاد رکھتا ہے
جو ذہن چھوڑ دیتا ہے۔

غم وہ محبت ہے
جسے ابھی کہیں جانا ہے۔
اسے وہاں جانے دیجیے۔
اسے اپنے اندر سے دھڑکنے دیجیے
ان زندگیوں تک جنہیں آپ چھوتے ہیں۔



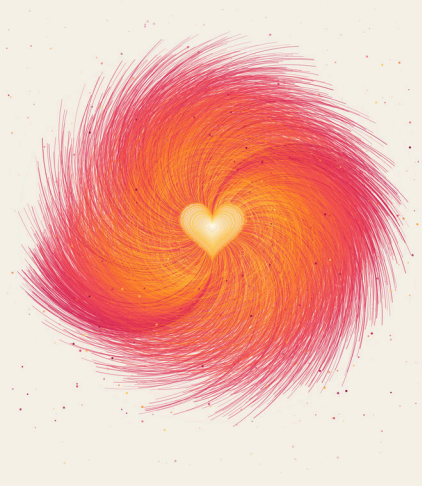
کوئی دل جس نے ہم سے محبت کی
کبھی پوری طرح خاموش نہیں ہوتا۔

ٹھہریے: کس کا آہنگ اب بھی آپ کے اندر زندہ ہے؟

سات

جب دل تیز دھڑکے





سات • جب دل تیز دھڑکے

کبھی کبھی دل دوڑتا ہے۔

خوف میں۔

خوشی میں۔

محبت میں۔

ان لفظوں سے پہلے جنہیں کہنے سے ہم ڈرتے ہیں۔

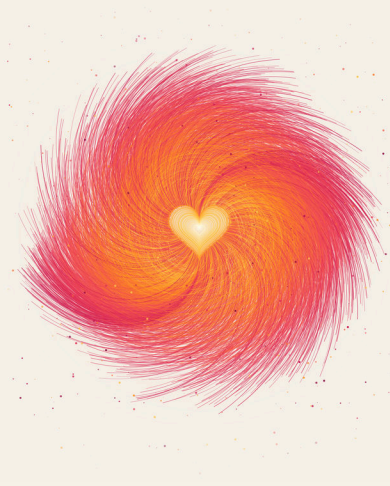
یہ دھمکتا ہے۔

یہ پھڑپھڑاتا ہے۔

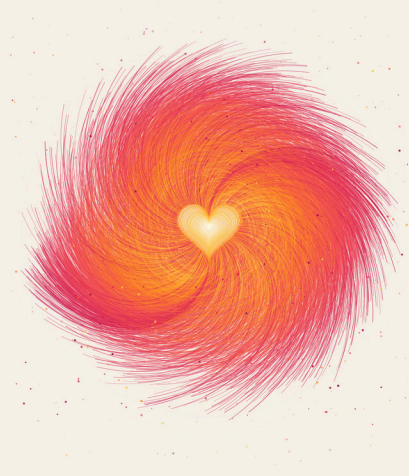
یہ ہمارے کانوں میں گونجتا ہے۔

ہم اکثر تیز دھڑکتے دل کو

کسی خرابی کی علامت سمجھتے ہیں۔



مگر اکثر یہ بس دل ہوتا ہے
جو ہمیں بتاتا ہے کہ یہ لمحہ اہم ہے۔
یہ اس سب کے لیے جاگا ہوا ہے جو ہم جی رہے ہیں۔
جب یہ تیز دوڑے،
آپ کو اس سے لڑنے کی ضرورت نہیں۔
وہاں ہاتھ رکھیے جہاں اسے محسوس کر سکیں۔
سانس باہر چھوڑیے، دھیمی اور لمبی۔
اور نرمی سے اس سے کہیے،
میں نے تمہیں سن لیا۔



اور اسے گھر کی راہ پانے دیجیے،
اپنے پُرسکون نغمے کی طرف۔

ٹھہریے: آخری بار کس چیز نے آپ کا دل تیز کیا تھا، اور وہ آپ سے کیا کہہ رہا
تھا؟

آه

زنده





آٹھ · زندہ

دھڑکن ایک خاموش ہاں ہے۔

اس سانس کو ہاں۔

اس لمحے کو ہاں۔

ایک اور موقع کو ہاں۔

یہ کسی کامل دن کا انتظار نہیں کرتی۔

یہ مشکل دنوں میں بھی دھڑکتی ہے۔

ان دنوں میں جب ہم خود کو کھویا ہوا محسوس کرتے ہیں۔

ان دنوں میں جب ہم بھول جاتے ہیں کہ یہ ہے۔

یہ ہم سے کبھی نہیں کہتی کہ اسے کمائیں۔



شاید یہی اس کا سب سے گہرا تحفہ ہے۔

زندہ رکھا جانا

اس کا حق دار ہوئے بغیر۔

جب ہم یہ یاد کرتے ہیں،

کچھ نرم پڑ جاتا ہے۔

شکرگزاری بن بلائے چلی آتی ہے۔

ہر دھڑکن ایک چھوٹا سا طلوع ہے۔

دن میں ہزاروں،

اور ہر ایک سرگوشی کرتی ہے،

پھر سے شروع کیجیے۔

ٹھہریے: اگر یہ دھڑکن ایک تحفہ ہے، تو آپ اس کا کیا کریں گے؟

نو

زمین کا آہنگ





نو • زمین کا آہنگ

دل اکیلا ڈھول نہیں۔

سمندر چڑھتا اور اترتا ہے،

دن میں دو بار،

جب سے سمندر ہے۔

موسم بدلتے ہیں۔

کھلنا۔

بھرپوری۔

چھوڑ دینا۔

آرام۔

اور پھر سے کھلنا۔



پرندے پورے براعظم پار کرتے ہیں

اور لوٹ آتے ہیں۔

دن رات میں سانس لیتا ہے،

اور رات دن میں۔

زمین کا بھی ایک آہنگ ہے۔

اور آپ کا آہنگ اسی نے تراشا،

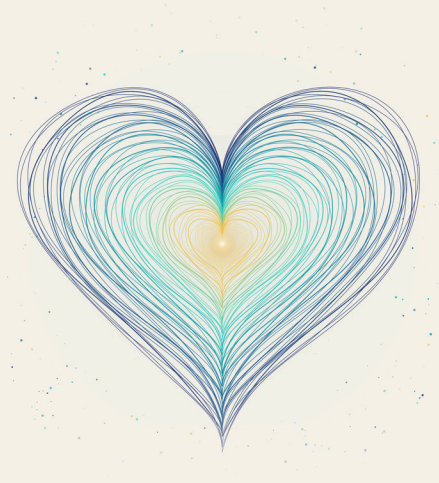
آپ کے پیدا ہونے سے بہت پہلے۔

جب آپ ننگے پاؤں چلتے ہیں،

جب آپ لہروں کو دیکھتے ہیں،

جب آپ سورج کے ساتھ جاگتے ہیں،

آپ اپنی زندگی سے فرار نہیں ہو رہے۔



آپ اس آہنگ کو یاد کر رہے ہیں
جس سے آپ کا رشتہ ہے۔

ٹھہریے: فطرت کا کون سا آہنگ آپ کو پکارتا ہے؟

دس

هر دل





دس ہر دل

ابھی، دنیا بھر میں،
اربوں دل دھڑک رہے ہیں۔

ابھی ابھی پیدا ہونے والا بچہ۔
عمر کے آخری حصے میں کوئی بزرگ۔
وہ اجنبی جس کے پاس سے آپ آج صبح گزرے۔
وہ جس سے آپ سب سے زیادہ محبت کرتے ہیں۔
وہ جس سے محبت کرنا آپ کو سب سے مشکل لگتا ہے۔

ان میں سے ہر ایک وہی گھومتی کائنات لیے ہوئے ہے۔
ان میں سے ہر ایک وہی خاموش آہنگ تھامے ہوئے ہے۔



ہماری زبانیں مختلف ہیں۔

ہمارے چہرے مختلف ہیں۔

ہماری کہانیاں مختلف ہیں۔

مگر ان سب کی تہہ میں،

ایک ہی آہنگ ہم سب میں دھڑکتا ہے۔

جب آپ کسی دوسرے انسان کو دیکھتے ہیں،

آپ ایک ایسے دل کو دیکھ رہے ہوتے ہیں

جو بالکل وہی کر رہا ہے جو آپ کا دل کر رہا ہے۔



کسی کو زندہ رکھے ہوئے۔

کچھ نہ مانگتے ہوئے۔

دھڑکتے ہوئے۔

ٹھہریے: آج آپ کس کی دھڑکن کی قدر کر سکتے ہیں؟

گیارہ

دھڑکن کے ساتھ جینا





گیارہ • دھڑکن کے ساتھ جینا

تو ہم اس حیرت کے اندر کیسے جئیں؟

ٹھہریے۔

دن میں ایک بار ہی سہی،

اپنا ہاتھ سینے پر رکھیے

اور بس محسوس کیجیے۔

رفتار دھیمی کیجیے۔

جلد باز زندگی اپنی ہی دھڑکن کے پاس سے گزر جاتی ہے۔

دھیمی زندگی اسے سن سکتی ہے۔



سانس لیجیے۔

لہر کو دھیمہ ہونے دیجیے،
اور ڈھول کو اس کے پیچھے آنے دیجیے۔

خاموشی کی قدر کیجیے۔

آرام آہنگ کا حصہ ہے،

اس سے وقفہ نہیں۔

دائروں پر غور کیجیے۔

موسموں میں۔

سمندر کے مد و جزر میں۔

طلوع اور غروب ہوتے سورج میں۔

آپ ان میں سے ہر ایک کا حصہ ہیں۔



اپنے ساتھ نرمی برتیے۔

آپ کے دل نے کبھی آپ کا ساتھ نہیں چھوڑا۔

شاید آپ بھی اپنے ساتھ اتنے ہی وفادار رہ سکیں۔

یہ آہنگ بانٹیے۔

کسی کو غور سے سنیے۔

اس کے پاس بیٹھیے۔

اسے محسوس ہونے دیجیے کہ کوئی ساتھ ہے۔

ٹھہریے: ہاتھ سینے پر۔ ایک دھیمی سانس۔ آپ کیا محسوس کرتے ہیں؟

اب بھی دھڑکتا ہوا





اب بھی دھڑکتا ہوا

ایک دن آپ کو اس کا دھیان آئے گا۔

کسی عام سے لمحے کے بیچ،
ایک پیالی دھوتے ہوئے،
روشنی کو دیکھتے ہوئے،
کسی پیارے کے پاس بیٹھے ہوئے،
آپ کو وہ محسوس ہوگی۔

ہر شے کی تہہ میں وہ خاموش دھڑکن۔

اور آپ سمجھ جائیں گے
کہ آپ کو کبھی آسمان کھوجنے کی ضرورت نہ تھی
کائنات کو پانے کے لیے۔



یہ ہمیشہ سے یہیں تھی۔

گھومتی ہوئی۔

چکر لگاتی ہوئی۔

دھڑکتی ہوئی۔

ہر دھڑکن کے اندر،

ایک گھومتی کائنات۔

لازوال۔

زندہ۔

Grand سلسلہ

چھوٹی کتابیں، مفت دستیاب۔

کم پڑھیں، زیادہ جییں۔

Grand · Breath · One Circle

Radiating Heart · Seed · Pendulum

No One Takes It · The Echelon

Gathered · Whirl



اس کتاب کے بارے میں

Whirl • ایک دھڑکن کے اندر کائنات

تحریر: جواد یوسفی (Jawad Yousofi)، مصنوعی ذہانت (Claude کے Anthropic) کی مدد سے۔ اس کتاب کا خیال، اس کا تصور اور اس کی روح مصنف کی اپنی ہیں۔ انگریزی سے ترجمہ بھی مصنوعی ذہانت کی مدد سے کیا گیا۔

© Jawad Yousofi 2026۔ یہ کتاب -Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0) لائسنس کے تحت جاری کی گئی ہے۔ آپ اسے غیر تجارتی مقاصد کے لیے، حوالہ دے کر اور اسی لائسنس کے تحت، نقل کرنے، بانٹنے اور اپنانے میں آزاد ہیں۔

اس کتاب کی تصویریں ایک ایک لکیر کر کے بنائی گئیں: ہزاروں باریک لکیریں، ایک سنہرے دل کے گرد گھومتی ہوئی۔ تمام فن پارے اسی کتاب کے لیے تخلیق کیے گئے ہیں۔

ملتے جلتے عنوانات والی دوسری کتابیں بھی ہیں، جن میں رسل وینگرسکی (Russell Wangersky) کی Whirl Away اور کرس گرابنسٹین (Chris Grabenstein) کی Tilt-a-Whirl شامل ہیں۔ اس کتاب کا ان سے کوئی تعلق نہیں۔

creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0

jawadyousofi.com