11 عمر کے مختلف گروپوں کی لباس کی ضروریات
(Clothing Requirements of Different Age Groups)

(Contents) عنوانات

11.1 لباس کے انتخاب پر اثر انداز ہونے والے عوامل
11.2 عمر کے مختلف گروپوں کے لیے کپڑوں کی موزونیت
11.3 کپڑوں میں ردوبدل کر کے انہیں نیا بنانا

(Students' Learning Outcomes) طلبہ کے سیکھنے کے ماحصل

ان عنوانات کو پڑھنے کے بعد طلبہ اس قابل ہوں گے کہ وہ

- لباس کے انتخاب پر اثر انداز ہونے والے مختلف عوامل کی فہرست بنا سکیں اور ان عوامل کی اہمیت کا جائزہ لے سکیں۔
- عمر کے مختلف گروپوں کے لباس کی ضروریات کا ڈیزائن، موقع محل اور موسم کے لحاظ سے انتخاب کر سکیں۔
- دیرپا اور پرکشش کپڑوں کا انتخاب کر سکیں۔
- پرانے کپڑوں کو ردوبدل کر کے نیا بنا سکیں۔

11.1 لباس کے انتخاب پر اثرانداز ہونے والے عوامل

(Factors affecting the Selection of Clothes)

لباس کا صحیح انتخاب ہماری زندگی میں بہت اہمیت رکھتا ہے۔لباس ہماری شخصیت کا آئینہ دار ہوتا ہے اس لیے جو کپڑے بھی بنائے جائیں وہ ڈیزائن اور رنگ کے لحاظ سے پہننے والے کی شخصیت اور موقع محل کے مطابق ہونے چاہییں۔

ہر وہ چیز جو جسم ڈھانپنے کے لیے استعمال ہوتی ہے، ہمارا ''لباس'' کہلاتی ہے۔لباس ہماری بنیادی ضروریات میں سے ایک اہم ضرورت ہے۔موزوں لباس سے مراد ''ایسا لباس ہے جو پہننے والے کی عمر، رنگت، مزاج، موسم اور موقع محل کے مطابق ہونے کے ساتھ ساتھ وقت کے تقاضوں کو بھی پورا کرتا ہو۔'' موزوں لباس کا مطلب ریشمی یا قیمتی لباس نہیں بلکہ لباس کی موزونیت لباس کے صحیح انتخاب پر منحصر ہے۔لباس ایسا بنانا چاہیے جو شخصیت کو جاذب نظر بنائے اور اس کی خامیوں کو چھپائے۔

موجودہ دور میں فیشن صرف اپنے معاشرے کی اقدار و ثقافت کو مدنظر رکھ کر نہیں کیا جاتا بلکہ مغربی ممالک میں مروج فیشن کو بھی اپنایا جاتا ہے۔ ہر معاشرے کی لباس کے بارے میں اپنی روایات ہوتی ہیں۔ اکثر روایات مذہب سے اثر پذیر ہوتی ہیں اور ہمارا مذہب ہمیں اسلامی اقدار کے مطابق ملبوس ہونے کی تلقین کرتا ہے۔جس میں ایک خاص بات یہ ہے کہ اسلام میں پردہ اور حیا سب سے اولین مقام رکھتے ہیں۔اس لیے لباس بھی انہی خطوط پر وضع ہونا چاہیے۔لباس کی وضع میں تین عوامل اہمیت کے حامل ہیں جن کے انتخاب میں ہمیشہ اپنی مذہبی اقدار کو پیش نظر رکھنا ضروری ہے اور ہم جو فیشن بھی اپنائیں اسے انہی اقدار کی حدبندی میں ہونا چاہیے۔ یہ عوامل درج ذیل ہیں۔

(i) کپڑے یا پارچہ جات کا انتخاب　　(ii) لباس کی تراش خراش

(iii) لباس کا ڈیزائن وسٹائل

(i) کپڑے یا پارچہ جات کا انتخاب (Selection of Fabrics)

لباس محض رسم پوری کرنے کے لیے نہیں پہنا جاتا بلکہ متعدد دوسرے مقاصد کے ساتھ ساتھ اس کا بنیادی مقصد تن ڈھانپنا اور ستر پوشی کرنا ہے۔جس کے لیے کپڑے کا انتخاب ایسا ہونا چاہیے جو اس مقصد کو پورا کر سکے یعنی کپڑا کم از کم اتنا موٹا ضرور ہونا چاہیے جس کے آر پار روشنی گزرنے سے جسم کی وضع اور ہیولا دکھائی نہ دے۔مثلاً جارجٹ (Georgette) اور شیفون (Chiffon) کے نیچے سوتی کپڑا الگ والینا بہتر ہے۔اس کے برعکس لٹھے، پاپلین یا اسی موٹائی کا دوسرا کپڑا سوٹ کے لیے استعمال کرنے سے مہذب اور مدبر قسم کا لباس وضع ہوتا ہے۔سوتی کپڑوں میں سین فورائزڈ کاٹن (Sanforized Cotton) مرسرائزڈ کاٹن (Mercerized Cotton) اور اسی طرح کے دیگر ہلکے کپڑے موجود ہیں۔ لان یا موٹی وائل وغیرہ بھی گرمیوں میں پہننے کے لیے موزوں ہیں۔ ہلکے اور سفیدی مائل رنگوں کے نیچے شمیض پہننے سے جسم نمایاں نہیں ہوتا۔اس کے علاوہ قدرے گہرے، شوخ اور مٹیالے رنگوں میں بھی جسم نمایاں نہیں ہوتا۔

(ii) لباس کی تراش خراش(Cutting of Dress)

لباس خواہ کسی سٹائل میں یا کسی بھی رواج کے مطابق تراشا جائے ہمیشہ ڈھیلا ڈھالا ہونا چاہیے۔لیکن اگر قمیص اور شلوار درمیانہ فٹنگ میں رکھ کر پہنی جائے تو اس سے رائج الوقت فیشن بھی ہو جاتا ہے اور لباس کا مقصد بھی پورا ہو جاتا ہے۔علاوہ ازیں چُنے ہوئے دوپٹوں کی بجائے کھلے دوپٹے یا چادر سے پردے کا مقصد پورا ہو جاتا ہے۔ پاکستان کے کئی علاقوں میں کھلی چادر اوڑھنے کا رواج عام ہے۔جس سے بے پردگی بھی نہیں ہوتی اور جسم بھی ڈھک جاتا ہے۔

(iii) ڈیزائن و سٹائل(Design and Style)

ڈیزائن و سٹائل سے مراد یہ ہے کہ لباس میں گلا، بازو اور اگلا پچھلا حصہ وغیرہ کس سٹائل کا ہونا چاہیے۔ ہمیشہ پورے بازو کی آستین،مناسب اونچائی کے گلے اور مناسب فٹنگ کے کپڑے پہننے چاہییں کیونکہ اس سے بہتر کوئی اور چیز نہیں نیز مذہبی حدود میں رہ کر مختلف قسم کے سٹائل اور فیشن اپنانے چاہییں جو اسلام کی ہدایات کے منافی نہ ہوں۔

لباس انسان کی شخصیت کی عکاسی کرتا ہے اور ایک پر کشش شخصیت کے لیے لباس کا مناسب اور موزوں ہونا نہایت ضروری ہے۔لباس کی موزونیت بہت سے عوامل پر منحصر ہے۔ یہ عوامل درج ذیل ہیں۔

1- عمر و جنس	2- پیشے اور سرگرمیاں	3- آمدنی/گھریلو وسائل
4- مذہبی اقدار	5- موسم اور موقع محل	6- شخصیت
7- رسم و رواج		

11.1.2 لباس کے انتخاب میں عوامل کی اہمیت
(Significance of Factors in the Selection of Clothes)

1۔ عمر و جنس کے مطابق لباس کا انتخاب

لباس کا انتخاب کرنے میں سب سے اہم پہننے والے کی عمر اور جنس ہے۔ کپڑوں کے رنگ، ڈیزائن اور سٹائل کا انتخاب کرتے وقت عمر کے تقاضوں کو مدنظر رکھنا ضروری ہے کیونکہ عمر کے مختلف ادوار میں کپڑوں کی تعداد اور نمونوں کا تقاضا بہت مختلف ہوتا ہے۔مثلاً بڑی عمر کے لوگ صوفیانہ رنگوں کا استعمال کرتے ہیں اسی طرح چھوٹے بچے شوخ رنگوں میں ہی اچھے لگتے ہیں۔(اگلے صفحات پر عمر کے مختلف گروہوں کے لباس کا انتخاب کرنے کے بارے میں تفصیلاً دیا گیا ہے۔)

2۔ پیشے اور سرگرمیوں کے مطابق لباس کا انتخاب

لباس کے انتخاب میں اس کی موزونیت کا انحصار بہت حد تک اسے پہننے والے کے پیشے اور سرگرمیوں پر ہوتا ہے مثال کے طور پر ایسے لوگ جنہیں دن بھر عام طور پر گھر پر ہی رہنا ہوتا ہے۔انہیں نسبتاً بہت کم تعداد میں کپڑے درکار ہوتے ہیں جبکہ مختلف دفتروں میں کام

کرنے والی خواتین اور مردوں کے کپڑے ان کے پیشے کے لحاظ سے ہوتے ہیں۔ ڈاکٹروں اور نرسوں کا اپنا لباس ہوتا ہے، پولیس افسران مخصوص یونیفارم پہنتے ہیں، وکلا اور پروفیسر ایک مخصوص گاؤن پہنتے ہیں۔ گویا بعض لوگوں کا لباس ان کے پیشے اور سرگرمیوں کی نشاندہی کرتا ہے۔ اسی طرح اساتذہ، بینک ملازمین یا عام دفتروں میں کام کرنے والے لوگوں کا لباس جدید طرز پر مگر سادگی اور پردہ کی بنیاد پر ہونا چاہیے۔ کپڑوں کے رنگ اور ڈیزائن بھی زیادہ شوخ نہیں ہونے چاہئیں۔ فیکٹریوں، کارخانوں اور تعمیراتی کمپنیوں میں کام کرنے والوں کو کام کے اوقات کے لیے پائیدار اور گہرے رنگوں کا انتخاب کرنا چاہیے۔ اسی طرح کھیل کود کرنے والے لوگوں کا لباس ایسا ہونا چاہیے جو جسمانی حرکات اور کھیل کود میں رکاوٹ کا باعث نہ بنے۔

3۔ آمدنی اور گھریلو وسائل کے مطابق لباس کا انتخاب

لباس خاندان کے بجٹ میں دوہری اہمیت کا حامل ہے۔ جہاں یہ ایک بنیادی ضرورت ہے وہاں اس کا شمار آسائش میں بھی ہوتا ہے۔ اس لیے یہ گھریلو وسائل پر کافی حد تک اثر انداز ہوتا ہے۔ ہماری کل آمدنی کا صرف 15% تمام افراد خانہ کے لباس پر خرچ ہونا چاہیے۔ کیونکہ اس سے زیادہ خرچ کرنے کا مطلب یہ ہوگا کہ ہم کسی اہم ضرورت کو پس پشت کر رہے ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ اپنی آمدنی کو مدنظر رکھتے ہوئے ایسے طریقے اختیار کیے جائیں جن سے بجٹ پر زیادہ اثر نہ پڑے اور افرادِ خانہ کو ان کی خواہشات اور ضروریات کے مطابق لباس مہیا کیا جا سکے مثلاً سلائی اور کڑھائی خود کرنا، کلیرنس سیل سے کپڑا خریدنا، پرانے لباس کو کانٹ چھانٹ کر لباس بنانا، پرانے فیشن کے ملبوسات کو مختلف انداز سے ملا کر نیا لباس تیار کرنا اور سائز میں چھوٹے ہونے والے کپڑوں سے چھوٹے بچوں کے کپڑے بنانا، کپڑوں کی حفاظت کے طریقے اپنانا وغیرہ۔

4- مذہبی اقدار اور شرعی تقاضوں کے مطابق لباس کا انتخاب

اسلام ہمیں نہ صرف دین کی تعلیم دیتا ہے بلکہ دنیا میں زندگی گزارنے کا ضابطہ بھی بتاتا ہے۔ اس لیے لباس کا انتخاب کرتے ہوئے مذہبی اقدار اور شرعی تقاضوں کو مدنظر رکھنا ضروری ہے۔ اسلام عورتوں کو تعلیم دیتا ہے کہ وہ موزوں اور سادہ لباس پہنیں جو ان کے جسم کو صحیح ڈھانپے اور جس سے جسم کی نمائش نہ ہو ایک مسلمان ہونے کے ناتے ہمارا لباس شرعی تقاضوں کے مطابق ہونا چاہیے یعنی لباس کا کپڑا اتنا باریک نہ ہو کہ اس میں سے جسم نظر آئے۔ لباس کی تراش خراش اور سلائی ایسی ہو جس سے جسم نمایاں نہ ہو یعنی درمیانہ فٹنگ کا ڈھیلا ڈھالا لباس استعمال کیا جائے، لباس کا ڈیزائن مردانہ لباس سے مشابہ نہ ہو اور اس سے اسراف کا پہلو ظاہر نہ ہو۔ بہتر تو یہ ہے کہ قمیص شلوار کے ساتھ کھلے دوپٹے یا چادر کا استعمال کیا جائے۔ اس سے لباس کا مقصد بھی پورا ہو جائے گا اور فیشن بھی زیادہ محسوس نہیں ہوگا۔

5- موسم اور موقع محل کے مطابق لباس کا انتخاب

ہمارے ملک میں سال بھر میں چار موسم آتے ہیں یعنی گرمی، سردی، بہار، برسات۔ اس لیے لباس ہمیشہ جغرافیائی حالات اور موسم کے مطابق پہننا چاہیے مثلاً گرمیوں کا لباس ہلکا پھلکا، ڈھیلا ڈھالا اور ہوادار ہونا چاہیے۔ سوتی، لان، وائل اور لینن کے کپڑوں کا استعمال

گرمیوں کے لیے بہتر رہتا ہے۔ کیونکہ یہ کپڑے نرم، جاذب اور آرام دہ ہوتے ہیں۔ سردیوں میں ٹھنڈک کی وجہ سے گرم کپڑوں مثلاً جرسی، سویٹر، شال، کوٹ، موٹی کاٹن، لینن، جرسی وغیرہ کا استعمال کرنا ضروری ہے۔ سردیوں میں فٹنگ والے لباس کا استعمال کیا جا سکتا ہے۔ بہار کے موسم میں چونکہ درجہ حرارت معتدل ہوتا ہے۔ اس لیے اس موسم میں ریشمی، سوتی، جارجٹ، شیفون وغیرہ کے ملبوسات استعمال کیے جا سکتے ہیں جبکہ برسات کے موسم میں سوتی کپڑوں مثلاً لان، وائل وغیرہ کا استعمال بہتر رہتا ہے کیونکہ یہ بدن کی نمی کو چوس لینے سے روکتے ہیں۔ اس موسم میں زیادہ فٹنگ والے لباس کا استعمال موزوں نہیں رہتا۔

لباس کے لیے رنگوں کا استعمال موسم کے مطابق کرنا ضروری ہے۔ گرمیوں میں ہر طرح کے ہلکے رنگ ٹھنڈک کا احساس دلاتے ہیں۔ سردیوں میں ہر طرح کے گہرے اور شوخ رنگ اچھے لگتے ہیں کیونکہ یہ گرمی کا احساس دلاتے ہیں۔ بہار کے موسم میں کھلے ہوئے شوخ رنگ و ڈیزائن بہتر رہتے ہیں۔ جبکہ برسات کے موسم میں ہلکے اور درمیانہ شوخ رنگ مناسب لگتے ہیں۔

لباس کے لیے رنگوں کا انتخاب موقع محل کے مطابق کرنا بھی ضروری ہے۔ مثال کے طور پر جو لباس شادی بیاہ یا دیگر تقریبات پر اچھا لگتا ہے وہ غم کے موقع پر نہایت نامناسب لگتا ہے۔ شادی بیاہ، پارٹیوں، عید وغیرہ پر ریشمی، بھڑکیلے اور شوخ رنگ کے لباس کا استعمال کرنا ضروری ہے جبکہ فوتیدگی وغیرہ کے موقع پر سفید، کریم، گہرے، کالے یا مٹیالے رنگ کے لباس کا انتخاب مناسب رہتا ہے۔

6- شخصیت کے مطابق لباس کا انتخاب

لباس انسان کی پوری شخصیت کا آئینہ دار ہوتا ہے۔ شخصیت انسان کی امتیازی صفات و خصوصیات کے مجموعہ کا نام ہے جو کسی فرد میں نمایاں طور پر موجود ہوتی ہیں۔ ہر انسان کی شخصیت اور مزاج دوسرے سے مختلف ہوتی ہے۔ کچھ لوگ بہت شوخ اور چنچل ہوتے ہیں، کچھ بہت خاموش، ڈرامائی اور سنجیدہ ہوتے ہیں۔ شخصیت خواہ کیسی ہی ہو وہ ایک دلچسپ ہستی کا مالک ہوتا ہے۔ لباس ہماری شخصیت پر نمایاں اثر کرتا ہے۔ اور ہر دلعزیز بننے کے لیے لباس کی موزونیت بہت ضروری ہے۔ اس لیے لباس کا انتخاب کرتے وقت اپنی شخصیت کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے۔ شخصیت کے دو اہم پہلو درج ذیل ہیں۔ مناسب لباس کا انتخاب کرتے وقت ان دونوں پہلوؤں کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے۔

1- شخصیت نفسیاتی اعتبار سے
2- شخصیت جسمانی اعتبار سے

1- شخصیت کی نفسیاتی اعتبار سے درج ذیل اقسام ہیں۔

(i) نازک اندام شخصیت
(ii) کھلاڑی شخصیت
(iii) ڈرامائی شخصیت
(iv) شرمیلی شخصیت
(v) باوقار شخصیت
(vi) زندہ دل اور شوخ شخصیت

(i) نازک اندام شخصیت (Dainty Personality): ایسے لوگ دیکھنے میں انتہائی نرم و نازک اور نسوانیت سے بھرپور تاثرات دیتے ہیں۔ ان کے خیالات بھی نازک ہوتے ہیں وہ زندگی میں نفاست اور نزاکت کو اہمیت دیتے ہیں۔ ان کے لیے باریک اور نرم

کپڑے بہت مناسب رہتے ہیں۔ جس کی تراش خراش اور آرائش نہایت نفاست سے کی گئی ہو۔ ہلکے اور چھوٹے پرنٹ ان کی شخصیت کو نمایاں کرتے ہیں۔ بڑے پرنٹ اور شوخ رنگوں والے کپڑوں میں وہ خود کو پر اعتماد محسوس نہیں کرتے۔

(ii) کھلاڑی شخصیت(Sturdy Personality): ایسے لوگ عام طور پر کھلاڑی ہوتے ہیں اور اپنے آپ کو بھاگ دوڑ اور ایسے کاموں میں مصروف رکھتے ہیں جس سے ان کو بیٹھنا نہ پڑے وہ گہرے اور تیز رنگ پہننا پسند کرتے ہیں۔ موٹے چیک دار، ٹوئیڈ، گیبرڈین وغیرہ ان کی شخصیت میں اُبھار پیدا کرتے ہیں۔

(iii) ڈرامائی شخصیت(Dramatic Personality): ایسے لوگ بہت پھرتیلے ہوتے ہیں اس لیے ان کے لیے شوخ رنگ اور عام ڈیزائنوں سے ہٹ کر کپڑوں کا انتخاب کرنا چاہیے۔ یہ لوگ اپنے موڈ کے مطابق کپڑوں کا انتخاب کرتے ہیں اور نئے فیشن انتہائی اعتماد سے اپناتے ہیں۔ اسی لیے انہیں ٹرینڈ سیٹر (Trend setter) بھی کہتے ہیں۔

(iv) شرمیلی شخصیت(Demure Personality): یہ ڈرامائی شخصیت کا سوفی صد تضاد ہے۔ ایسی شخصیت اس بات سے خوفزدہ رہتی ہے کہ وہ کسی جگہ بھی مرکز نگاہ نہ رہے۔ اس لیے وہ ایسے ڈیزائن اور فیشن اختیار کرتی ہے جو بہت عام، آرام دہ، سادہ اور پرسکون ہوں۔ ایسے لوگ سادہ، ہلکے اور غیر نمایاں قسم کے ڈیزائن اور رنگ پسند کرتے ہیں۔ جو مدھم ہوں اور جن پر کسی کی سرسری سی نگاہ پڑے۔

(v) باوقار، سنجیدہ و متین شخصیت(Dignified Personality): ایسی شخصیت کے لوگ طبعاً سنجیدہ، کم گو اور روایتی قدروں کے حامل ہوتے ہیں ان کی فطرت میں چلبلا پن بالکل بھی نہیں ہوتا۔ لباس کے انتخاب میں ایسے لوگ نہایت سوبر رنگ اور سادہ تراش خراش والے لباس اپناتے ہیں اور زیادہ آرائش و سجاوٹ سے اجتناب کرتے ہیں۔ تیز اور گہرے رنگ انہیں اچھے نہیں لگتے۔ یہ عام طور پر کالے، نیلے، سبز اور دیگر درمیانے رنگوں کو پہننا پسند کرتے ہیں ان کے لباس کی سلائی زیادہ ڈھیلی یا زیادہ فٹنگ والی نہیں ہونی چاہیے۔ ہلکے رنگوں کے ڈیزائن والے لباس ان کی شخصیت کے وقار میں اضافہ کرتے ہیں۔

(vi) زندہ دل اور شوخ شخصیت(Vivacious Personality): ایسی شخصیت زندگی میں عام طور پر روشن پہلو دیکھنے کی عادی ہوتی ہے۔ اس لیے اس کو ایسا لباس استعمال کرنا چاہیے جس سے ان کی شخصیت میں نکھار پیدا ہو۔ کیونکہ یہ خوش مزاج، ہنستے اور مسکراتے رہتے ہیں اور اپنی شوخ اور زندہ دل طبیعت کے پیش نظر بہت پھرتیلے ہوتے ہیں اس لیے شوخ، نت نئے ڈیزائن اور خوشنما کشیدہ کاری والے لباس سے ان کی شخصیت میں نکھار پیدا ہوتا ہے۔

7- رسم و رواج کے مطابق لباس کا انتخاب

ہر ملک اور علاقے کے رہنے سہنے اوڑھنے، پہننے اور کھانے پینے کے مخصوص رسم و رواج ہوتے ہیں۔ انسان کا ماحول اور اس کی تہذیب و ثقافت اس ملک کے رسم و رواج اور لباس پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ لباس کی مدد سے کسی بھی فرد کے ملک، قوم اور اس کے طبقے کا اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔ پاکستان کا قومی لباس شلوار قمیص ہے۔ پاکستان کے مختلف صوبوں میں رہنے والے لوگوں کا لباس بھی قدرے مختلف

ہے، یعنی پنجاب کے لوگوں کا لباس سرحد کے لوگوں سے مختلف ہے جو ان کے تہذیب وتمدن کی عکاسی کرتا ہے۔

11.2 عمر کے مختلف گروپوں کے لباس کی ضروریات
(Clothing Requirements of Different Age Groups)

(i) بچوں کے ملبوسات (Clothing for Children)

زندگی کے ابتدائی سالوں میں بچوں کی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔ ان کے جسمانی اعضاء مضبوط ہوتے ہیں اور قد وقامت بڑھتا ہے جس کی وجہ سے ان کے کپڑے دنوں اور ہفتوں میں تنگ اور چھوٹے ہونے لگتے ہیں اس لیے بچوں کا لباس تیار کرتے وقت بچے کی عمر، بڑھنے کی رفتار اور ان کے مشاغل کو مدنظر رکھنا بہت ضروری ہے۔

(الف) شیر خوار بچوں کے ملبوسات

1- اس عمر کے بچوں کا لباس نرم وملائم، آرام دہ، ڈھیلا ڈھالا اور صاف ستھرا ہونا چاہیے۔

2- شیر خوار بچوں کے لیے سوتی ریشے سے بنے ہوئے کپڑے مناسب رہتے ہیں۔ کیونکہ سوتی کپڑوں کو دھونا آسان ہوتا ہے اور ان کو با آسانی جراثیم سے پاک کیا جا سکتا ہے۔

3- ان کے بنیان، جانگیہ وغیرہ کھردرے یا جسم کے ساتھ چپکے ہوئے نہیں ہونے چاہییں بلکہ یہ نرم وملائم، ہلکے اور جاذب کپڑے کے ہونے چاہییں تاکہ بچہ ان کو پہن کر بے چینی محسوس نہ کرے۔ سردیوں میں جب اونی اور گرم کپڑے پہنانے مقصود ہوں تب بھی ان کے نیچے سوتی کپڑے پہنانے ضروری ہیں تاکہ جلد رگڑ سے محفوظ رہے۔

4- شیر خوار بچوں کے لیے ہلکے رنگوں مثلاً ہلکے گلابی، ہلکے نیلے، ہلکے پیلے اور ہلکے سبز رنگ کا استعمال مناسب ہے۔ کپڑوں کا پرنٹ بھی چھوٹا ہونا چاہیے۔ چھوٹے پھول، چیک، چھوٹے پولکا ڈاٹس اور باریک دھاری دار ڈیزائن کا لباس ان کے زیادہ مناسب موزوں رہتا ہے۔

5- لباس ایسا ہونا چاہیے جس کو پہنانے اور اتارنے میں آسانی ہو۔ مثال کے طور پر قمیص، فراک اور بنیان اس طرح کا سلا ہونا چاہیے جو آگے اور پیچھے سے پورا کھل سکتا ہو یا گلا اتنا کھلا ہو کہ با آسانی سر کے اوپر سے گزر سکے۔ لباس اس قدر کھلا ہو کہ بچے کے بازو اس میں سے بآسانی گزر سکیں۔

6- لباس ڈھیلا ڈھالا اور کھلا ہونا چاہیے۔ جو جسمانی حرکات وسکنات میں رکاوٹ کا باعث نہ ہو۔

7- سلائیاں مضبوط اور چپٹی ہونی چاہییں۔ بٹن چھوٹے سائز کے ہونے چاہییں نیز ایسے کاج اور بٹن استعمال کرنے چاہییں جو لباس کو اتارنے اور پہنانے میں حائل نہ ہوں۔ گلے پر ڈوری کی بجائے نرم لاسٹک کا استعمال مناسب رہتا ہے۔ لباس میں سیفٹی پن استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔

8- لباس پر سادہ کڑھائی اور سجاوٹ بچے کی شخصیت کو نمایاں کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ بھاری فرل یا لباس فر والے اور روئیں دار کپڑے کا استعمال کرنے سے احتراز کرنا چاہیے۔

(ب) گھٹنوں کے بل چلنے والے بچوں کے ملبوسات

1- اس عمر میں بچہ چل نہیں سکتا اس لیے وہ ہاتھوں کی ہتھیلیوں اور گھٹنوں کے سہارے چار ٹانگیں بنا کر رینگتا، گھسٹتا (Crawl) ہے۔ اس لیے اس کا لباس ایسا ہونا ضروری ہے جس سے وہ آزادی سے حرکت کر سکے۔ لباس اتنا ڈھیلا نہ ہو جو اس کی حرکات میں رکاوٹ کا باعث بنے۔

2- کپڑا نرم و ملائم اور وزن میں ہلکا ہونا چاہیے۔ ایسا کپڑا جس میں آسانی سے سلوٹیں نہ پڑیں اور ہلکی استری ہو سکے اس کے لیے بہتر ہے۔

3- اس عمر کے لیے ہلکے اور درمیانہ رنگوں میں چھوٹے پھولدار پرنٹ اور چیک مناسب رہتے ہیں۔

شیر خوار/گھٹنوں کے بل چلنے والے بچوں کے ملبوسات

4- لباس کا ڈیزائن ایسا ہونا چاہیے جو بچے کو پہنانا اور اتارنا آسان ہو نیز دھلائی میں دِقت پیدا نہ کرے۔

5- بچوں کے جوتے اور جرابیں نرم کپڑے کے ہونے چاہییں۔ اس عمر کے بچے چونکہ فرش پر رینگنا (Crawl) کرنا زیادہ پسند

کرتے ہیں۔ اس لیے بہتر تو ہے کہ ان کو گھٹنوں تک نرم و ملائم کپڑے کی نیکر پہنائی جائے جو آگے سے آسانی سے کھولی جا سکے تا کہ اس کے گھٹنے رگڑ سے محفوظ رہیں۔

6- لباس کی سلائیاں چپٹی، مضبوط اور باریک ہونی چاہییں۔ لباس پر کالر، جھالر اور فرل وغیرہ لگانے سے احتراز کرنا چاہیے۔ کُرتے، قمیص یا فراک کا گلا اور مونڈھا زیادہ کھلا یا تنگ نہیں ہونا چاہیے۔ بلکہ لباس ناپ سے تھوڑا کھلا ہونا چاہیے تاکہ وہ اس کی حرکات میں رکاوٹ کا باعث نہ ہو۔

(ج) ایک سے دو سال کے بچوں کے ملبوسات

اس عمر میں بچے کی نشوونما بہت تیزی سے ہوتی ہے اور بچے عموماً چلنا سیکھ جاتے ہیں۔ ان میں اپنا کام خود کرنے مثلاً کھانے پینے اور کھیلنے کا شعور پیدا ہو جاتا ہے۔ اس لیے ان کے کپڑوں میں تھوڑی سی تبدیلی لا کر بچوں کی شخصیت کو جاذبِ نظر اور دلکش بنایا جا سکتا ہے۔ اس عمر میں جسمانی نشوونما تیزی سے ہونے کے باعث بچوں کے کپڑوں میں ہمیشہ گنجائش رکھنی چاہیے تاکہ بوقتِ ضرورت انہیں بڑا یا کھلا کیا جا سکے۔ اس عمر کے بچوں کے لیے کپڑوں کا انتخاب کرتے وقت مندرجہ ذیل باتوں کو مدِنظر رکھنا چاہیے۔

1- لباس آرام دہ اور ڈھیلا ڈھالا ہونا چاہیے۔ لباس کا ڈیزائن سادہ، بازو، گلا اور کندھے اتنے کھلے ہونے چاہییں جو آسانی سے پہنے اور اتارے جا سکیں۔ پتلون یا پاجامہ گھٹنوں سے ڈھیلا ہونا چاہیے تاکہ بچہ با آسانی اچھل کود اور بھاگ دوڑ کر سکے۔

2- لباس میں زپ (Zip) نہیں ہونی چاہیے اور چھوٹے بٹنوں کی بجائے بٹن ذرا بڑے سائز کے استعمال کرنے چاہییں تاکہ بچے کے لیے ان کو کھولنا اور بند کرنا آسان ہو۔

ایک سے دو سال کے بچوں کے ملبوسات

-3 گرمیوں میں استعمال کے لیے وائل، لان اور باریک کاٹن کے ہلکے پھلکے کرتے، فراک، پاجامے اور جانگیے بہتر رہے ہیں۔ شدید گرمی میں عام طور پر نیکر یا جانگیے کے ساتھ بلاؤز یا ٹی شرٹ پہنانے سے بچوں کو کھیلنے کودنے اور جسمانی حرکات میں آزادی رہتی ہے۔ بلاؤز کا اگلا حصہ کھلا ہونے کی وجہ سے بچے اسے آسانی سے اتار اور پہن سکتے ہیں۔ اسی طرح سردیوں میں گرم کپڑے پہنانے سے پہلے جسم پر سوتی بنیان، فراک یا بلاؤز پہنانا ضروری ہے۔ اسی طرح گرم پاجامے یا پتلون کے نیچے بھی سوتی کپڑے، ململ یا وائل کا استر ہونا ضروری ہے۔

-4 جوتے یا بوٹ نرم کپڑے، کینوس یا نرم چمڑے کے ہونے چاہییں۔ جوتے پاؤں سے تھوڑے کھلے ہونے چاہییں تاکہ پاؤں جوتے میں آسانی سے جا سکے اور بچہ چلنے پھرنے میں دِقت محسوس نہ کرے۔ پاؤں پر ہمیشہ جرابیں پہنانی چاہییں تاکہ پاؤں کی جلد خراب نہ ہو۔ چونکہ اس عمر میں نشوونما تیزی سے ہو رہی ہوتی ہے اور بچوں کو جوتے جلد تنگ ہو جاتے ہیں اس لیے ایک وقت میں صرف ایک جوڑا جوتے کا خریدنا چاہیے۔

(د) دو سے پانچ سال کے عمر کے بچوں کے ملبوسات

اس عمر کے بچے جسمانی نشوونما کے ساتھ ساتھ ذہنی شعور بھی حاصل کر لیتے ہیں اس لیے ان کے لباس کا انتخاب ذرا مشکل مرحلہ ہوتا ہے۔ کیونکہ وہ لباس کے بارے میں اپنی رائے دینے لگتے ہیں۔ اس عمر کے بچے زیادہ تر کھیل کود میں مصروف رہتے ہیں مثلاً بھاگنا، دوڑنا، چڑھنا، اترنا، تین پہیوں والی سائیکل چلانا، چیزوں کو دھکیلنا وغیرہ۔ ان تمام مشاغل میں بچے دوسرے بچوں کے ساتھ مل جل کر کھیلتے ہیں جس سے ان کی معاشرتی نشوونما بھی ہوتی ہے۔ اس لیے اس عمر کے بچوں کے لیے لباس کا انتخاب کرتے وقت مندرجہ ذیل باتوں کو مدنظر رکھنا ضروری ہے۔

-1 لباس بہت ڈھیلے یا بہت تنگ نہیں بلکہ درمیانہ فٹنگ میں ہونے چاہییں۔

-2 سردیوں میں گرم، موٹے اور نرم وملائم کپڑوں کا انتخاب کرنا چاہیے۔ مثلاً سویٹر، جرسی، ٹوپی، جرابیں، گرم پاجامے اور کوٹ وغیرہ۔ جبکہ گرمیوں میں ہلکے پھلکے نرم، جاذب نظر اور قدرے ڈھیلے ڈھالے لباس کا انتخاب کرنا چاہیے۔

-3 چونکہ بچوں کی جلد نرم و نازک ہوتی ہے اس لیے ان کے تمام لباس نرم وملائم اور جاذب سوتی کپڑے کے پختہ رنگوں میں ہونے چاہییں کیونکہ ان کو دھونا اور استری کرنا آسان ہوتا ہے۔

-4 کپڑے کا انتخاب کرتے وقت بچے کی عمر، مشاغل، لباس کے ڈیزائن، رنگ اور پسند و ناپسند کو بھی مدنظر رکھنا ضروری ہے۔ ان کے لیے کھلتے ہوئے شوخ گلابی، ہلکے سرخ، شوخ نیلے اور شوخ سبز رنگ نہایت مناسب ہیں۔ ہلکے اور سفیدی مائل رنگ کے لباس بھی کبھی کبھار استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ چھوٹے چھوٹے ڈیزائن، چھوٹے چیک، پولکا ڈاٹس اور لکیردار ڈیزائن اس عمر کے لیے مناسب ہیں۔

-5 لباس کے ڈیزائن بہت پیچیدہ نہیں ہونے چاہییں بلکہ سادہ قسم کی سجاوٹ کی چیزیں استعمال کرنی چاہییں اور بڑے بڑے سجاوٹی بٹن، کلپ، موتی، اور لیسوں وغیرہ کے استعمال سے اجتناب کرنا چاہیے کیونکہ ایسے کپڑوں کو دھونا اور استری کرنا مشکل ہوتا ہے اور بچے

بھی ایسے لباس میں آرام محسوس نہیں کرتے جوان کے کھیل کود میں رکاوٹ کا باعث بنے۔جبکہ سادہ لباس میں بچے مطمئن، خوش اور سمارٹ نظر آتے ہیں۔ان کے لباس شوخ اور گہرے رنگوں کے ہونے چاہییں اور کپڑوں کے ڈیزائن چھوٹے چھوٹے پھولوں، جانوروں، اردو اور انگریزی کے حروف، چھوٹے چیک، لکیر دار ہونے چاہییں۔اس کے علاوہ لباس کے ہم رنگ ربن، کلپ، بیلٹ، جرابیں وغیرہ بچے کی شخصیت میں خوشگواری اور نفاست کا احساس ابھارتے ہیں جس سے بچے میں خوداعتمادی پیدا ہوتی ہے۔

-6 لباس پائیدار کپڑے کا ہونا چاہیے۔لیکن کپڑا زیادہ سخت اور کُھردرا نہیں ہونا چاہیے۔

-7 لباس پہننے اور اتارنے میں آسان ہونا چاہیے جسے پہن کر بچہ آزادی محسوس کرے۔

-8 اس عمر میں بچوں کی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے اس لیے ان کے لباس میں بڑھاؤ کی گنجائش کا ہونا ضروری ہے۔مثلاً لمبائی کے لیے فراک قمیص یا کُرتے کے دامن کو زیادہ موڑ کر اس میں کپڑا دبایا جاسکتا ہے۔پاجامے، پتلون، نیکر وغیرہ کے پائنچے میں زیادہ کپڑا موڑ کر لمبا کرنے کی گنجائش رکھی جاسکتی ہے۔بازو میں لمبائی کی گنجائش ان کے کف میں زیادہ کپڑا موڑ کر رکھی جاسکتی ہے۔اس کے علاوہ قمیص، بلاؤز اور فراک کی اطراف پر فالتو کپڑا رکھنے سے انہیں بوقت ضرورت کھلا کیا جاسکتا ہے۔

-9 لباس پر بٹن وغیرہ مضبوطی سے لگے ہوئے ہونے چاہئیں نیز لباس کی سلائی ہمیشہ نرم اور چپٹی ہونی چاہیے۔

دو سے پانچ سال کے بچوں کے ملبوسات

(ہ) چھ سال سے گیارہ سال کے بچوں کے ملبوسات

اس عمر کی لڑکیوں اور لڑکوں کے دو گروپ بنائے جا سکتے ہیں کیونکہ ان کی لباس کی ضروریات الگ الگ ہوتی ہیں۔

(i) لڑکیوں کے ملبوسات

1- جسم کی نشوونما کو مدنظر رکھتے ہوئے لباس کے ڈیزائن کا انتخاب کرنا چاہیے۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ قمیص یا کُرتے کو زیادہ موڑ کر تر پائی کی جائے تا کہ لمبائی بڑھائی جا سکے۔ قمیص پر سینے اور کندھوں کے درمیان افقی اور عمودی پلیٹ بھی ڈالے جا سکتے ہیں تا کہ بوقتِ ضرورت کھول کر لمبائی اور چوڑائی میں اضافہ کیا جا سکے۔ کُرتے میں یہ خاصیت ہوتی ہے کہ اس کا ناپ بڑھتے ہوئے جسم پر کافی عرصے تک پورا آ سکتا ہے۔

2- مونڈھے کی تنگ گہرائی اور تنگ فٹنگ والی آستین آرام دہ نہیں ہوتی کیونکہ یہ کھیل کے دوران رکاوٹ کا باعث بنتی ہے۔

3- لباس میں لیس، چنٹ یا زیادہ سجاوٹ بھی نامناسب لگتی ہے البتہ تقریبات یا کبھی کبھار پہننے والے ملبوسات پر اس کا استعمال کیا جا سکتا ہے۔

4- لباس کا سٹائل یا ڈیزائن اس طرح کا ہونا چاہیے جو آسانی سے پہنا اور تبدیل کیا جا سکے۔ اس کے لیے پٹی لباس کے سامنے کی طرف بنانی چاہیے۔ چھوٹے بٹن، ہک اور زپ کے استعمال سے گریز کرنا چاہیے۔

5- کپڑا پائیدار، دھلنے اور استری کرنے میں آسان اور آرام دہ ہونا چاہیے۔

چھ سال سے گیارہ سال کی لڑکیوں کے ملبوسات

6- ہوزری کے بنے ہوئے کپڑوں سے تیار کردہ ایسے زیر جامے جن میں الاسٹک ڈالا گیا ہو بہت مفید رہتے ہیں کیونکہ یہ بہت کم سُکڑتے ہیں اور ان کو دھونے کے بعد استری کرنے کی بھی ضرورت نہیں ہوتی۔

7- سلائیوں میں کافی گنجائش ہونی چاہیے تاکہ پہننے کے دوران سلائیاں خراب نہ ہوں اور کھیل کے دوران کھینچا تانی اور بھاگ دوڑ سے اُدھڑنے نہ پائیں۔

8- رنگ اور ڈیزائن دلکش اور جاذبِ نظر ہونے چاہییں رنگ پختہ ہونے چاہییں جو زیادہ دھلائی سے خراب نہ ہوں۔

9- عام لباس کے لیے سوتی کپڑوں کا استعمال مناسب رہتا ہے۔ جبکہ تقریبات وغیرہ کے لیے ریشمی کپڑے استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

(ii) لڑکوں کے ملبوسات

لڑکوں کے لیے عمر کا یہ دورانیہ بہت خوبصورت ہوتا ہے اس دور میں لڑکوں کی شخصیت نکھرتی ہے۔ وہ آزاد اور خودمختار ہونے کی کوشش کرتے ہیں۔ اس عمر کے لڑکوں کے لباس کا انتخاب کرتے وقت درج ذیل نکات کو مدنظر رکھنا ضروری ہے۔

1- اس عمر کے لڑکے ایسا لباس پسند کرتے ہیں جس کو پہن کر انہیں بھاگنے دوڑنے اور اچھل کود کرنے میں دقت نہ ہو۔ اس لیے تنگ لباس، سخت، موٹے، اکڑے ہوئے اور بھاری کپڑے استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔

چھ سے گیارہ سال کے لڑکوں کے ملبوسات

2- ڈیزائن سادہ ہونے چاہییں اور ان میں کھلا کرنے کی گنجائش ہونی چاہیے مثال کے طور پر پاجامے اور پتلون کو زیادہ موڑ کر ترپائی کرنی چاہیے اور سلائی کو کھولنے کی گنجائش زیادہ ہونی چاہیے۔ اسی طرح شلوار اور پاجامے کے نیفے کو ذرا چوڑا موڑ کر رکھنا چاہیے تاکہ بوقتِ ضرورت کھولا جا سکے۔ نیکر اور پتلون میں اگر کمر کی پٹی میں الاسٹک (پچھلی طرف) ہو تو اس سے کافی عرصے تک کمر سے نیکر یا پتلون تنگ نہیں ہوتی اور بغیر ردوبدل کے استعمال ہو سکتی ہے۔

3- کپڑوں کا رنگ پختہ ہونا چاہیے۔ بچوں کے لباس کے لیے سوتی کپڑوں کا استعمال مناسب رہتا ہے مثال کے طور پر لٹھا، پاپلین، کارڈ رائے، زین وغیرہ کو دھونا آسان ہوتا ہے اور یہ پہننے میں بھی بہتر رہتے ہیں۔ اس عمر کے لیے چھوٹے پھولدار پرنٹ، چیک اور دھاریاں استعمال کرنا بہتر ہے۔ گرمیوں میں ٹھنڈے اور ہلکے رنگ مثلاً ہلکے نیلے، گلابی، بادامی، کریم اور سفید وغیرہ اور سردیوں میں گہرے رنگ مثلاً نیلے، براؤن، میرون وغیرہ کا استعمال مناسب رہتا ہے۔

4- اس عمر میں بچوں کے کپڑے پھٹنے، داغ دھبے لگنے اور خراب ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ اس لیے ایسے رنگوں، ڈیزائن اور کپڑوں کا انتخاب کرنا چاہیے جو داغ دھبے لگنے کے بعد بھی قابل استعمال رہ سکیں۔

(ہ) بارہ سال سے سولہ سال کی عمر کے بچوں کے ملبوسات

اس عمر کے بچوں میں پسند اور ناپسند کا جذبہ پیدا ہو جاتا ہے اور بچے جہاں یہ محسوس کرتے ہیں کہ یہ عمدہ لباس ہے وہاں وہ یہ بھی محسوس کر لیتے ہیں کہ ان کے دوست احباب ان کے بارے میں کیا رائے رکھتے ہیں وہ ان کی رائے کو اپنی دانست میں بہت اہمیت دیتے ہیں وہ اپنے ہم عمر بچوں سے بہت متاثر ہوتے ہیں اور یہ چاہتے ہیں کہ ان کا لباس بھی اپنے ساتھیوں جیسا ہو۔ اس لیے بچوں کے قدوقامت، جسامت اور شخصیت کو مدنظر رکھتے ہوئے لباس کے رنگ، ڈیزائن اور پرنٹ کا انتخاب کرنا چاہیے۔

(ل) اٹھارہ سے پچیس سال کی عمر کے ملبوسات

اس عمر میں لباس کے تقاضے یکسر مختلف ہوتے ہیں کیونکہ فیشن اور جدت پیدا کرنے کی یہی عمر ہوتی ہے۔ اس عمر کے لیے لباس کا انتخاب کرتے وقت درج ذیل نکات کو مدنظر رکھنا ضروری ہے۔

1- لباس جسمانی خدوخال، ضروریات اور سرگرمیوں کو مدِنظر رکھتے ہوئے منتخب کرنا چاہیے۔

2- لباس کے رنگ اور ڈیزائن کا استعمال فیشن کی مناسبت سے کرنا چاہیے۔ لیکن لباس کا اسلامی تقاضوں سے ہم آہنگ ہونا ضروری ہے۔

3- اس عمر میں چونکہ بھرپور نشوونما ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے لباس کا انتخاب شخصیت، جسامت، ضروریات اور سرگرمیوں کو مدنظر رکھتے ہوئے کرنا چاہیے۔ شخصیت کی مختلف اقسام ہیں مثلاً نفاست پسند شخصیت، قوی و مضبوط شخصیت، باوقار و سنجیدہ شخصیت، ڈرامائی شخصیت، شرمیلی شخصیت اور زندہ دل و شوخ شخصیت۔ ان کے لباس کا انتخاب ان کی شخصیت کو مدنظر رکھتے ہوئے کرنا چاہیے۔

(i) **نفاست پسند شخصیت** کی حامل لڑکیاں چونکہ نازک مزاج، نسوانیت اور نزاکت سے بھرپور ہوتی ہیں اس لیے ان کے لیے نرم و ملائم کپڑے مناسب رہتے ہیں۔ ہلکے رنگوں میں نازک پرنٹ استعمال کرنے چاہییں۔ سلائی میں پف دار بازو، چھوٹی چھوٹی خوبصورت ہلکی پھلکی جھالریں، نرم نرم چنٹیں، ہلکی اور نفیس کڑھائی ان کی شخصیت کے تاثر کو نمایاں کرتی ہے۔

(ii) **قوی و مضبوط شخصیت** کی حامل لڑکیوں کے لیے درمیانہ موٹے پارچہ جات، گہرے اور تیز رنگوں میں لکیر دار اور چیک دار ڈیزائن مناسب رہتے ہیں۔ عام سٹائل کی سلائی، کف، کالر اور جیبوں کا استعمال بہتر رہتا ہے۔ جن پر سادہ مگر خوبصورت کالر اور کناری دار لیس کا استعمال کیا گیا ہو۔

(iii) **باوقار و سنجیدہ شخصیت** کی حامل لڑکیوں کے لیے درمیانہ موٹائی کے مضبوط اور درمیانہ نرمی کے پارچہ جات خصوصاً سوتی اور لینن وغیرہ مناسب رہتے ہیں۔ سنجیدہ اور ہلکے رنگ ان کی شخصیت اور مزاج سے ہم آہنگ ہوتے ہیں۔ گہرے اور شوخ رنگوں کو سارے لباس میں تھوڑا سا شوخی کا تاثر دینے کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ ان کے لیے سلیٹی، کالے اور گہرے نیلے رنگ موزوں رہتے ہیں۔ عمدہ سلائی والے درمیانہ ڈھیلے لباس کا استعمال بہتر رہتا ہے۔

(iv) **ڈرامائی شخصیت** کی حامل لڑکیوں کی ہر قسم کا موٹا، پتلا، چمکدار یا غیر چمکدار کپڑا مناسب ہے۔ تیز و نمایاں قسم کے شوخ رنگ بہت بھلے لگتے ہیں۔ غیر معمولی قسم کے پرنٹ اور عام رنگوں سے الگ تھلگ رنگ ایسے لوگوں کے لیے مناسب ہیں۔ چوڑی لائنوں والے ڈیزائن ان کے لیے زیادہ مناسب رہتے ہیں۔ لباس میں تھوڑی بہت جھالر اور پیچیدہ قسم کے ڈیزائن بھی ان کے لیے موزوں ہیں۔

(v) **شرمیلی شخصیت** کی حامل لڑکیوں کے لیے سادہ بنتی کے چھوٹے پھولدار ڈیزائن اور کاسنی، بے بی پنک، سبز، پستہ رنگ مناسب رہتے ہیں۔ سادہ اور پرنٹیڈ امتزاج کے چیک یا پرنٹ کا استعمال بھی ان کے لیے موزوں رہتا ہے۔ سادہ سلائی کا لباس ان کی شخصیت کو ابھارتا ہے۔

(vi) **زندہ دل اور شوخ شخصیت:** کی حامل لڑکیاں طبعاً شوخ و چنچل، زندہ دل اور خوش مزاج ہوتی ہیں۔ ان کے لیے سادہ اور عام لباس زیادہ موزوں رہتے ہیں جن میں انہیں بٹن بند کرنے یا نفاست سے استری کرنے میں زیادہ وقت درکار نہ ہو۔ ہلکے اور گہرے رنگ مثلاً نارنجی، گلابی، کاسنی، گہرا سبز وغیرہ کے زندگی سے بھرپور اور رنگا رنگ پرنٹ ان کے لیے مناسب رہتے ہیں۔ کپڑوں کے ڈیزائن بھی فیشن کے مطابق ہونے چاہییں۔

(م) درمیانی عمر کے ملبوسات

یہ دور عام طور پر پینتیس سال سے پچاس سال کی عمر کا دور ہے۔ عمر کی اس حد پر پہنچ کر انسان کسی نہ کسی مقام پر پہنچ چکا ہوتا ہے اور معاشرے میں اس کی ایک شناخت بن چکی ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر ماں، بیوی، ڈاکٹر، معلمہ وغیرہ۔ عمر کے اس دور میں سماجی ضروریات کافی بڑھ جاتی ہیں اور تقریباً سب میں شرکت ناگزیر ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر تیمارداری، خریداری، شادی بیاہ کی تقریبات، میلاد کی محفلیں،

پارٹیاں، میل ملاپ اور خوشی غمی وغیرہ۔ اس لیے اس عمر میں لباس کا انتخاب تمام ضروریات کا حقیقت پسندانہ جائزہ لے کر کرنا چاہیے۔

(ن) **ادھیڑ عمر کے ملبوسات:** یہ زندگی کے ادوار کا آخری حصہ ہوتا ہے۔ اس عمر میں مصروفیات کافی کم ہو جاتی ہے اور زیادہ وقت گھر میں گزرتا ہے۔ خواتین جسمانی طور پر زیادہ چاق و چوبند بھی نہیں رہتیں۔ مصروفیت کم ہونے کے باوجود سماجی طور پر رشتوں کے اعلیٰ ترین مقام پر ہوتی ہیں مثلاً نانی، دادی، ساس وغیرہ۔ اس لیے لباس کے رنگ اور پرنٹ انتہائی باوقار اور سادہ ہونے چاہییں۔ ہلکے رنگوں میں، ہلکی کشیدہ کاری کے لباس ان کے لیے موزوں رہتے ہیں۔ لباس کا ڈیزائن ایسا ہونا ضروری ہے جس کو پہننا اور تبدیل کرنا آسان ہو۔ گلا بہت کھلا یا تنگ نہیں ہونا چاہیے۔ درمیانہ سائز کے بٹن کا استعمال مناسب رہتا ہے۔ لباس بہت ڈھیلا ڈھالا یا تنگ نہ ہو بلکہ درمیانہ لمبائی اور چوڑائی کے لباس کا انتخاب کرنا چاہیے۔

11.3 کپڑوں میں ردوبدل کر کے انہیں نیا بنانا
(Alteration and Remodeling of Clothes)

آپ نے دیکھا ہو گا کہ اکثر اوقات گھروں میں ایسے بے شمار کپڑے ہوتے ہیں جو فیشن بدلنے کی وجہ سے ناکارہ سمجھے جاتے ہیں اور ان کو ضائع کر دیا جاتا ہے۔ لیکن اگر تھوڑی سی محنت اور لگن سے ان میں ردوبدل کر لیا جائے تو ان کو نیا بنایا جا سکتا ہے۔

لباس کی سلائی کوئی مشکل کام نہیں اور اگر اس کو لگن اور شوق سے کیا جائے تو بغیر پیسہ ضائع کیے پرانے کپڑوں کو قابل استعمال بنایا جا سکتا ہے۔ آپ پچھلے ابواب میں سلائی کے بارے میں تفصیلاً پڑھ چکی ہیں اور یقینا آپ میں سلائی کا شوق اُجاگر ہو چکا ہو گا۔ درج ذیل میں پرانے کپڑوں کو فیشن کے مطابق کرنے کے بارے میں چند تجاویز دی گئی ہیں جن پر عمل کرنے سے آپ پرانے کپڑوں کو نیا بنا سکتی ہیں۔

1- اگر قمیص کی لمبائی بہت کم ہو اور فٹنگ بھی بہت تنگ ہو تو آپ اس سے چھوٹے بچوں کی فراک، کُرتہ اور شلوار قمیص بنا سکتی ہیں۔

2- اگر صرف قمیص کی لمبائی کم ہے تو اس کے نیچے اس سے ملتی جلتی لیس یا مختلف رنگوں کی پٹیاں لگا کر اس کو فیشن کے مطابق کر سکتی ہیں۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ آپ ایسی لیس یا پٹیوں کا استعمال قمیص کے بازو اور گلے پر ضرور کریں تاکہ اس میں توازن پیدا ہو سکے۔

3- اگر قمیص چوڑائی میں تنگ ہے یعنی اس کی فٹنگ آپ کی جسامت کے مطابق نہیں تو اس کے اندر مختلف انداز میں پٹیاں ڈال کر اس کی چوڑائی بڑھائی جا سکتی ہے۔ اس سے گھیر دار فراک تیار ہو سکتا ہے۔ ان پٹیوں پر آپ کڑھائی بھی کر سکتی ہیں اور ان پر لیس بھی استعمال کی جا سکتی ہے۔

4- کرتے کی چوڑائی بڑھانے کے لیے کلیوں کا اضافہ کیا جا سکتا ہے۔

5- شلوار کی لمبائی بڑھانے کے لیے نیفہ ڈالا جا سکتا ہے۔ شلوار کے پائنچے اگر تنگ ہیں تو اس صورت میں بھی نیفہ ڈال کر پائنچے چوڑے کیے جا سکتے ہیں۔

6- سادہ قمیص پر باتیک (Batik) یا ٹائی اینڈ ڈائی (Tie and dye) کیا جاسکتا ہے۔ جن کپڑوں کے رنگ مدھم ہو گئے ہوں ان کو دوبارہ رنگوا کر مختلف طریقوں سے استعمال کیا جا سکتا ہے۔

7- سوٹوں کے دوپٹوں سے قمیص تیار کی جاسکتی ہے یا بچوں کے فراک، شلوار قمیص وغیرہ بنائے جاسکتے ہیں۔

8- شادی بیاہ کے کپڑوں یا کام والے کپڑوں میں بھی اسی طریقے سے تبدیلیاں کی جاسکتی ہیں۔

9- پرانی ساڑھیوں سے سوٹ بنائے جاسکتے ہیں۔

10- پرانے غرارے یا لہنگے وغیرہ کی قمیص نئے فیشن کے مطابق کر کے اس کو قابل استعمال بنایا جاسکتا ہے۔

11- سوٹوں کے ساتھ اکثر کام والے دوپٹے ہوتے ہیں۔ ان کو قابل استعمال بنانے کے لیے ان کے ہم رنگ یا متضاد رنگوں میں سوٹ بنائے جاسکتے ہیں۔

الغرض یہ کہ پرانے کپڑوں کو ردوبدل کر کے نیا بنانا کوئی مشکل کام نہیں لیکن اس کے لیے وقت، مہارت، شوق اور ذہنی کاوش درکار ہے۔ اس سے پیسوں کی بچت بھی ہوتی ہے اور خاتون خانہ کے سلیقے کو بھی داد ملتی ہے۔

اہم نکات

1- لباس کا صحیح انتخاب ہماری زندگی میں بہت اہمیت رکھتا ہے۔

2- ہر وہ چیز جو جسم ڈھانپنے کے لیے استعمال ہوتی ہے، ہمارا لباس کہلاتی ہے۔

3- آج کل کے دور میں فیشن اپنے معاشرے کی اقدار اور ثقافت کو مدنظر رکھ کر نہیں کیا جاتا بلکہ مغربی ممالک میں مروج فیشن کو بھی اپنایا جاتا ہے۔

4- لباس کی وضع میں تین عوامل اہمیت کے حامل ہیں مثلاً کپڑے یا پارچہ جات کا انتخاب، لباس کی تراش خراش اور لباس کا ڈیزائن۔

5- لباس انسان کی شخصیت کی عکاسی کرتا ہے اور ایک پرکشش شخصیت کے لیے لباس کا موزوں ہونا ضروری ہے۔

6- لباس کی موزونیت کے عوامل عمر و جنس، پیشے اور سرگرمیاں، آمدنی، گھریلو وسائل، مذہبی اقدار، موسم اور موقع محل، شخصیت اور رسم و رواج ہیں۔

7- آمدنی اور گھریلو وسائل کے مطابق لباس کا انتخاب کرنا ضروری ہے۔

8- ہمارے ملک میں سال بھر میں چار موسم آتے ہیں مثلاً گرمی، سردی، بہار، برسات اس لیے لباس ہمیشہ جغرافیائی حالات اور موسم کے مطابق پہننا چاہیے۔

9- لباس ہماری شخصیت پر نمایاں اثرات مرتب کرتا ہے اس لیے لباس کا انتخاب ان کو مدنظر رکھتے ہوئے کرنا ضروری ہے۔ شخصیت کی اقسام نازک اندام شخصیت، کھلاڑی شخصیت، ڈرامائی شخصیت، شرمیلی شخصیت، باوقار شخصیت اور زندہ دل وشوخ شخصیت ہیں۔

10- لباس کے انتخاب میں مذہبی اقدار اور شرعی تقاضوں کو مدنظر رکھنا ضروری ہے۔

11- عمر کے مختلف گروپوں میں لباس کی ضروریات مختلف ہوتی ہیں۔ اس لیے لباس کا انتخاب عمر کے ان تقاضوں کو مدنظر رکھتے ہوئے کرنا ضروری ہے۔

12- لباس کی سلائی کوئی مشکل کام نہیں لیکن اگر تھوڑی سی محنت اور لگن سے ان میں ردوبدل کرلیا جائے تو بغیر پیسہ ضائع کیے پرانے کپڑوں کو قابل استعمال بنایا جاسکتا ہے۔

سوالات

1- ذیل میں دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے نیچے چار ممکنہ جوابات دیے گئے ہیں۔ درست جواب کے گرد دائرہ لگائیں۔

(i) ہر وہ چیز جو ہمارا جسم ڈھانپنے کے لیے استعمال ہوتی ہے کیا کہلاتی ہے؟

(الف) لباس (ب) کپڑا (ج) شخصیت (د) زندگی

(ii) لباس کی وضع میں کتنے عوامل اہمیت کے حامل ہیں؟

(الف) ایک (ب) دو (ج) تین (د) چار

(iii) شیر خوار بچوں کے کپڑے کس رنگ میں بہتر رہتے ہیں؟

(الف) شوخ رنگ (ب) ہلکے رنگ (ج) سیاہی مائل رنگ (د) دھندلے رنگ

(iv) اٹھارہ سے پچیس سال کی عمر کے لیے کیسے رنگ استعمال کرنے چاہییں؟

(الف) صوفیانہ رنگ (ب) شوخ رنگ (ج) سیاہی مائل رنگ (د) کالے رنگ

(v) لباس خاندان کے بجٹ میں کس اہمیت کا حامل ہے؟

(الف) دوہری (ب) ثانوی (ج) اختیاری (د) خریداری

(vi) شخصیت کی کتنی اقسام ہیں؟

(الف) پانچ (ب) چھ (ج) سات (د) آٹھ

(vii) انسان کی شخصیت خواہ کیسی ہو وہ کس کا مالک ہوتا ہے؟

(الف) دلچسپ ہستی (ب) سنجیدہ شخصیت (ج) خاموش (د) ڈرامائی

(viii) زندگی کے ابتدائی سالوں میں بچوں کی کیا تیزی سے ہوتی ہے؟

(الف) طبیعت (ب) نشوونما (ج) صحت (د) مضبوطی

(ix) دو سے پانچ سال کی عمر کے بچے جسمانی نشوونما کے ساتھ ساتھ کیا حاصل کر لیتے ہیں؟

(الف) مذہبی شعور (ب) کھیل کود (ج) مشاغل (د) احساس

(x) پرانے لباس کو تھوڑے سے ردوبدل سے کیسا بنایا جا سکتا ہے؟

(الف) نیا (ب) پرانا (ج) ضائع (د) محنت

2- مختصر جوابات تحریر کریں۔

(i) لباس کی وضع میں کتنے عوامل اہمیت کے حامل ہیں؟

(ii) لباس کی تراش وخراش سے کیا مراد ہے؟

(iii) شخصیت کی کتنی اقسام ہیں؟ نام لکھیں۔

(iv) لباس کی موزونیت کن عوامل پر مبنی ہے؟

(v) گیارہ سال سے سولہ سال کی عمر کے بچوں کے ملبوسات کیسے ہونے چاہییں؟

3- تفصیلی جوابات تحریر کریں۔

(i) عمر کے مطابق لباس کا انتخاب کیونکر کیا جا سکتا ہے؟

(ii) پیشے وسرگرمیوں اور مذہبی اقدار کے مطابق لباس کے انتخاب پر نوٹ لکھیں؟

(iii) شخصیت کی مختلف اقسام کو مدِنظر رکھتے ہوئے لباس کا انتخاب کیونکر کیا جا سکتا ہے؟

(iv) چھ سال سے بارہ سال کی عمر کے بچوں کے ملبوسات کے بارے میں تحریر کریں؟

(v) اٹھارہ سے پچیس سال کی نفاست پسند، ڈرامائی اور باوقار شخصیت کی حامل خواتین کا لباس کیسا ہونا چاہیے؟

(vi) کپڑوں میں ردوبدل کر کے انہیں نیا بنانے کے بارے میں کن تجاویز پر عمل کرنا ضروری ہے؟

عملی کام

طالبات جماعت میں اپنی کوئی پرانی استعمال شدہ قمیص لائیں۔ اپنی استاد کے مشورے سے اس میں ردوبدل کریں اور اپنی فائل میں اس کے بارے میں تحریر کریں۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ پہلے پرانی قمیص کی تصویر لگائی جائے اور پھر ردوبدل کے بعد نئی تیار شدہ قمیص کی تصویر لگائی جائے۔