



شاہد آفریدی کے حق میں احتجاج

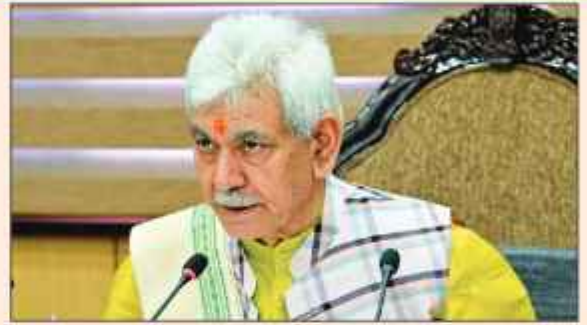
جموں و کشمیر انتظامیہ اور سیکورٹی فورسز سالانہ امر ناتھ یاترا کے پر امن انعقاد کیلئے تیار

یاترا کیلئے خصوصی انتظامات کو حتمی شکل

اس بار بھی کشمیری عوام یاتریوں کیلئے حمایت جاری رکھتے ہوئے پرانی روایت کو زندہ رکھیں

سرینگر 22 جون // جموں کشمیر انتظامیہ اور سیکورٹی فورسز سالانہ امر ناتھ یاترا کے پر امن انعقاد کیلئے تیار ہے۔ کی بات کرتے ہوئے لیفٹنٹ گورنر منوج سنگھ نے کہا کہ یاترا کیلئے خصوصی انتظامات کئے گئے ہیں۔ انہوں نے کشمیری عوام سے یاترا

گزارش کی ہے کہ وہ یاترا کے دوران یاتریوں کی سہولیات اور حفاظت جاری رکھتے ہوئے پرانی روایت کو زندہ رکھیں۔ اس بار بھی کشمیری عوام یاتریوں کیلئے حمایت جاری رکھتے ہوئے پرانی روایت کو زندہ رکھیں۔



سرینگر 22 جون //

سیکورٹی فورسز نے جنگجوؤں کا ٹھکانہ بے نقاب کیا

کپڑے اور جوتے برآمد علاقے میں تلاشی جاری

سرینگر 22 جون // پونچھ کے مینڈھڑ سب ڈویژن میں دہشت گردوں کے ایک ٹھکانے کا پتہ لگا گیا ہے۔ مینڈھڑ کے سلواہ ناراگاؤں اور اس کے آس پاس کے علاقوں میں سرچ آپریشن شروع کیا گیا۔ آپریشن کے دوران کپڑے اور جوتے ایک خفیہ ٹھکانے کو تباہ کر دیا گیا۔ سیکورٹی فورسز نے کپڑے اور جوتے برآمد علاقے میں تلاشی جاری رکھی۔



سرینگر 22 جون //

انجینئر رشیدی کی عبوری ضمانت کی درخواست پر سماعت پھر ملتوی

سرینگر 22 جون // اور حالیہ میں بارہولہ سے پارلیمنٹ کی عبوری ضمانت کی درخواست کو ایک بار پھر ملتوی کر دیا گیا ہے۔ انجینئر رشیدی کی عبوری ضمانت کی درخواست کو ایک بار پھر ملتوی کر دیا گیا ہے۔ انجینئر رشیدی کی عبوری ضمانت کی درخواست کو ایک بار پھر ملتوی کر دیا گیا ہے۔



سرینگر 22 جون //

امرناتھ یاتریوں کی سیکورٹی اولین ترجیح ہے: چیف سیکریٹری

یاتریوں کے قیام کو آرام دہ بنانے کیلئے بہتر سہولیات کی فراہمی کیلئے کام جاری

سرینگر 22 جون // امر ناتھ یاترا کی سیکورٹی اولین ترجیح ہے کی بات کرتے ہوئے چیف سیکریٹری آفس ڈولونے کہا کہ تقریباً تمام انتظامات کو حتمی شکل دی جا چکی ہے اور یاتریوں کے قیام کو آرام دہ بنانے کیلئے بہتر سہولیات کو یقینی بنانے کیلئے کام کر رہے ہیں۔ سی این آئی کے مطابق چیف سیکریٹری جموں کشمیر آفس ڈولونے نے کہا کہ یاتریوں کے قیام کو آرام دہ بنانے کیلئے بہتر سہولیات کو یقینی بنانے کیلئے کام کر رہے ہیں۔



سرینگر 22 جون //

مسلم لیگ جموں و کشمیر اور تحریک حریت پر پابندی جاری رکھنے کا فیصلہ ٹریبونل کی مہر

پابندی جاری رکھنے کا فیصلہ ٹریبونل کی مہر

سرینگر 22 جون // دہلی ہائی کورٹ کے جج جتن دت کے ایک رکن ٹریبونل کی تشکیل رواں سال جنوری میں پابندی لگانے کے فیصلے کو چیلنج کیا گیا ہے۔ اس کے ساتھ ہی ان کے بینک اکاؤنٹس اور مالی لین دین کو بھی فریز کر دیا گیا ہے۔ اس سے قبل جنوری سیشن میں مرکزی حکومت نے مسلم لیگ جموں و کشمیر کی بھی مطلقاً پابندی لگانے کی ہدایت دی تھی۔ دہلی ہائی کورٹ نے ٹریبونل کی مہر سے پابندی جاری رکھنے کا فیصلہ کیا تھا۔ اب یو ایس بی اسے ٹریبونل نے اس پابندی کو جاری رکھنے کا فیصلہ کیا ہے اور اس پر مہر لگا دی ہے۔ اس کے ساتھ ہی ان کے بینک اکاؤنٹس اور مالی لین دین کو بھی فریز کر دیا گیا ہے۔

وزیراعظم نے بنگلہ دیشی ہم منصب کیساتھ بات چیت کی

دونوں ممالک کے بیچ کئی اہم محبتوں پر دستخط ہو دیں گے بنگلہ دیش آنے کی دعوت

سرینگر 22 جون // وزیراعظم نریندر مودی نے سب راہ باؤس میں بنگلہ دیشی وزیراعظم شیخ حسین کے ساتھ دو طرفہ بات چیت کی۔ ملاقات کے دوران ان کی اہم سمجھوتوں پر دستخط کئے گئے۔ اس موقع پر شیخ حسین نے وزیراعظم مودی کا بنگلہ دیش آنے کی دعوت دی۔ سی این آئی ماٹرینگ نے ڈیک کے مطابق وزیراعظم مودی نے اپنی دعوت کو قبول کیا ہے۔



سرینگر 22 جون //

بجھاڑہ میں سڑک حادثہ

سرینگر 22 جون // جنوبی ضلع اجت ناگ کے بجھاڑہ علاقے میں سڑک کے ایک حادثے میں شہری جاں بحق ہو گیا ہے۔ سی این آئی کوٹلی بند سے لے کر سمن میں تصویبات فراہم کرتے ہوئے بتایا کہ بجھاڑہ میں سڑک حادثے میں ایک شخص کی جاں بحق ہو گئی۔ انہوں نے بتایا کہ پولیس اسٹیشن بجھاڑہ کے قریب پیش آیا جس میں ایک شہری کی موت ہوئی۔

حکومت ہنگامی حالات میں کسی بھی ٹیلی فنی یا نیٹ ورکس کا کنٹرول سنبھال سکتی

کئی یا نیٹ ورکس کا کنٹرول سنبھال سکتی

سرینگر 22 جون // ایکٹ 2023 کے نفاذ کے بعد مرکزی حکومت ہنگامی حالات میں کسی بھی ٹیلی فنی یا نیٹ ورکس کا کنٹرول سنبھال سکتی ہے۔ اس کے تحت اعلان کیا ہے کہ ٹیلی فون یا نیٹ ورکس کے کنٹرول سنبھالنے کے لیے ایکٹ 2023 کے نفاذ کے بعد حکومت ہنگامی حالات میں کسی بھی ٹیلی فنی یا نیٹ ورکس کا کنٹرول سنبھال سکتی ہے اور اس کا ایکٹ کا نفاذ 26 جون سے نافذ ہوگا۔ سی این آئی کے مطابق سبلی کام

سب سے بڑے فنانسی

اور پر تعمیری کام مکمل

سرینگر 22 جون // سرینگر میں وزیر تعلیم اب تک کے سب سے بڑے فنانسی اور ہونے والی پاس پر تقریباً تمام کام مکمل ہو چکا ہے اور اس کی جارہی ہے کہ مستلانی اور کوئٹہ کیلئے ایک ماہ کے آخر یا جولائی کے پہلے نصف میں ٹریک کی ٹولز اور جیل کیلئے سکول لایا جائے گا۔ واٹس آف انڈیا کے مطابق متوقع ہے کہ بہت ہی پاس فنانسی اور جون 2024 کے آخر تک عوام کے لیے سکول دیا جائے گا۔

امرناتھ یاترا کیلئے تین دائروں والے حفاظتی انتظامات

ٹنل سے لے کر پہلے گا موبائل تل کے ساتے پر بھی اضافی لہکاروں کی تعیناتی

سرینگر 22 جون // ماہ جون کے آخر سے سالانہ امر ناتھ یاترا کے سلسلے میں سیکورٹی انتظامات سخت کئے گئے ہیں۔ اجت ناگ سے لے کر پہلے گا موبائل تل کے ساتے پر بھی اضافی لہکاروں کی تعیناتی کی گئی ہے۔

نیٹ پر چرچہ لیک معاملہ

بہار پولیس نے جھارکھنڈ سے 6 افراد کو گرفتار کیا

سرینگر 22 جون // نیٹ (یو بی) پر چرچہ لیک معاملہ کے تار جھارکھنڈ کے بڑی باغ اور ونگ (ای او بی) نے ہندو کو پھنس کر اس معاملہ میں 6 افراد کو گرفتار کیا ہے۔ نیٹ (یو بی) پر چرچہ لیک معاملہ کے تار جھارکھنڈ کے بڑی باغ اور ونگ (ای او بی) نے ہندو کو پھنس کر اس معاملہ میں 6 افراد کو گرفتار کیا ہے۔

نئی منتخب سرکار کی بجٹ 2024-25 پیش کرنے کی تیاری

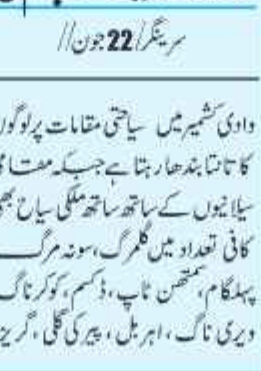
وزیر خزانہ کی تمام ریاستوں کے وزراء نے خزانہ کے ساتھ میٹنگ

سرینگر 22 جون // بجٹ 2024-25 کیلئے پیش ہونے والے بجٹ سے متعلق تھانہ خیال ہوا سی این آئی ماٹرینگ نے ڈیک کے مطابق وزیر خزانہ نے ریاستوں کے وزراء سے میٹنگ کی ہے۔

حالیہ بلاشوں کے بعد محکمہ موسمیات کی جانب سے تازہ پیش گوئی

23 سے 28 جون تک ٹنل کے آس پاس موسم خشک رہنے کا امکان

سرینگر 22 جون // بارشوں کے بعد محکمہ موسمیات نے 23 سے 28 جون تک ٹنل کے آس پاس خشک موسم کی پیش گوئی کرتے ہوئے 29 اور 30 جون کو بارشوں کے ایک اور مرحلے کی پیش گوئی کی ہے۔ اوپر بارشوں کے بعد دن اور رات کے درجہ حرارت میں کمی دیکھنے کوئی ہے تاہم محکمہ موسمیات کا کہنا ہے کہ آٹے والوں دنوں میں گرمی کا کہنا ہے۔



سرینگر 22 جون //

ولف پیری کھائیں، الزائمر سے محفوظ رہیں



بیتنگ: چین اور شمالی امریکہ میں عام پائی جانے والی ایک مرغوب نعمت وولف پیری یا گوتی پیری سے جو بڑا دوا دہن سے صحتی جاری ہے۔ اسے اب معلوم ہوا ہے کہ یہ شوخ پیری الزائمر اور دماغی انحطاط سے بھی بچاتی ہے۔ تحقیقی سائنسدانوں نے اس پیری سے الزائمر سے بچانے کا پورا سائنسی طریقہ کار دریافت کیا ہے۔ اسے عام طور پر چینی کھاؤں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ خشک بیجوں اور ان کے پتوں سے بنا ہوا ہے۔

پاکستان میں بھی دستیاب ہیں۔ ہم پہلے سے جانتے ہیں کہ گوتی پیری آکسیڈنٹ خواص سے بھری ہوئی ہے اور ایلیو آکسیجن کے نقصانات کا ازالہ کرتی ہے۔ ری ایلیو آکسیجن امراض قلب، کینسر اور دماغی انحطاط کی وجہ بن سکتے ہیں۔ ایک صبر آرنی تحقیق میں چینی اکادمی برائے سائنس کے ماہرین نے گوتی پیری کے اعصابی نظام کا سائنسی سطح پر جائزہ لیا ہے۔ سب سے پہلے انہیں سی ایلیو پتوں پر آزمایا گیا ہے۔ سائنسدانوں نے جان کر پتوں، روگنے کے پیری کے اہم کیسائی الزائمری لوڈنگ کی تاہم کو ختم کرتے ہیں اور الزائمر کی وجہ بن سکتے ہیں۔ واضح رہے کہ یہ پیری دماغی غلیظت سے بچنے کے لیے صحتی اور دماغی طور پر پیری ایلیو آکسیجن سے روکتا ہے اور اس طرح ایلیو پتوں کی پیری کی پیداوار کم ہوتی ہے۔ ماہرین نے ان پتوں کا پتہ لگایا ہے جو پیری میں پائے جاتے ہیں اور مانو کوکوز ریائی پروٹین یعنی ایم پی پی کی پیداوار کو ختم کرتے ہیں۔ اس سے پی پی کے پتوں کی پیداوار بہت حد تک کم ہوتی ہے۔ اس طرح پیری کے پورے نظام کو کچھ کر الزائمر کے علاج کی راہ ہموار ہوئی۔

کورونا اور نزلے پر قابو پانے کے لیے کیپسول تیار

لندن: برطانیہ کے طبی ماہرین نے ایک ایسی دوا تیار کی ہے جس کی مدد سے کورونا اور نزلے پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ برطانوی میڈیکل ریسرچ کونسل نے اس دوا کی تیاری کی اور ایسے ہیٹھ لے کر نزلے اور کورونا کے ایک کیپسول تیار کیا، جو کورونا اور نزلے والوں کے لیے مفید ہے۔ تحقیق کی جانب سے جاری کردہ رپورٹ کے مطابق ایک ماہ کے ٹرائل کے دوران اس دوا کے بہت اچھے نتائج سامنے آئے ہیں جس کی بنیاد پر یہ کہا جاسکتا ہے کہ یہ کیپسول مستقبل میں بہت فائدہ مند ثابت ہوگا۔



چین میں وین چینگ نے کہا کہ دوا کے انسانی تجربات اس سال کے آخر میں شروع ہونے کی توقع ہے۔ اگر یہ کامیاب ہو جائے تو اس کو خاص طور پر سردیوں میں نزلے اور آئس سے محفوظ رکھنے کے لیے یہ گولی بہت مفید ہوگی کیونکہ یہ دماغی نظام کو متحرک اور آسے بڑھاتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ ہم اس وقت پوسٹو پینڈمیٹک ٹینشن کی طرف جارہے ہیں جبکہ ہر سال ہم نزلے کی وبا کو دیکھتے ہیں۔ اس وقت ہماری کوشش کی ایسی دوا کی تیاری ہونی چاہیے جس کی مدد سے یہ دونوں کام ممکن ہو سکیں۔ وین چینگ نے بتایا کہ ہم نے اس دوا کا جانوروں پر تجربہ کیا ہے جو انتہائی شاندار رہا، ہماری کوشش میں ملے اور مریضوں کو محفوظ دینے کے لیے اسے اپنا کر لیا اور ویکسین ٹیسٹس میں ناکام سے کم ہو سکے۔ انہوں نے کہا کہ اب ہمارے پاس کیپسول کی صورت میں کوئی دوا فارمولا آ گیا ہے، جسے کمرے کے درجہ حرارت میں بھی رکھا جاسکتا ہے، مستقبل میں ترقی یافتہ ممالک میں اس دوا کو تیار کر سکیں گے۔

بچے ورزش کریں اور ریاضی آسان بنائیں

جنیوا: اگر آپ جانتے ہیں کہ بچے امتحانات میں اچھے نمبروں سے پاس ہوں تو ضروری ہے کہ انہیں باقاعدہ ورزش کا عادی بنایا جائے۔ نندرسٹ جسم اور نندرسٹ دماغ کے معدنی بات درست ہے کہ ورزش دماغ کو تیز کرتی ہے، یادداشت بہتر بنتی ہے اور اس سے انتہائی وقت بھی بڑھتی ہے۔ بچوں میں اس کے فوائد ریاضی، زبان سیکھنے اور دیگر علوم میں بہتری کی صورت میں سامنے آتے ہیں۔ یونیورسٹی آف جنیوا کے سائنسدانوں نے اس ضمن میں 200 کے قریب بچوں کو دو گروہوں میں تقسیم کر کے ان کا سروے کیا ہے۔ ان کا مقصد تھا کہ جسمانی سرگرمی اور تعلیمی صلاحیت کے درمیان



معلق کو سمجھا جائے۔ سروے میں یہ بات سامنے آئی کہ ورزش، سیکھنے اور جسمانی ورزش سیکھنے کی دماغی صلاحیت کو بہتر بناتی ہے۔ اس ضمن میں جنیوا میں 8 سے 12 سال تک کے 193 بچوں کو ٹیسٹ کیا گیا۔ اس میں بچوں کو ایک لائن سے دوسرے لائن میں 20 میٹر دوڑنا تھا اور پلٹ کر قدرے تیزی سے وہی مقام پر لوٹنا تھا۔ اس ٹیسٹ کو ماہرین نے کارڈیو پوسٹو ٹیسٹ کے طور پر قرار دیا ہے۔ ماہرین نے نندرسٹ سے دماغی افکار کا جائزہ لیا۔ اس میں اول آکسیجن سے جس میں تیز ضروری افکار اور خیالات سے پرہیز کرنا ہوتا ہے۔ دوسرا شعبہ دماغی ٹیک کے جس میں ہم ایک وقت میں کئی کام (ملٹی ٹاسکنگ) کر کے دماغی ٹیک اور تیزی پائیں سیکھنے کا مظاہرہ کیا جاتا ہے تیسری صلاحیت عملی حافظہ (ورکنگ میموری) ہے۔ اس میں ہم کوئی بات یادداشت میں محفوظ رکھ کر اس سے فائدہ اٹھاتے ہیں۔ ورزش کرنے والے بچوں کو پیرا میٹریک سے زیادہ نندرسٹ سے زیادہ نندرسٹ اور اعصابی دماغ، ٹوٹی کی تربیت دی گئی۔ یونیورسٹی اور اعداد و ایک تربیت میں یاد رکھنے اور دماغ کا کہا گیا۔ اس کے علاوہ جو بچوں جسمانی مشقت سے گزرے وہ اس ٹیسٹ میں بہتر رہے۔ دو ماہوں نے ورزش نہ کرنے والے بچوں کے مقابلے میں ریاضی اور فرانسیسی زبان سیکھنے میں بہتر کارکردگی دکھائی جس میں فرق واضح تھا۔ سائنسدانوں نے کہا ہے کہ بچوں کی دماغی ترقی کے لیے لازمی ہے کہ انہیں باقاعدہ ورزش اور مشقت کرنی چاہئے۔

کیوی پھل اور ورزش سے موٹاپے میں تیز رفتار کمی ممکن

آسٹریلیا: قدرت نے ہماری اطراف شفا کے خزانے بکھیر رکھے ہیں۔ اگر آپ وزن کم کرنے کے لیے باقاعدہ ورزش کرتے ہیں تو کیوی پھل اس عمل کو مزید مفید بنا کر بدن سے چربی ہلانے میں مزید مدد دے سکتا ہے۔ ایک نئے مطالعے سے معلوم ہوا ہے کہ



کیوی پھل کھایا جائے اور ورزش جاری رکھی جائے تو اس سے بے پناہ کی چربی ہلانے کا عمل تیز تر ہو جاتا ہے اور صرف تین ماہ میں اس کے واضح نتائج سامنے آئے لگتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کیوی میں کئی اقسام کے پوپٹینز اور آکسیڈنٹ اجزا بھی پائے جاتے ہیں۔ جرنل نیوٹریشن میں شائع ایک رپورٹ کے مطابق کیوی کا پھل ایک جانب تو خون میں گلوٹامینول پر رکھتا ہے تو دوسری جانب عمر بڑھانے والے ہاپو مارکروٹینول تقویت دیتا ہے۔ اس تحقیق کے دوران روتھون خواہین اور افراد کا انتخاب کیا گیا جو وزن کھانے کے لیے ورزش کر رہے تھے۔ ان میں سے ایک گروپ کو 12 ہفتے تک کیوی کھانے کا مشورہ دیا گیا۔ دوسری جانب دوسرے گروہ نے ورزش جاری رکھی تاہم شرکاء کے دیگر معمولات مثلاً غذائی انتخاب، تباہ کن موٹی اور دیگر باتوں کو بھی اس میں شامل کیا گیا۔ ماہرین نے دیکھا کہ صرف 12 ہفتوں بعد ہی ورزش اور کیوی ساتھ لے کر کھانے والے شرکاء کے کمر کا گھبر گھبر کے مقابلے میں نمایاں طور پر کم ہوا۔ اس کے علاوہ کیوی کھانے والے خواہین و حضرات میں بلڈ پریشر کے اضافے کا رجحان بھی کم دیکھا گیا۔ ماہرین کا مشورہ ہے کہ جو لوگ وزن کم کرنا چاہتے ہیں تو وزن کم کرنے کی تمام تدابیر کے ساتھ کیوی پھل کے جاہلوں سے معمولات کا حصہ بنائیں۔

گرم دودھ پینا گہری نیند کیلئے واقعی مفید ہے، تحقیق

واشنگٹن: عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ لوگ سوز پر جاتے ہیں۔ دودھ کا ایک گرم کپ پیتے ہیں۔ لیکن سائنس نے اس پر غور کیا ہے کہ کیا واقعی رات کو دودھ پینا گہری نیند لاتا ہے؟ ماہرین نے اس کا مطالعہ کیا ہے۔ یہ ہم جانتے ہیں کہ دودھ میں کئی طرح کے امینو ایسڈز ہوتے ہیں جو ہم پروٹین کی تشکیل کرتے ہیں۔ یہ پروٹین مختلف طریقوں سے نیند لاتے ہیں۔ ماہرین نے اس کے مطابق جب ماں یا باپ بچے کو نیند دینے کے لیے دودھ پینا ہے تو وہ اسے نیند لاتی ہے۔ لیکن تحقیق بتاتی ہے کہ ایک گلاس دودھ میں پروٹین کی بہت معمولی مقدار ہوتی ہے جو ملانے کے لیے بہت ناکافی ہوتی ہے۔ لیکن چینی ماہرین نے دودھ میں موجود دیگر کیسائی آکسڈنٹس کو دیکھا ہے۔ ان میں ایک نئے نام والا اجزاء ہے جسے 'سپنٹین' فریسن ہائیڈروکسیٹ یا (س پی ایچ) کہا جاتا ہے۔ اسے س پی ایچ میں سیکڑوں مختلف پینٹا نڈز ہوتے ہیں۔ اس دودھ میں موجود بعض پینٹا نڈز نیند لانی اسے س پی ایچ سے ریلپیئر پراڈ ڈالتے ہیں۔ یہ ریلپیئر دماغ میں سکھنے کا عمل روکتے ہیں اور یوں دماغی سرگرمی سست ہو جاتی ہے۔ جب بچوں کو یہ پینٹا نڈز دینے سے تو وہ گہری اور نیند سونگے۔ دوسری جانب بعض ماہرین کا خیال ہے کہ گرم دودھ معدے میں جا کر سکون پہنچاتا ہے اور یوں بدن کے درجہ حرارت کو بڑھاتا ہے۔ اس طرح نیند کی آغوش میں جانے میں مدد ملتی ہے۔



گرم دودھ کا ایک گلاس پینا ہے تو وہ اسے نیند لانی طور پر والدین کی آغوش، محبت اور سکون کا اظہار سمجھتے ہیں۔ اس طرح بچوں پر دودھ کا ایک نفسیاتی اثر ضرور ہوتا ہے۔ دوسری جانب دودھ پینے سے رات کو سیکھنے کا احساس بھی کم ہوتا ہے۔ اب اگر سائنسی طور پر بات کی جائے تو اس میں پروٹینوں نامی امینو ایسڈز ہوتے ہیں۔ امریکی نیشنل لائبریری آف میڈیسن کے مطابق پروٹین نیند اور سکون والے ہارمون میلاٹونین کو بڑھاتا ہے۔ اس طرح ہم کہہ سکتے ہیں کہ دودھ پینے کا عمل بدن کو تازہ رکھتا ہے کہ خود کو آگے بڑھانے اور نیند میں بہتری ہوتی ہے۔ سب سے زیادہ نیند میں عشاء کی میز پر دودھ کا چلگ بھی رکھا ہوتا ہے۔ لیکن تحقیق بتاتی ہے کہ ایک گلاس دودھ میں پروٹین کی بہت معمولی مقدار ہوتی ہے جو ملانے کے لیے بہت ناکافی ہوتی ہے۔ لیکن چینی ماہرین نے دودھ میں موجود دیگر کیسائی آکسڈنٹس کو دیکھا ہے۔ ان میں ایک نئے نام والا اجزاء ہے جسے 'سپنٹین' فریسن ہائیڈروکسیٹ یا (س پی ایچ) کہا جاتا ہے۔ اسے س پی ایچ میں سیکڑوں مختلف پینٹا نڈز ہوتے ہیں۔ اس دودھ میں موجود بعض پینٹا نڈز نیند لانی اسے س پی ایچ سے ریلپیئر پراڈ ڈالتے ہیں۔ یہ ریلپیئر دماغ میں سکھنے کا عمل روکتے ہیں اور یوں دماغی سرگرمی سست ہو جاتی ہے۔ جب بچوں کو یہ پینٹا نڈز دینے سے تو وہ گہری اور نیند سونگے۔ دوسری جانب بعض ماہرین کا خیال ہے کہ گرم دودھ معدے میں جا کر سکون پہنچاتا ہے اور یوں بدن کے درجہ حرارت کو بڑھاتا ہے۔ اس طرح نیند کی آغوش میں جانے میں مدد ملتی ہے۔

بلیویری دل کے لیے مفید قرار

لندن: بلیویری کے غیر معمولی فوائد سامنے آتے رہتے ہیں اور اب بلیویری کے متعلق انکشاف ہے کہ وہ نہ صرف فیوٹائیس کو تازہ رکھتی ہے بلکہ دل کے لیے مفید ثابت ہو سکتی ہے۔ کیلیفورنیا میں تحقیقی جرنل میں شائع رپورٹ کے مطابق ایک بلیویری

بھنگ کے قدرتی تیل سے مرگی کے دوروں میں 86 فیصد کمی

لندن: برطانیہ میں مرگی کے مریض بچوں پر ایک تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ بھنگ کے پودے حاصل کیے گئے خالص تیل سے نہ صرف مرگی کے دوروں میں 86 فیصد تک کمی آتی ہے بلکہ مرگی کی دیگر ادویہ کی ضرورت بھی بہت کم رہ جاتی ہے۔ اس تحقیق میں مرگی سے شدہ بچوں کو 10 بچوں کا مطالعہ کیا گیا جن کی عمر 18 سال یا اس سے کم تھی؛ اور جنہیں ایک دن میں مرگی کی کئی دوا میں کھانا پڑ رہی تھی۔ ان بچوں کو بھنگ کے پودے سے کالے کیے گئے خالص تیل (کیٹا ہاس آئل) کی معمولی مقدار میں



بلورودہ استعمال کروائی گئیں جن کا تعین ڈاکٹروں نے انفرادی طور پر بہت احتیاط سے کیا تھا۔ ان اہل ریسرچ جرنل "نی ایس ایم" سے پتہ چلا کہ اس طرح کے تیل سے مرگی کے دوروں میں 86 فیصد کمی آتی ہے۔ اس تحقیق کے دوران روتھون خواہین اور افراد کا انتخاب کیا گیا جو وزن کھانے کے لیے ورزش کر رہے تھے۔ ان میں سے ایک گروپ کو 12 ہفتے تک کیوی کھانے کا مشورہ دیا گیا۔ دوسری جانب دوسرے گروہ نے ورزش جاری رکھی تاہم شرکاء کے دیگر معمولات مثلاً غذائی انتخاب، تباہ کن موٹی اور دیگر باتوں کو بھی اس میں شامل کیا گیا۔ ماہرین نے دیکھا کہ صرف 12 ہفتوں بعد ہی ورزش اور کیوی ساتھ لے کر کھانے والے شرکاء کے کمر کا گھبر گھبر کے مقابلے میں نمایاں طور پر کم ہوا۔ اس کے علاوہ کیوی کھانے والے خواہین و حضرات میں بلڈ پریشر کے اضافے کا رجحان بھی کم دیکھا گیا۔ ماہرین کا مشورہ ہے کہ جو لوگ وزن کم کرنا چاہتے ہیں تو وزن کم کرنے کی تمام تدابیر کے ساتھ کیوی پھل کے جاہلوں سے معمولات کا حصہ بنائیں۔

کافی کا استعمال یا دوا داشت کی حفاظت بھی کرتا ہے

کراچی: کافی کے کئی طبی فوائد سامنے آتے رہتے ہیں اور اب ایک نیا تجربہ یہ ہے کہ کافی انڈیا اور دماغی ترقی کو سست کرتے ہوئے یادداشت کو بہتر بناتی ہے۔ پوری دنیا میں رعبت نوشی کی جانے والی کافی ایک جانب تو طبیعت میں تازگی پیدا کرنے میں اپنا ثانی نہیں رکھتی تو دوسری جانب انسانی نظام کو تقویت دیتی ہے۔ ماہرین کے مطابق کافی میں موجود کئی اقسام کے قحطے ہیں جنہیں زور دیکر مفید اجزاء دماغی افکار پر مثبت اثر ڈالتے ہیں۔ اس سے نیند کی کمی کے دیگر طبی فوائد دیکھ سکتے ہیں جن میں وزن کم



کرنے کی صلاحیت، ڈی پریشن میں کمی، امراض قلب سے بچانے اور دیگر بیماریوں سے بچانے والے خواص شامل ہیں۔ سب سے پہلے ایک مشورے میں جرنل آف الزائمر میں ایک رپورٹ شائع ہوئی تھی۔ اس میں نیند لینے کے سائنسدانوں نے کہا تھا کہ درمیانی عمر کے افراد اگر باندی سے تین یا چار کپ کافی روزانہ پیئیں تو اس سے دماغی افکار اچھے رہتے ہیں اور عمر کے ساتھ ساتھ معمولی کمزوری کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ ماہرین نے تحقیق کے مطابق سیاہ کافی اس ضمن میں بہت مفید ہوتی ہے اور اس میں معمولی سی کریم ملا کر پینے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ لیکن بہت زیادہ پیننے سے احتیاط برتنا ضروری ہے۔ 2014 میں جان باکلیور یونیورسٹی کے سائنسدانوں نے بھی تصدیق کی تھی کہ کافی میں موجود کئی خلیوں سے یادداشت پر اچھے اثرات مرتب

Transit accomodation for migrant employees Kakanmaran Budgam going on with full swing, department will handover 8 blocks before deadline, Executive Engineer R&B Budgam

Ubad mehdi
Department of Roads and Buildings Budgam is constructing transit accomodation for migrant pandith employees at Kakanmaran Budgam
The colony is based on 10 blocks, in which each block carries 16 one BHK flats, for which department has been given the deadline to complete the construction and to handover the blocks in year 2025 and department is ready to handover the blocks in September 2024(before deadline)
While talking to president Pandith colony Budgam he said "We are thankful to administration and department of R&B for speedy work in the colony and said district administration Budgam have given them the support that is beyond imagination"
He further said "The colony is carrying hundreds of flats but 1 BHK flat is not sufficient for a family and appealed administration to provide bigger flats in future so the families can comfortably live there"
Moreover the executive Engineer R&B Budgam, Javid Iqbal said "we were given the ultimatum to complete the construction till year 2025 but we will handover the blocks in September 2024 this year(before deadline)
President Pandith colony Sanjay Bhatt said " these blocks are for PM package employees and after retirement we have to handover these flats to administration and said " Administration should look forward for the rehabilitation of Kashmiri pandiths so we can live on our motherland as we were living when we were kids"



وطن

روزنامہ

سرینگر

بے روزگاروں کو روزگار دلانا صحیح مگر ڈیلی ویجرس کے ساتھ بھی انصاف کیا جائے!

جوں و کشمیر کے ایل جی انتظامیہ یہاں بہت قیور ترقی کا ایک نیا دور شروع کرنے اور بے روزگاروں کو روزگار کے مواقع فراہم کرنے کی غرض سے طرہ طرہ کی کوششیں کر رہی ہے اور انہی کوششوں کے ایک حصے کے طور پر جہاں سرکاری محکمہ جات میں خالی پڑی اسامیوں کو فاسٹ ٹریک بنیادوں پر رکھنے کے لئے اقدامات کے جا رہے ہیں وہیں جی سیکٹر کو بھی فروغ دینے کے حوالے سے کئی طرح کی پالیسیاں اپنائی جا رہی ہیں۔ ایل جی انتظامیہ نے ہاشمی قریب میں جوں و کشمیر کے اندر بیرونی سرمایہ کاری کو فروغ دینے اور سرمایہ کاروں کو یہاں کی طرف راغب کرنے کی غرض سے 'انوسٹرس سٹ' بھی متفقہ کر کے جس میں کافی بڑی تعداد میں بیرونی سرمایہ کاروں نے حصہ لے کر یہاں سرمایہ لگانے کے حوالے سے دلچسپی کا اظہار کیا۔ اگر بیرونی سرمایہ کاروں کو فاسٹ ٹریک جوں و کشمیر کے اندر سرمایہ کاری کرتے ہیں تو اس سے ایک تو یہاں کی دستکاریوں، زرعی پیداوار اور دیگر خدمات کے معاشی بازاریابوں کو فاسٹ ٹریک رسیٹی ملے گی جس کے نتیجے میں اس سے منسلک لوگوں کی آمدنی میں کافی اضافہ ہوگا وہیں یہاں کے مقامی نوجوانوں کے لئے روزگار کے مواقع بھی پیدا ہو گئے جنہیں اکثر اوقات حصول روزگار کے لئے بیرون وطن جاننا پڑتا ہے۔ حکومت وقت اگر اس منصوبے کو عملی جامہ پہنانے میں واقفیت کا سیلاب ہو جاتی ہے تو اس سے کئی طرح کے مواقع پیدا ہو گئے اور ان مواقع سے مقامی نوجوان ہی مستفید ہو گئے۔ سرکاری محکمہ جات میں خالی پڑی اسامیوں کا جہاں تک تعلق ہے تو اس میں یہ بات باخوش ترویج دینی جاسکتی ہے کہ بھرتی عمل میں جو مومناطاری ہے کیونکہ انتظامی مشینری کی منت رومی کے نتیجے میں سرکاری نوکریوں کے لئے جو نوٹیفیکیشن آج جاری ہوتا ہے اس کے تحت درخواستیں دینے والے امیدوار لگے لگے برس تک اسی انتظار میں رہتے ہیں کہ کب حتمی فہرست جاری ہو جاتی ہے تاکہ وہ یہ دیکھیں کہ آیا وہ کامیاب ہوئے ہیں یا نہیں اور جب جا کر وہ وہی طرح کے کسی دوسرے نوٹیفیکیشن کے تحت درخواست جمع کراتے ہیں اور انتظار میں لگ جاتے ہیں۔ ہمارے کالجوں اور یونیورسٹیوں سے سالانہ ہزاروں کی تعداد میں نوجوان لڑکے اور لڑکیاں تعلیم کے حصول کے بعد فارغ ہو جاتے ہیں اور پھر انہیں روزگار کے حصول میں دور دردی ٹھوکریں کھانا پڑتی ہیں۔ چونکہ جوں و کشمیر میں تاحال جی سیکٹر ہونے کے برابر ہے لہذا اس سیکٹر میں بے روزگاروں کو روزگار کا تائیلین سے ملنے کے لئے حصول روزگار کے مواقع بھی سکول آکر چہرے روزگاروں کو جو ان کے ایک بڑے حصے کو روزگار فراہم کر رہے ہیں مگر مگر مگر کی بات یہ ہے کہ کئی سکول ان بے روزگاروں کو جو ان کا حصہ انحصار کر رہے ہیں اور انہیں ان کی محنت شاقہ کے صلہ میں محض چند ہزار روپے کی تنخواہ دی جاتی ہے۔ ہمارے یہاں مختلف سرکاری محکمہ جات میں ڈیلی ویجر اور دیگر مزدوروں کے عارضی ملازمین کی بھرمار کی ایک بڑی وجہ بھی ہے کہ یہاں کے جی سیکٹر میں پڑھے لکھے نوجوانوں کو صرف انحصار کا شکار ہونا پڑتا ہے اور حتمی ہال سے تمام یہاں کی حکومت نے بھی جی اس انحصار کو ختم کرنے کے لئے کوئی کوشش نہیں کی ہے۔ مختلف سرکاری محکمہ جات میں اس وقت کم و بیش ایک لاکھ کے قریب ڈیلی ویجر اور دیگر مزدوروں کے عارضی ملازمین کام کر رہے ہیں اور یہاں بحال خالی اس احتجاج کرتے ہوئے دکھائی نہیں دیتے ہیں۔ حکومت وقت اگر یہ سرکاری محکمہ جات میں خالی پڑی اسامیوں کو پُر کرنے کے لئے ایک فاسٹ ٹریک طریقہ اپنانے کا ارادہ کرے تو اس سے اس کی فوری ضرورت ہے کہ سرکاری محکموں میں کام کر رہے ان تمام ملازمین کے مستقبل کے حوالے سے بھی کوئی فیصلہ جلد از جلد کیا جائے تاکہ انہیں درپیش مسائل اور مشکلات کم ہوں۔

تحریر
سہیل بشیر کار

اللہ رب العزت نے یہ دنیا قانون اسباب پر قائم رکھی ہے۔ یہاں بندے کا کام جدوجہد کرنا ہے، وہ دین اسلام فطرت پر قائم ہے۔ ایسا ہو ہی نہیں سکتا کہ اسلام کی تعلیمات عقل اور فطرت سے ٹکرائی ہو۔ عقل و فطرت کا تقاضا ہے کہ انسانی معاشرہ دوڑ دھوپ کریں، تاکہ وہ اپنی اور اپنے اہل و عیال کی ضروریات پوری کر سکیں۔ لایزب کہ دین اسلام بندہ مومن کے اندر اعتدال پیدا کرتا ہے۔ ایک طرف وہ حلال و حرام کی تمیز سکھاتا ہے؛ دوسری طرف وہ یہ بھی جانتا ہے کہ بندہ ہاتھ پر ہاتھ دھرے نہ بیٹھے، دنیا میں جتنی بھی مذہب ہیں، ان کا مشعر کہ کام ہے کہ بندہ کا عقل اپنے رب سے بڑ جائے، وہ لوگوں کو اپنے اپنے معبود خاتون کی اور پلاتے ہیں۔ اس کے برعکس اسلام کا امتیاز ہے کہ وہ اللہ کے ذکر کے لیے مسیحا کی طرف بلاتا ہے اور پھر جانتا ہے کہ اب جبکہ عبادات تکمیل ہو چکی تو نکلنا اور اپنے معمولات پھینکاؤ۔ نماز جمعہ کو دین اسلام میں غیر معمولی اہمیت ہے، اس دن جہاں وہ لوگوں کو وہ پسر میں مسجد میں بلاتا ہے، وہیں نماز ختم کرنے کے بعد کہتا ہے کہ اب منتظر ہو جاؤ، پچھل جاؤ اور اپنے اپنے کاموں میں لگ جاؤ، اور ضروریات سامان کے لیے جدوجہد کرو اور اتنا ہی نہیں رزق کی تلاش کرو اور اپنا فضل قرار دینا ہے۔ (جمعہ 4) اور دوسری جگہ معاشی جدوجہد کو لفظ 'خیر' سے موسوم کرتا ہے۔ (البقرہ 215) اللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ حلال رزق کی تلاش فرض ہے باقی فرضوں کے بعد۔ عام طور پر مذہب کا یہی تصور ہے کہ ہمیں اپنا وقت دنیا کے معمولات میں سے کم گزارنا چاہیے۔ دور رسالت میں اس سلسلے میں رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے اصحاب کی تربیت کی ہے؛ چند مثالیں پیش خدمت سے۔ ایک بار آپ صلی اللہ علیہ وسلم صحابہ کے ساتھ بیٹھے تھے کہ وہاں سے ایک شخص گزرا، وہ معاشی روز میں خوب لگا ہوا تھا، تو صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے کہا کاش باقی محنت دین کے لیے کرتا۔ رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اگر یہ شخص اس وجہ سے محنت کر رہا ہے کہ کسی کے آگے ہاتھ نہ پھیلائے پڑے یا اپنے گھر والوں کی دیکھ بھال کرے تو یہ بھی عبادت ہے۔ اتنا ہی نہیں حضور کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ وہی انسانوں پر رشک کیا جاسکتا ہے۔ ان میں ایک وہ جس کو خوب مال دیا گیا اور وہ اللہ کی راہ میں خوب خرچ کریں۔ اسلام کی تعلیمات اس سلسلے میں بہت واضح ہے اور رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم نے اس سلسلے میں لوگوں کی رہنمائی کی۔ آپ نے جب مدینہ ہجرت کی تو جہاں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے مسجد نبوی کی قیام عمل میں لایا، وہیں مدینہ ماریٹ کی بنیاد بھی رکھی۔ رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم لوگوں کو کاروبار کے لیے ترقیب دیتے تھے۔ ایک مرتبہ ایک شخص نے کہا کہ ہاں ہاتھ پھیلائے ہوئے حاضر ہوا۔ آپ نے پوچھا: کیا تمہارے گھر میں کچھ نہیں ہے؟ اس نے کہا کیوں نہیں، ایک چٹائی ہے جس کا کچھ حصہ بیچنا ہے اور کچھ حصہ اڑھ لیتے ہیں، اور پیرالہ ہے جس میں پانی پیتے ہیں، آپ نے کہا: دونوں میرے پاس لے آؤ۔ وہ لے

آیا۔ آپ نے دونوں چیزیں لیں اور کہا: ان دونوں کو کون خریدے گا۔ ایک صحابی نے کہا: میں ایک درہم میں لوں گا، آپ نے دو یا تین بار کہا ایک درہم سے زیادہ میں کون لے گا، ایک آدمی نے کہا میں دو درہم میں لے لوں گا، آپ نے وہ دونوں چیزیں اسے دیں اور دونوں درہم اس شخص کو دے دیئے اور اسے کہا: ایک درہم سے کھانے کی چیزیں خرید کر اپنے گھر دے آؤ۔ اور ایک درہم سے کھانا خرید کر میرے پاس لاؤ، وہ لے آیا تو آپ صلعم نے اپنے ہاتھ سے اس میں دست لگایا، پھر اس سے کہا: جاؤ کلڑی کاٹ کر بیچو، اور میں تمہیں پندرہ دن تک نہ دیکھوں۔ وہ آدمی گیا اور کلڑی کاٹ کر بیچنے لگا، پھر جب وہ آیا تو اس درہم کا چمکا تھا، جس سے پکڑے اور کھانے کی اشیا خرید لی، جسے حب اللہ کے رسول نے کہا: یہ اس سے بہتر ہے کہ تم قیامت کے دن اس حال میں آؤ کہ بچک مانگنے کا نشان کھارے چہرے پر ہو۔ بیک مانگنا ان میں سے علاوہ کسی کے لیے درست نہیں ہے؛ جو فاقے سے بد حال ہو، یا قریب میں دبا ہوا یا یواخوں بہاؤ اور کرنے کے لیے پریشان ہو۔ (ترمذی) رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ حلال کمانی نیک بندوں کا بہترین سرمایہ ہے۔ (احمد بطرانی) اتنا ہی نہیں قرآن مجید میں زکوٰۃ وفاق کا مقام اتنا بلند بتایا گیا ہے اور اس کا کافی ذکر ہے کہ ہر مسلم کے دل میں مال دار بن کر زکوٰۃ دینے اور زیادہ سے زیادہ وفاق کرنے کی خواہش کا پیدا ہونا چاہیے ہاتھ سے۔ اتنا ہی نہیں آپ کا ارشاد ہے کہ دینے والا ہاتھ لینے والے ہاتھ سے بہتر ہے اسلام کے نزدیک اگر کوئی شخص بیچوں پر مال خرچ کرتے ہو تو بھی صدقہ میں شمار ہوتا ہے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے دور خلافت میں کچھ لوگ مسجد کے ایک گوشہ میں اس خیال سے بیٹھے تھے کہ حصول رزق کے لیے انہوں نے ابھی دعا کی ہے۔ اس سلسلے میں اللہ ان کی روزی دہیں بیچنے لگا۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے جب انہیں دیکھا اور ان کی سرگزشت سنی تو اپنا گواہی ان کو فرمایا کہ تم میں سے کوئی روزی روٹی کے لیے غافل نہ ہو۔ آسمان سے سونا چاندی نہیں برستا۔ پھر انہوں نے سونہ بجا آیت 10 کی تلاوت

رزق کی تلاش اور اسلام

کی امام احمد ابن حنبل نے اس شخص کو پر ساروے کا جاہل کہا ہے جو گھر یا مسجد میں اس خیال سے بیٹھا کہ مجھے میرا رزق مل جائے گا۔ یہ دنیا دارا استخوان ہے۔ خود محنت کر کے کمانے کو سراہا گیا ہے؛ چنانچہ حضرت شریف کی ایک روایت میں ہے: ہم میں کوئی اپنے ہاتھ کی کمانی سے بہتر کوئی چیز نہیں کھاتا، اور اللہ کے نبی داؤد علیہ السلام اپنے ہاتھ سے کما کر کھاتے تھے۔ اسلام اس بات کی کبھی بہت



افرائی نہیں کرتا کہ انسان بیکار بیٹھا رہے۔ وہ جانتا ہے کہ امت مسلمہ کا ہر فرد معاشرہ کے لیے potential ہے، اس سلسلے میں رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم لوگوں کی ہمت افزائی کرتے تھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ تم میں سے کوئی اپنی رسیاں لیں، پہاڑ پر جائے، اپنی پیٹھ پر لکڑیوں کا بوجھ لا کر لائے، اسے بیچنے، اور اس کی قیمت سے اپنی ضروریات پوری کرے، یہ اس سے بہتر ہے کہ وہ لوگوں کے سامنے ہاتھ پھیلائے، وہ اسے دیں یا منع کریں۔" (بخاری)۔ اتنا ہی نہیں بلکہ آپ کی دعا میں یہ بھی شامل تھا کہ آپ فقرو واقفے نجات کی دعا کرتے۔ انہاں کفر اور فقر سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔ (ابوداؤد) آپ نے فرمایا کہ فقر، گرفتار کچھتا ہے۔ حضرت ذوالنون عمصری نے فرمایا: میرے ہاتھ سے اور فاقہ کش بدترین کا ستر ثابت ہوتے ہیں۔ امام ابوحنیفہ سے منقول ہے کہ آپ نے فرمایا جس کے گھر میں کھانے کو نہ ہو اس سے مشورہ نہ لولو۔ ظاہر ہے اس کے خیالات پر اکتفا نہ ہوئے اور وہ صحیح مشورہ نہیں دے سکتا ہے، عیتم کے مال کی حفاظت کی سخت تاکید کی گئی ہے، اس کے باوجود کوئی کم و یا گیا کہ وہ عیتم کے مال کو invest کریں تاکہ اس کو زکوٰۃ نہ لکھائے، اب جو دین عیتم کے مال کو بھی invest کی ترقیب دیتا ہے؛ وہ جسے سرمایہ دار کو ترقیب نہ دے۔ رسول رحمت صلی اللہ علیہ وسلم نے مختلف معاشی وسائل کی تعریف کی ہے۔ ہے تاہم اگر بارے میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ایک اندازہ، اما اتنا داراستہا زجر کا حشر انبیاء، بعد صدیقین، شہداء کے ساتھ ہوگا۔ (ترمذی)، زراعت کے بارے میں کہا جب مسلمان کا کھنکھاری کرتا ہے، یا کوئی پوچھتا ہے اور پھر اس سے کوئی پرندہ چوپایہ یا انسان مستفید ہوتا ہے تو اس کی

ادب کی تعظیم پر بہت کام ہوا، ایسے میں یہ کتاب سنگ میل ثابت ہوگی۔ اس کتاب کے سلسلے میں اپنے خیال کا اظہار کرتے ہوئے مناظر عاشق کو گواہی دینی چاہتا تھا:

"ارو ادب میں خواتین کی خدمات کی کئی جہتیں اور نئے زاویے اس حقیقت سے سامنے آتے ہیں مختلف ادب پر مشتمل اس کتاب میں موضوع سے بھرپور انصاف کیا گیا ہے اور نئے نئے تنقیدی انداز سے اجاگر کیے گئے ہیں۔ سمندر کی تہ سے بازیافت کی اس سچھ کی روشنی خدا کا ہے اور درج کی جگہ گاہت قابل دید ہے۔ اسی صدی کی یہ کتاب جامع اور بھرپور ہے اور فکری جہات کوئی صورت بخشی ہے۔" (خواتین ادب تاریخ و تنقید) اسی طرح اسی صدی کے معروف و مقبول ہرول عزیز ممتاز گلشن اور شکیل احمد نے بھی مصنف کی اس کتاب پر اپنے خیال کا اظہار کیا وہ لکھتے ہیں:

"صالحہ صدیقی نے بہت کم وقت میں اروادوب کی دنیا میں اپنی ایک منفرد پہچان بنائی ہے، خصوصاً نسائی تاریخی ادب میں جو کہ آسان بات نہیں ہے، لیکن اس کے علاوہ ان کا اقبال پر جو ڈراما ہے وہ عام روش سے ہٹ کر ہے یہ ان کی تخلیقیت کی غماز ہے۔ صالحہ صدیقی سے بھرپور ہے، علامہ اقبال پر ان کا ڈراما ان کی تخلیقیت کی کوئی اور دیتا ہے، اور یہ ڈراما انہی نوعیت کی بالکل منفرد تخلیق ہے۔ مجھے امید ہے صالحہ کی تاریخ و تنقید "خواتین ادب تاریخ و تنقید" کو بھی ادبی حلقوں میں دیگر تصنیفات کی طرح پیار اور توجہ حاصل ہوگا۔ اس عمدہ کاوش اور اردو شعری و ادبی خدمات کے لیے میں ان کو مبارکباد پیش کرتا ہوں۔ ان سے مشتمل میں کی امیدیں وابستہ ہیں۔"

یہ کتاب باوجود مصنف کا ہم کارنامہ ہے۔ 1016 صفحات پر مشتمل نثری، غیر نثری، شعری، تحقیقی و تنقیدی و دیگر اصناف پر مشتمل خواتین کی خدمات کو ایک کتاب میں جمع کر دینا واقعی قابل تعریف کارنامہ ہے، ظاہر ہے اس ضخیم کتاب پر تفصیلی گفتگو کرنا اس مختصر مضمون میں ممکن نہیں۔ نسائی ادب اور اس کے تمام نکات کو جاننے کے لیے ڈاکٹر صالحہ صدیقی کی یہ کتاب یقیناً اہم ذریعہ ہے جسے ہر طالب علم کو پڑھنا چاہیے۔ خصوصاً ان طلباء کے لیے جو ایک کارآمد کتاب ہے جو نسائی ادب میں دلچسپی رکھتے ہیں یا نسائی ادب کے مطالعہ کے شوقین ہیں۔ عمومی طور پر ڈاکٹر صالحہ صدیقی کی یہ کتاب یقیناً اروادوب کے سرمایہ میں ایک نیا اضافہ ہے، جسے امید ہے ادبی حلقوں میں وہ مقام و جایا جاسکے جس کی یہ مستحق ہے۔ میں ڈاکٹر صالحہ صدیقی کو اس عمدہ تصنیف کا حق تسلیم کے لیے مبارکباد پیش کرتا ہوں۔

ان کی کتاب کو میں اہم ہاتھوں سے خوش آمدت ہے کہ کوئی وہاں قلم کار بدلے نہیں کہ بہت کچھ میں کر رہا ہے، اس لڑکی میں بھی آگے بڑھنے کے بہت امکانات مجھے نظر آ رہے ہیں، میں اس سبکی کہوں گا کہ لکھو، خوب لکھو اور بے خوف لکھو۔" (خواتین ادب تاریخ و تنقید)

تمہیں خاطر بھی اپنے خیالات کا اظہار یوں کیا:

"امید رکھتی چاہیے کہ صالحہ صدیقی کی نسائی ادب پر بھی کتاب کے منظر عام پر آنے سے ہندوستان کے ذہن اور تہذیبیت یا استری

ممالک کے مختلف رسائل و جرائد کے ذریعہ بہت جگہوں سے اس کتاب میں ڈاکٹر صالحہ صدیقی کی سوانحی کوائف کے ساتھ ساتھ ان کی تخلیقات پر ہندوستان کے فکریں و دانشوروں کے تاثرات بھی شامل ہیں، اس کتاب کے سلسلے میں ڈاکٹر صالحہ صدیقی رقم طراز ہیں:

اس کتاب کا انتخاب اسی صدی کے معروف و مقبول ناول نگار مشرف عالم ذوقی اور ان کی اہلیہ عیتم کے طرز صاحب کے نام کیا گیا ہے، جو کہ انہیں ہم سے جدا ہو گئے، لیکن صالحہ صدیقی کی اس کتاب

ہی اندازہ لگ جاتا ہے کہ مصنف نے بڑی عرق ریزی سے اس کا نام لکھا ہوا ہے۔ انہوں نے خواتین کی خدمات پر ایک بھرپور کتاب لکھی ہے۔ اس کتاب کی ادب بندی قابل تعریف ہے، ایک ہی نظر میں اس کتاب کا قائل ہونا پڑتا ہے کہ کوئی بے لے کر ہوا۔ تک تمام پہلوؤں پر مصنف نے باریک بینی سے محنت کی ہے۔ یہ کتاب قومی کوشل برائے فروغ اردو زبان کے مالی تعاون سے نئی نئی حلقہ نشین پبلشنگ ہاؤس پر پاک رات سے شائع

تحریر
مبصر: ابو شمیمہ انصاری

خواتین ادب: تبارخ و تنقید



کے بارے میں اپنے خیالات کا اظہار کر کے، وہ لکھتے ہیں: "صالحہ صدیقی کو میں نے آگے بڑھتے ہوئے دیکھا ہے، وہ ایک تحریک اور فعال دکھارہیں جو بہت تیزی سے اپنی پہچان اروادوب میں بنا رہی ہیں، ان کی تخلیقات جس میں علامہ اقبال پر لکھا ہوا اور مجموعہ

ہوئی ہے۔ جوں ایوب پر مشتمل ہیں۔ اس کتاب میں نثری، غیر نثری، شعری، تنقیدی اور دیگر اصناف میں اروادوب کی خواتین قلم کاروں پر، مبنی آتا نہیں، مضمون سٹائل میں۔ جو افزائی اہمیت کے حامل ہیں۔ ان میں سے بعض مضمون ہندوستان و بیرون

ہوئی ہے۔ جوں ایوب پر مشتمل ہیں۔ اس کتاب میں نثری، غیر نثری، شعری، تنقیدی اور دیگر اصناف میں اروادوب کی خواتین قلم کاروں پر، مبنی آتا نہیں، مضمون سٹائل میں۔ جو افزائی اہمیت کے حامل ہیں۔ ان میں سے بعض مضمون ہندوستان و بیرون

نوٹ: مضمون نگار کی لکھی گئی آراء سے ادارہ کو کوئی تعلق نہیں ہے۔ یہ انکی اپنی ذاتی رائے ہے۔

افغانستان۔۔۔۔ امریکا حیران و پریشان



کابل میں حالیہ خودکش حملے کے بعد تو اب متحدہ امریکا مذاکرات کا باب بندی نظر آتا ہے۔ امن مذاکرات کے بارے میں موجودہ افغان حکومت نے افغانستان میں امریکی فوج کو جبری ضرورت قرار دیا تو اس کے بعد طالبان نے کابل میں براہ راست حملہ کر کے اپنے ردعمل کا اظہار کر دیا ہے۔ ۱۹/ اپریل کو طالبان کی جانب سے افغان اسمبلی جنس بیڈ کو رٹریز کیا جانے والا خودکش حملہ کابل کی تاریخ کا سب سے بڑا خودکش حملہ تھا جس کے نتیجے میں این ڈی ایس بیڈ کو رٹریز کابل سے ملحق "ڈیپارٹمنٹ ۱۰" کی عمارت مکمل طور پر تباہ ہوئی۔ وہی خبری پوسٹوں پر فوجیوں کے کابل میں موجود نامہ نگار نے بتایا ہے کہ زیادہ تر ہلاکتیں کارم دہا کے میں ہوئیں اور اسمبلی جنس بیڈ کو رٹریز اہم عمارت گرنے سے متعدد اہم سرکاری افسران و اہلکار ریلے تھے وہب کر ہلاک ہو گئے ہیں جن کا تعلق این ڈی ای ٹی پریوینٹو یونٹ سے تھا۔ طالبان فوجیوں نے کابل کے انتہائی ہائی سیکورٹی ڈون اس میں وقت خودکش حملہ کیا جب این ڈی ای ایس بیڈ کو رٹریز اسٹیشن گاؤڑی گریجویٹس اتھارٹی قریب کا انٹرویو ہوا تھا جہاں اہم شخصیات طالبان کا ہدف تھیں۔

الجزیرہ ٹی وی کے مطابق طالبان فوجیوں کے مزید حملے روکنے کیلئے افغان اور غیر ملکی فورسز کی کارروائی اگلے کئی گھنٹے جاری رہی لیکن کوئی کامیابی نہیں ہو سکی۔ ادھر پینٹل ڈائریکٹوریٹ آف سیکورٹی کے ایک ترجمان نے برزن نیوز ایجنسی ڈی ٹی ای سے گفتگو میں تصدیق کی ہے کہ ابتدائی جائزے کے مطابق ان کے پندرہ اہلکار و افسران دہا کے میں ہلاک ہو گئے ہیں جس کے بعد افغان صدر شرف علی مہدی بادت پر امریکی اور افغان انٹیلیجنس سیکورٹی "کریکس ریسپانس یونٹ" کی خصوصی ٹیم نے طالبان کا مقابلہ کرنے کیلئے کارروائی کا آغاز کیا لیکن خاطر خواہ کامیابی نہیں ہو سکی جبکہ بھارتی اخبار انڈیا ٹریڈ انٹریکس نے کابل میں بھارتی سیکورٹی حکام کے حوالے سے تسلیم کیا ہے کہ دہا کے کے نتیجے میں پوری اسمبلی جنس عمارت زمین ہو گئی جبکہ نصف درجن کے قریب طالبان فوجیوں نے قریبی عمارت میں گھس کر مزید خودکش تباہی مچائی۔ خودکش دہا کے اور طالبان فوجیوں کے دھماکے میں متعدد غیر ملکی فوجی بھی ہلاک ہو گئے ہیں جن کی تعداد کوئی الحال خفیہ رکھا جا رہا ہے۔

کابل میں ایک بھارتی سفارت کار کا کہنا ہے کہ طالبان کی جانب سے موسم گرما کے "عمری آپریشن" کا سب سے بڑا خودکش حملہ ہے حالانکہ چین، پاکستان امریکا اور افغانستان کی جانب سے طالبان قیادت پر مسلسل دباؤ ڈالا جا رہا ہے کہ وہ افغان حکومت کے ساتھ مذاکرات کی میز پر بیٹھ کر افغانستان کے مستقبل کا فیصلہ کریں لیکن طالبان نے اس ضمن میں پاکستان اور امریکا کے دباؤ کو کبھی خاطر میں نہ لانا کے اعزاز کیا ہے اور آپریشن عمری کے ذریعے افغان اور امریکی افواج کو یہ یاد دہانی کی کہ کوشش کی ہے کہ طالبان اب بھی ناقابل تسخیر ہیں۔ افغان ایٹل ایس اینٹ ورک سے تعلق رکھنے والے تجزیہ نگار قاسم رنگ کا کہنا ہے کہ طالبان کے نئے امیر نے کابل دہا کے کے ذریعے یہ واضح پیغام دیا ہے کہ وہ اپنی مرضی کے تحت مذاکرات اور جنگ کریں گے۔

طالبان کے دو ٹوک موقف نے منتشر طالبان، مہزون کو کبھی آپس میں متحد کر دیا اور ملا اختر منصور کے سب سے بڑے مخالف ملا اختر منصور کی بیعت کر کے نہ صرف طالبان کو متحد کر دیا ہے بلکہ موسم گرما میں طالبان کیلئے ایسا پلیٹ فارم بھی فراہم کر دیا ہے جس نے افغانستان میں غیر ملکیوں پر بڑے پیمانے پر حملوں کا ابھی سے آغاز کر دیا ہے کیونکہ گوانتانامو بے جیل جانے سے قبل ملاذکر افغانستان میں طالبان کے فوجی سربراہ رہ چکے ہیں، ان کو اس لئے گرفتار کیا گیا تھا کہ وہ افغان طالبان کے ملٹری سربراہ تھے

پیریا بھکاری

ہمارے سامنے جو سماج دشمنی کی پوٹی پر فرعون بنا بیٹھا تھا یہی پیر بھکاری ہے پہلے ایک دولت مند کے سامنے بھکاری بنا بیٹھا تھا اپنے ہی دولت مند مرید کی خوشامد اس طرح کر رہا تھا۔ جیسے یہ اپنے مرید سے بھگت مانگ رہا ہو۔ آپ وہن مزین کی تمام نامور گدیوں کے سجادہ نشینوں کو دیکھیں تو وہ بھی آپ کو عام لوگوں کے سامنے فرعون بن کر جگہ دولت مندوں اور بااثر لوگوں کے سامنے بھکاری بنے نظر آتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ اپنی گدیوں کے اصل وارث اور بزرگ دنیا میں اس شان اور بے نیازی سے زور دے کر زمانہ آج بھی ان کے کردار کی عظمت انسان نوازی اور حق گوئی کی مثالیں دیتا ہے لیکن بعد میں آنے والوں نے ان عظیم بزرگوں یعنی اپنے آباؤ اجداد کی عبادت و یا خدمت اور تقویٰ کے دامن چکائے ان کا نام نیلام کیا اور ان کے نام کو حصول زر کا ذریعہ بنا لیا۔ آپ تاریخ تصوف کا ورق پر چڑھے ہیں کسی بھی دور کے اہل حق نے اپنے قدموں سے چل کر بھی یہی اہل اقتدار سے ملاقات نہیں کی اور اگر بھی اہل اقتدار نے مجبور کر کے ان روشن لوگوں کو اپنے درباروں میں بلایا بھی تو ان صوفی فریاد کے حلقے میں ان جرات اور شان سے بلند کیا کہ شامی حلقوں کے دور و دیوار سامنے میں آگے پاکستان کی تاریخ کا مطالعہ اگر آپ کریں تو موجودہ سماج دشمن اور جاہلین قومی اور صوفی اسمبلی کی مہربانی کے لیے کسی تو ایوب خان کے دور پر دامن مراد پھیلانے کی نظر آئے گی بھنگو کے در پر دست بسز نظر آئے اور پھر کبھی ضیاء الحق کی عہدہ گوئی میں ایک دوسرے پر سبت لے جانے کی جھوٹی کوششوں میں نظر آئے اور کبھی بلاول باؤس اور چوہدری شہباز شریف کی روئے پر طواف کرتے چکے گئے اور کبھی ماؤل ناؤن اور رائے جلالی کی چلائی کرتے نظر آئے اور کبھی جی کالائی بلندی پر چڑھتے دیکھے گئے برورد میں یہ سماج دشمن چڑھتے سورج کی پوجا کرتے نظر آئے اور یہ بھکاری نما سماج دشمن نام تو اپنے اسلاف کا لیتے ہیں جبکہ اتصال عوام کا کرتے نظر آتے ہیں۔

چشم بھنگ تاریخ کی صدائیں بکروں میں اور ایل و ہیا رکی گردنیں گواہ ہیں ان سماج دشمنوں کے اسلاف نے کبھی بھی

جب یہ مریدوں سے کہتے ہیں کہ ان کو اپنے گھر بلاؤ اب کوئی غریب مرید تو ان کو اپنے گھر بلا ہی نہیں سکتا کوئی پیسے والا ہی ان کو اپنے گھر لاتا ہے۔ جب آپ ان کو اپنے گھر آنے کی دعوت دیتے ہیں تو یہ اپنی بیجا روں اور بڑی گاڑیوں کا پٹرول ما لگتے ہیں پھر پیر صاحب کے ساتھ ان کے خوشامد مریدوں کا ٹولہ اور پھر پیر صاحب کی نذر یعنی پچاس ہزار سے ایک لاکھ تک اگر کوئی دے سکے تو پھر پیر صاحب کی دعویٰ جاسکتی ہے ورنہ نہیں

اہل اقتدار کی طرف نظر بھر کر نہ دیکھا اور نہ ہی کبھی اہل اقتدار کے دسترخوان پر بیٹھے۔ کسی منصب دار اور چوہدری کی خوشامد اور دین میں باطل ہوتے نظر آئے خدا سے بے نیاز کے علاوہ کبھی کسی اہل اقتدار کے گھر کا طواف نہیں کیا ان بزرگوں کا پیر کبھی قصر سلطانی کے گنبد پر نہیں رہا کیونکہ وہ مردہ چکار کو خود کے لیے حرام سمجھتے تھے اور اہل اقتدار کے شاہی دسترخوانوں کی کمرچن کھا تا اور کسی کی آرتن پہننا ان کے نزدیک شرک جیسا جرم عظیم تھا۔ جبکہ انہی بزرگوں کے موجودہ گدی نشین بااثر لوگوں کی آرتن اور کمرچن کھا تا ناظمین سعادت سمجھتے ہیں۔ آج کے گدی نشینوں نے خود کو حاکم شاہی میں فعال اور با اختیار رکھنے کے لیے بااثر لوگوں کی خوشامد کو اپنا دلیہ بنا لیا۔ جہاں کوئی بھی طاقت یا اثر فرزند یا اس سے دوہتی اور اس کے در پر تھکتے مخالف سمجھتے شروع کر دے یعنی آج کے پیروں نے خود کو اللہ تعالیٰ کا مقام بنا نے کی بجائے دنیاوی خداؤں کو اپنا ذاتا اور خدا بنا لیا ہے۔ خود کو قومی اسمبلی اور صوبائی اسمبلی میں بیچانے کے لیے یہ آخری خداؤں سے بھی گزر جاتے ہیں۔ اس کام کے لیے یہ عوام کی نذر بناؤ کا بے دردی سے استعمال کرتے ہیں جس طرح کوئی بڑا وہ کا ندر یا کاروباری لوگ اپنے کاروبار کو دھت دینے کے لیے ملک کے مختلف شہروں میں اپنی برانچیں کھولتے ہیں تاکہ زیادہ سے زیادہ لوگوں کو اپنی طرف راغب کر کے ان کو لوٹا جا سکے اس طرح ان گدی نشینوں نے زیادہ سے زیادہ مرید بنائے اور پھر ان کو لٹنے کے لیے ملک کے تمام بڑے بڑے شہروں میں اپنے آستانے قائم کر کے ہیں اور پھر ان آستانوں کو چلوانے اور زیادہ سے زیادہ لوٹ مار کے لیے ان آستانوں پر عوام کے مذہبی اور روحانی جذبات سے کھیلنے ہوئے مختلف روحانی تقریبات منصفہ کے عوام کو اپنے زرخیز مقام یا مرید بنا لیا جاتا ہے۔ پھر ان کا سب سے بڑا ڈرامہ یہ ہوتا ہے۔

خبر رو بہ دفتر محمد عبد اللہ جمعی
فون 03004352956
فیس بک آئیڈیل
www.noorekhuda.org
www.fb.com/noorekhuda.org

صرف انسانیت سوز تشدد کیا بلکہ ان مسلمانوں کو قہری نار چڑھنے کیلئے قرآن مجید اور سب اعداد کی ناقابل بیان جڑیں کھینچیں اس لئے ان کی کو قہری طور پر مظلوم کر دیا ہے لیکن اللہ وہ اپنے مقصد میں قطعی کامیاب نہیں ہو سکا اور بالآخر انہیں رہا کرنا پڑا بلکہ ان کو موجودہ صدر نے دھت کر کے اپنے لیے مشکلات بڑھا لیں اور اب کرزئی نے در پردہ کوششیں شروع کر دی ہیں کہ لوگ کہیں کہ موجودہ صدر بھی افغانستان میں ناکام ہیں جو طالبان کے ساتھ مذاکرات نہیں کر سکتے۔

ایک طرف کرزئی امریکیوں کو یہ یاد دہانی دیا ہے کہ شرف غنی مذاکرات کیلئے اہل نہیں ہیں اور ان کا کنٹرول ختم ہو رہا ہے اور دوسری طرف افغان قوم کو یہ یاد دہانی دینی کہ کوشش کر رہا ہے کہ انہوں نے امریکا کے ساتھ معاہدے پر دستخط نہیں کیے اور انہیں تحفظات تھے۔ اس وقت نہ صرف کرزئی شمالی اتحاد اور ہندوستان کے ساتھ مل کر پاکستان کے خلاف ہرزہ سرائی کرنے اور مذاکرات سبوتاژ کرنے کے منصوبوں میں کھانا کھا رہا ہے بلکہ بھارت کے ساتھ مل کر پاکستان کو بدنام بھی کر رہا ہے۔ دوسری جانب امریکا کرزئی کی جانب سے مذاکرات کو سبوتاژ کرنے پر برہم ہے۔ بالآخر امریکا کو ہاتھ پڑا ہے کہ کرزئی سی آئی اے کی تنخواہ پر کام کر رہے تھے جس کے بعد کرزئی بظاہر تو خاموش ہو گئے تاہم اب انہوں نے قباہتوں کو یہ یاد دہانی شروع کر دیا ہے کہ وہ طالبان کے ساتھ مذاکرات کر سکتے ہیں کیونکہ انہوں نے معاہدے پر دستخط نہیں کیے۔ تاہم طالبان کا کہنا ہے کہ امن مذاکرات کی کامیابی کی کئی امریکا کے پاس ہے اور اگر امریکا چاہے تو ایک دن میں بھی مذاکرات کا مایاب ہو سکتے ہیں۔

اور طالبان کی جانب سے آپریشن شروع کرنے کے اعلان سے چند گھنٹے پہلے کابل میں امریکی سفارت خانے نے امریکی شہریوں کے لیے ایک جنگی وارننگ جاری کرتے ہوئے امریکی شہریوں کو ہوشیار رہنے کی تاکید کی کہ انہیں اطلاعات معمول ہوتی ہیں کہ افغان مزاحمت کار کابل میں ایک بڑے ہوش حملہ کرنے کی منصوبہ بندی کر رہے ہیں۔ رواں سال موسم سرما میں طالبان نے شمالی افغانستان میں قندوز پھوڑے عرصے کیلئے قبضہ کرنے کے علاوہ جنوبی صوبے بلخ کے بڑے حصے کو اپنے تسلط میں لے چکے ہیں۔ بلخ جہاں کرزئی ایک عشرے سے جاری جنگ میں امریکا اور برطانیہ کے ہزاروں فوجی طالبان سے لڑتے ہوئے مارے گئے تھے، افغانستان کی افواج کئی علاقوں کو خالی کر چکی ہیں اور صوبائی دارالحکومت ننگرہار پر اپنے قبضہ قائم رکھنے کی سر توڑ کوشش میں ہیں۔ گلان ہے کہ آئندہ چند ماہ میں اس خطے میں امریکا اپنی ناکامی پر چھٹکارا کر دینا کو ایک مرتبہ چیر چران اور پریشان کر سکتا ہے!

طالبان کے دو ٹوک موقف نے منتشر طالبان دھڑوں کو بھی آپس میں متحد کر دیا اور ملا اختر منصور کے سب سے بڑے مخالف ملا اختر منصور کی بیعت کر کے نہ صرف طالبان کو متحد کر دیا ہے بلکہ موسم گرما میں طالبان کیلئے ایسا پلیٹ فارم بھی فراہم کر دیا ہے جس نے افغانستان میں غیر ملکیوں پر بڑے پیمانے پر حملوں کا ابھی سے آغاز کر دیا ہے کیونکہ گوانتانامو بے جیل جانے سے قبل ملاذکر افغانستان میں طالبان کے فوجی سربراہ رہ چکے ہیں، ان کو اس لئے گرفتار کیا گیا تھا کہ وہ افغان طالبان کے ملٹری سربراہ تھے۔ اب ان کے واپس آنے ان کے وہ سماجی جو یکو بائیں ان کے ساتھ قید تھے اور ۱۹۳۳ طالبان کمانڈروں سے تھے وہ ہزاروں طالبان بھجوانے اور سالہا سالہ مصلحتی کیشن کی مدد سے افغانستان پر کرزئی دور میں گرام جیل سے رہا ہوئے تھے۔ وہ سب مہاجرین تھے اور ان کے ساتھ مل گئے تھے جس سے وہ طالبان میں ایک مضبوط جھڑا تصور کیا جا رہا تھا۔ عبدالقیوم ڈاکر کا صرف ایک ہی اختلاف تھا کہ وہ کسی صورت امریکی اٹھاء سے قبل مذاکرات کے حق میں نہیں تھے کیونکہ امریکا نے گوانتانامو بے جیل ہزاروں بے گناہ مسلمانوں کو دھت کر دیا تھا

سوپر ایٹ میں افریقہ کا آج امریکہ سے مقابلہ



ناظر ساؤتھ (بہتر) // جنوبی افریقہ کو ٹی ٹی 20 ورلڈ کپ کے اپنے امریکہ کے خلاف جوش و خروش سے اپنی مہماتوں کو ظاہر کرنے کے خواہاں ہوں گے۔

ہوں گے۔ پروفیشنل ٹی ٹی 20 ورلڈ کپ کے پہلے جنوبی افریقہ کی ٹیم نے امریکہ کے خلاف جوش و خروش سے اپنی مہماتوں کو ظاہر کرنے کے خواہاں ہوں گے۔ پروفیشنل ٹی ٹی 20 ورلڈ کپ کے پہلے جنوبی افریقہ کی ٹیم نے امریکہ کے خلاف جوش و خروش سے اپنی مہماتوں کو ظاہر کرنے کے خواہاں ہوں گے۔



حارث رؤف سے مبینہ بدتمیزی کی ویڈیو وائرل

وزیر داخلہ حارث رؤف کی مبینہ بدتمیزی کی ویڈیو وائرل ہوئی ہے۔ حارث رؤف نے ایک ویڈیو شیئر کیا ہے جس میں وہ ایک شخص کو دھکیلتے ہوئے دکھائے گئے ہیں۔

ٹی-20 ورلڈ کپ: سپر-8 کا پہلا مقابلہ جنوبی افریقہ کے نام



ٹی-20 ورلڈ کپ کے سپر-8 گروپ میں جنوبی افریقہ نے امریکہ کو شکست دے کر پہلا نمبر حاصل کیا۔ جنوبی افریقہ نے 180 رنز بنا کر امریکہ کو 8 رنز سے ہرا دیا۔

سپر-8 کے دوسرے میچ میں انگلینڈ نے ویسٹ انڈیز کو 8 وکٹوں سے دی شکست



ٹی-20 ورلڈ کپ کے سپر-8 گروپ میں انگلینڈ نے ویسٹ انڈیز کو 8 وکٹوں سے شکست دے کر پہلا نمبر حاصل کیا۔ انگلینڈ نے 181 رنز بنا کر ویسٹ انڈیز کو 8 رنز سے ہرا دیا۔

نیوزی لینڈ نے پاپوا نیو گنی کو سات وکٹوں سے ہرایا



ٹی-20 ورلڈ کپ کے سپر-8 گروپ میں نیوزی لینڈ نے پاپوا نیو گنی کو سات وکٹوں سے شکست دے کر پہلا نمبر حاصل کیا۔ نیوزی لینڈ نے 176 رنز بنا کر پاپوا نیو گنی کو 8 رنز سے ہرا دیا۔

پورن کی برق رفتار بیٹنگ، افغانستان کو 104 رنز کی شکست



ٹی-20 ورلڈ کپ کے سپر-8 گروپ میں افغانستان نے ویسٹ انڈیز کو 104 رنز سے شکست دے کر پہلا نمبر حاصل کیا۔ افغانستان نے 194 رنز بنا کر ویسٹ انڈیز کو 46 رنز سے ہرا دیا۔

الائیڈ بلینڈرز اور ڈسٹرز کا آئی پی او 25 جون کو کھلے گا

ایسوسی ایشن آف بلینڈرز اور ڈسٹرز آف پاکستان نے اپنی 25 ویں سالانہ کانفرنس کا آغاز کیا ہے۔ کانفرنس میں 267 سے 281 روپے مقرر کیے گئے ہیں۔

شاہد آفریدی کی وائرل تصویر: اگلی مرتبہ تصویر بنوانے سے قبل پلے کارڈز کی تحریر غور سے پڑھیں

شاہد آفریدی کی وائرل تصویر کے خلاف ان کی وکیل نے ایک پلے کارڈ جاری کیا ہے۔ پلے کارڈ میں آفریدی کی وکیل نے ان کی تصویر بنوانے سے قبل پلے کارڈز کی تحریر غور سے پڑھنے کی درخواست کی ہے۔