روزنامہ
WATTAN
The Urdu Daily
وطن
بڈگام

بدھوار
23 اکتوبر 2024
WEDNESDAY
23-OCTOBER-2024

صفحہ 08 عثمان خواجہ مجھے ٹاپ آرڈر پسند نہیں کرتے

صفحہ 08 زیادہ فرسٹ کلاس ڈبل سنچری بنانیوالے بیٹر

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ Vol: 14 No: 237 Pages: 08 ■ روپے 02: قیمت ■ 08 صفحات ■ 237 شمارہ نمبر ■ 14 جلد ■

جوحکومت لوگوں کی توقعات پر پورا اترنے کیلئے مناسب اقدام اٹھاتی ہے اسے مکمل حمایت حاصل ہوگی

بلدیاتی انتخابات جلد منعقد ہوں گے

ہندوستان ایک جمہوریت ہے ہر کسی کو کسی بھی چیز کی مخالفت کرنیکی آزادی ہے: منوج سنہا

سرینگر/22اکتوبر//

لیفٹنٹ گورنر آفس جموں کشمیر میں لوگوں کی توقعات پر پورا اترنے والی حکومت کو مکمل تعاون فراہم کرے گا کا اعلان کرتے ہوئے منوج سنہا نے کہا کہ پنچایتی انتخابات پہلے ہونے چاہیے تھے لیکن انتظامیہ دیگر پسماندہ طبقات (او بی سی) کے تحفظات پر رپورٹ کا انتظار کر رہی ہے۔ جیسے ہی پسماندہ طبقات کمیشن کی رپورٹ موصول ہوگی اور سیکورٹی فورسز کی دستیابی اور موسمی حالات کی بنیاد پر بلدیاتی انتخابات کرائے جائیں گے۔انہوں نے مزید کہا کہ ہندوستان ایک جمہوریت ہے اور ہر کسی کو کسی بھی چیز کی مخالفت کرنے کی آزادی ہے۔سی این آئی کے مطابق انگریزی خبر رساں ایجنسی پی ٹی آئی کے ساتھ ایک خصوصی انٹرویو میں لیفٹنٹ گورنر منوج سنہا نے کہا کہ جو حکومت لوگوں کی توقعات پر پورا اترنے کیلئے مناسب قدم اٹھاتی ہے، اسے لیفٹنٹ گورنر کے دفتر کی مکمل حمایت حاصل ہوگی۔سنہا نے کہا کہ یونین کے زیر انتظام علاقے میں بلدیاتی انتخابات جیسے ہی پسماندہ طبقات کمیشن او بی سی کے لیے مخصوص نشستوں کی تعداد کے بارے میں اپنی رپورٹ پیش کرے گا، موسمی حالات اس کی اجازت دیتے ہیں اور مطلوبہ سیکورٹی فورسز کو دستیاب کرایا جائے گا۔منوج سنہا نے کہا"جو حکومت لوگوں کی توقعات پر پورا اترنے کے لیے مناسب قدم اٹھاتی ہے، میں انہیں یقین دلاتا ہوں، ایل جی کا دفتر اس کی مکمل حمایت کے لیے تیار رہے گا"۔کانگریس کی مخالفت اور اس کے بعد جموں وکشمیر اسمبلی میں پانچ ممبران اسمبلی کی نامزدگی کے خلاف عدالت میں درخواست دائر کرنے پر سنہا نے کہا کہ ہندوستان ایک جمہوریت ہے اور ہر کسی کو کسی بھی چیز کی مخالفت کرنے کی آزادی ہے۔انہوں نے کہا"ملک جانتا ہے کہ جب پڈوچیری اسمبلی بنی تھی، لال بہادر شاستری وزیر داخلہ تھے۔انہوں نے تمام سیٹوں کو نامزدگی کے ذریعے بھرنے کی تجویز پیش کی۔اس وقت کچھ ارکان پارلیمنٹ نے اس کی مخالفت کی تھی اور پھر فیصلہ کیا گیا کہ 10فیصد ارکان کو نامزد کیا جائے گا۔ 30 کی اسمبلی میں، تین ارکان کو نامزد کیا جائے گا"۔انہوں نے مزید کہا کہ اس معاملے پر پہلے عدالتی حکم بھی جاری کیا جا چکا ہے۔انہوں نے کہا" یہ ریاست کی تنظیم نو کے ایکٹ کا حصہ ہے۔اعتراض کرنے والے عدالت سے رجوع کر سکتے ہیں لیکن میں۔۔۔101

بھارت کیساتھ سرحدی تنازعے کے حل کیلئے قرارداد پر پہنچ گئے

سفارتی اور فوجی ذرائع سے قریبی رابطے میں ہیں، جلد ہی حتمی نتائج پر پہنچ جائیں گے: چین

سرینگر/22اکتوبر//

بھارت کے ساتھ سرحدی تنازعے کے حل کیلئے ایک قرارداد پر پہنچ گیا ہے اور وہ حل کو نافذ کرنے کیلئے کام کرے گا کی بات کرتے ہوئے چین نے اعلان کیا کہ ہم سفارتی اور فوجی ذرائع سے قریبی رابطے میں ہیں۔سی این آئی کے مطابق مشرقی لداخ میں بھارت اور چین کے درمیان قریب چار سال سے جاری کشیدگی حل ہونے کے قریب ہے۔اس سلسلے میں چین کی وزارت خارجہ کے ترجمان لن جیان نے ایک باقاعدہ پریس بریفنگ میں بتایا کہ ہم متعلقہ معاملے پر ایک قرارداد پر پہنچ گئے ہیں، حل کو نافذ کرنے۔۔۔۔102

کنٹرول لائن پر پاکستانی ڈرون کی نقل وحمل

سرینگر/22اکتوبر//

پاکستان کے ساتھ لگتی والی سرحدوں پر ڈرون کی بڑھتی سرگرمیوں کے بیچ پونچھ میں کنٹرول لائن کے قریب ڈرون کی نقل وحرکت دیکھنے کے بعد سیکورٹی فورسز نے اس پر فائرنگ کی جس کے بعد وہ پاکستانی حدود میں چلا گیا۔ڈرون کی نقل وحرکت کے بعد علاقے میں بڑے پیمانے پر تلاشی آپریشن بھی انجام دیا گیا۔سی این آئی کے مطابق پونچھ میں۔۔۔103

چین کے ساتھ اعتماد کی بحالی کیلئے کام کر رہے ہیں، اس میں وقت لگے گا: فوجی سربراہ

سرینگر/22اکتوبر//

چین کے ساتھ اعتماد کی بحالی میں وقت لگے گا کی بات کرتے ہوئے فوجی سربراہ جنرل اوپیندر دویدی نے کہا کہ دونوں ممالک کے درمیان اعتماد کو باہمی مفاہمت کے ذریعے دوبارہ بنایا جائے گا۔انہوں نے کہا کہ ہم اعتماد بحال کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔اعتماد کیسے بحال ہوگا؟ جب ہم ایک دوسرے کو دیکھ سکیں گے اور ایک دوسرے کو قائل کرلیں گے تو یہ بحال ہو جائے گا۔سی این آئی کے مطابق فوجی سربراہ جنرل اپیندر دویدی نے ہند چین کے درمیان حالیہ سرحدی گشتی معاہدے کے بعد اعتماد کو دوبارہ بنانے کی ضرورت پر زور دیا۔یونائیٹڈ سروس انسٹی ٹیوشن میں "تبدیلی کی دہائی: مستقبل کے ساتھ آگے بڑھنے میں ہندوستانی فوج" کے عنوان سے ایک تقریب سے خطاب کرتے ہوئے جنرل دویدی نے زور دیا کہ لائن آف ایکچوئل کنٹرول کے ساتھ اعتماد کی بحالی ایک بتدریج عمل ہوگا، جو اپریل 2020 کے جمود پر واپس آئے گا۔انہوں نے کہا"ہم اعتماد کی بحالی کے لیے کام کر رہے ہیں، اور اس اعتماد کو بحال کرنے میں وقت لگے گا۔" انہوں نے مزید کہا" دونوں ممالک کے درمیان تناؤ کو کم کرنے کے لیے اہم اقدامات، تناؤ میں کمی، اور بفرزون کے انتظام کے اقدامات کو نمایاں کیا"۔انہوں نے مزید وضاحت کی کہ یہ عمل مرحلہ وار ہوگا، ہر قدم کا مقصد تناؤ کو کم کرنا ہے۔انہوں نے کہا" ایل اے سی کا یہ عام انتظام صرف یہیں نہیں۔۔۔۔104

گگن گیر گاندربل حملے کے بعد ملوث افراد کی تلاش جاری

40سے زائد مشتبہ افراد کو پوچھ تاچھ کیلئے احتیاطی طور پر حراست میں لیا گیا ہے

سرینگر/22اکتوبر//

گگن گیر گاندربل حملے کے بعد ملوث افراد کی تلاش بڑے پیمانے پر جاری ہے وہیں 40سے زائد مشتبہ افراد کو پوچھ تاچھ کیلئے حراست میں لیا گیا ہے۔سی این آئی کے مطابق گگن گیر گاندربل میں ملی ٹنٹوں کے حملے میں مقامی ڈاکٹر اور چھ غیر ریاستی مزدوروں کی ہلاکت کے بعد حملے میں ملوث افراد کی تلاش بڑے پیمانے پر جاری ہے۔منگل کو مسلسل تیسرے روز بھی کئی مقامات پر تلاشیاں لی گئی اور حملہ آوروں کو ڈھونڈ نکالنے کیلئے آپریشن تیز کر دیا گیا ہے۔اسی دوران خبر رساں ایجنسی پی ٹی آئی کے مطابق حملے کی تحقیقات کے ایک حصے کے طور پر پوچھ تاچھ کیلئے 40سے زائد مشتبہ افراد کو گرفتار کیا گیا ہے۔ایک سینئر پولیس افسر نے کہا"ہم حملہ آوروں کو جلد یا بدیر پکڑ لیں گے۔ہم نے کئی مشتبہ افراد کو پوچھ تاچھ کیلئے اٹھایا ہے لیکن ابھی تک کسی کو گرفتار نہیں کیا گیا ہے۔خیال رہے کہ اس سے قبل قومی تحقیقاتی ایجنسی (این آئی اے) کے اہلکاروں نے اہم شواہد کیلئے جائے وقوعہ کا جائزہ لیا ہے۔حکام کو شبہ ہے کہ حملہ آوروں کو اس جگہ کا پہلے سے علم تھا، ممکنہ طور پر وہ پہلے وہاں کام کر چکے تھے یا اس مقام پر موجود مقامی لوگوں کی مدد حاصل کر چکے تھے۔حکام نے بتایا کہ علاقے کی سی سی ٹی۔۔۔۔105

نئی تشکیل شدہ ملی ٹنٹ تنظیم "تحریک لبیک یا مسلم" کے

بھرتی ماڈیول کو ختم کرنے کیلئے کارروائی، کئی مقامات پر چھاپے

سرینگر/22اکتوبر//

نئی تشکیل شدہ ملی ٹنٹ تنظیم "تحریک لبیک یا مسلم" کے بھرتی ماڈیول کو ختم کرنے کیلئے کاؤنٹر انٹیلی جنس کشمیر (سی آئی کے) کے اہلکاروں نے بڑے پیمانے پر کریک ڈاون شروع کرتے ہوئے سرینگر، گاندربل، پلوامہ، اننت ناگ، بڈگام اور کولگام میں مختلف مقامات پر چھاپے مارے جس دوران تلاشیاں لی گئی۔تلاشیوں کے دوران 14موبائل فون، ایک لیپ ٹاپ اور دیگر قابل اعتراض مواد ضبط کر لیا گیا جبکہ سات مشتبہ افراد کی گرفتاری عمل میں لائی گئی۔سی این آئی کے مطابق نئی تشکیل شدہ ملی ٹنٹ تنظیم "تحریک لبیک یا مسلم" کے بھرتی ماڈیول کو ختم کرنے کیلئے کاؤنٹر انٹیلی جنس کشمیر (سی آئی کے) نے صبح وادی کشمیر کے چھ اضلاع میں 10مقامات پر چھاپے ڈالیں اور تلاشیاں لی۔کاؤنٹر انٹیلی جنس یونٹ کے مطابق یہ چھاپے سرینگر، گاندربل۔۔۔۔106

عالمی اقتصادی ماحول چیلنج پیش کرسکتا ہے

لیکن بھارت ترقی کے نئے مواقع سے فائدہ اٹھانے کیلئے اچھی پوزیشن میں: نرملا سیتارامن

سرینگر/22اکتوبر//

عالمی اقتصادی ماحول چیلنج پیش کرسکتا ہے لیکن بھارت ترقی کے نئے مواقع سے فائدہ اٹھانے کیلئے اچھی پوزیشن میں ہے کا اعلان کرتے ہوئے وزیر خزانہ نرملا سیتارامن نے کہا کہ بھارت بہت سے ممالک کے لیے ایک کلیدی شراکت دار بننے کی امید رکھتا ہے۔سی این آئی کے مطابق کولمبیا یونیورسٹی میں "ایک چیلنجنگ اور غیر یقینی عالمی ماحولیات کے درمیان ہندوستان کی اقتصادی لچک اور امکانات" پر ایک خصوصی لیکچر دیتے ہوئے وزیر خزانہ نرملا سیتارامن نے اس بات پر زور دیتے ہوئے کہ جیسے ہی قومیں اپنی سپلائی چین کا از سر نو جائزہ لے رہی ہیں، ہندوستان متنوع بنانے کے خواہاں بہت سے ممالک کے لیے کلیدی شراکت دار بننے کی امید رکھتا ہے۔انہوں نے کہا کہ ہندوستان گھریلو صلاحیتوں کو بڑھانے اور بیرونی جھٹکوں کے خلاف لچک پیدا کرنے کی طرف دیکھ۔۔۔۔107

گاندربل حملے کے بعد غیر مقامی لوگوں پر

وادی چھوڑنے کیلئے دباؤ ڈالنے کی خبریں بے بنیاد: صوبائی کمشنر

سرینگر/22اکتوبر//

گاندربل حملے کے بعد کشمیر میں غیر مقامی لوگوں پر وادی چھوڑنے کیلئے دباؤ ڈالا جا رہا ہے کی خبروں کو صوبائی انتظامیہ کشمیر نے مسترد کرتے ہوئے کہا کہ سوشل میڈیا پر پھیلائی جانے والی افواہیں بے بنیاد ہے۔انہوں نے کہا کہ وادی میں غیر مقامی لوگوں کی حفاظت کو یقینی بنانے کیلئے تمام ضروری اقدامات کیے ہیں۔سی این آئی کے مطابق گاندربل واقعہ کے بعد کشمیر میں غیر مقامی لوگوں پر وادی چھوڑنے کیلئے دباؤ ڈالا جا رہا ہے کی خبریں سوشل میڈیا پر گشت کرنے کے بعد صوبائی انتظامیہ نے اس طرح کے پوسٹوں کو بے بنیاد قرار دیا ہے۔صوبائی انتظامیہ نے انٹرنیٹ پوسٹس کو مسترد کر دیا جس میں دعویٰ کیا گیا تھا۔۔۔۔108

حج 2025 پیشگی رقم جمع کرنیکی تاریخ میں توسیع

سرینگر/22اکتوبر//

حج کمیٹی آف کشمیر نے عازمین حج سے کہا ہے کہ خواہشمند عازمین پیشگی رقم 31اکتوبر تک جمع کرا سکتے ہیں تاہم سرینگر ضلع کے عازمین حج ہاوس بمنہ میں ذاتی طور پر حج فارم کے ساتھ رقم 5نومبر تک جمع کرا سکتے ہیں۔جموں و کشمیر حج کمیٹی نے آج حج 2025 کے تمام عازمین حج کی۔۔۔۔109

اسمبلی انتخابات حکومت سازی نہیں بلکہ ریاستی درجہ کی بحالی کیلئے لڑا

جتنی جلد ہوسکے مرکزی حکومت کا جموں وکشمیر کا ریاستی درجہ اپنی پہلی پوزیشن میں بحال کرنا چاہیے

سرینگر/22اکتوبر//

حکومت سازی کیلئے نہیں جموں کشمیر کے ریاستی درجہ کی بحالی کیلئے اسمبلی الیکشن میں شرکت کی ہے کی بات کرتے ہوئے جموں کشمیر پردیش کانگریس کمیٹی کے صدر اور ممبر اسمبلی سنیٹرل شالہ ٹینگ سرینگر طارق حمید قرہ نے کہا کہ حکومت ہند سے ہمارا زوردار مطالبہ ہے کہ جتنی جلدی ہوسکے جموں کشمیر کا ریاستی درجہ بحال اسی پوزیشن میں کیا جائے جو اگست 2019 سے پہلے تھی۔سی این آئی کے مطابق اپنی رہائش گاہ پر میڈیا سے بات کرتے ہوئے جموں کشمیر پردیش کانگریس کمیٹی کے صدر طارق حمید قرہ نے کہا کہ ہم نے اسمبلی۔۔۔۔110

افغانستان سے منشیات کی اسمگلنگ کا ریکیٹ

آئی ڈی نے تحقیقات کے سلسلے چھ افراد کو گرفتار کرلیا

سرینگر/22اکتوبر//

انفورسمنٹ ڈائریکٹوریٹ نے منی لانڈرنگ کی تحقیقات کے سلسلے میں چھ افراد کو گرفتار کیا ہے جو کہ افغانستان سے بھارت میں منشیات کی اسمگلنگ کے مبینہ ریکیٹ سے منسلک ہے۔سی این آئی کے مطابق افغانستان سے بھارت میں منشیات کی اسمگلنگ کے مبینہ ریکیٹ سے متعلق تحقیقات میں تیزی لاتے ہوئے انفورسمنٹ ڈائریکٹوریٹ نے منی لانڈرنگ کی تحقیقات کے سلسلے میں چھ افراد کو گرفتار کیا۔تحقیقاتی ایجنسی کی جانب سے جاری کردہ بیان کے مطابق لوجیت سنگھ عرف لبا، منجیت سنگھ عرف منا کو 11 اکتوبر کو پریوینشن آف منی لانڈرنگ ایکٹ کی مختلف دفعات کے تحت حراست میں لیا گیا تھا۔پربجیت سنگھ۔۔۔۔111

عمر عبداللہ مہلوک ڈاکٹر کے لواحقین کیساتھ یکجہتی کا اظہار کیا

وزیر اعلیٰ بڈگام کے ڈاکٹر کے بیٹے کے تعلیمی اخراجات اٹھائیں گے

سرینگر/22اکتوبر//

وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے منگل کو ڈاکٹر شاہنواز احمد ڈار کے اہل خانہ سے ملاقات کی، جو اتوار کی شام سونمرگ کے گگن گیر علاقے میں ایک تعمیراتی سائٹ پر دہشت گردانہ حملے میں دیگر چھ افراد کے ساتھ مارے گئے تھے۔وائس آف انڈیا کے مطابق وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ اپنے دیگر کابینہ وزراء کے ہمراہ منگل کو بڈگام گئے جہاں انہوں نے مہلوک ڈاکٹر کے اہلخانہ کے ساتھ ملاقات کی اور ان کی ڈھارس بندھائی۔وزیر۔۔۔۔112

بانڈی پورہ کیک جنگلات میں ٹرک سے

لکڑی گرآنے کے بعد 42سالہ شہری لقمہ اجل

سرینگر/22اکتوبر//

شمالی ضلع بانڈی پورہ کے جنگلی علاقے میں ٹرک سے لکڑی کا ٹکڑا گر آنے کے بعد 42سالہ شہری جاں بحق ہوگیا جبکہ بڈگام میں سکوٹی پل سے گرنے کے بعد اس پر سوار دو لڑکیاں زخمی ہوگئیں۔سی این آئی کے مطابق بانڈی پورہ کے جنگلی علاقہ کرا میں ٹرک سے لکڑی کا ٹکڑا گرنے سے 42 سالہ شہری لقمہ اجل بن گیا۔عینی شاہدین کے مطابق یہ واقعہ اس وقت پیش آیا جب علاقے میں ایک ٹرک لکڑیوں سے بھرا جا رہا تھا۔انہوں نے کہا کہ اسی دوران ایک لکڑا گر آیا جس کے نیچے شبیر احمد ولد خان ساکنہ محمد ورد پورہ آ گیا اور وہ موقعہ ہی لقمہ اجل بن گیا۔اسی دوران بڈگام کے خمتبال میں سکوٹی پل سے گرنے سے دو لڑکیاں زخمی ہو گئیں۔مقامی لوگوں نے بتایا کہ حادثے پیش آنے کے۔۔۔۔113

سکینہ مسعود کا سکمز کا دورہ، گگن گیر حملے کے زخمیوں کی عیادت کی

زخمیوں کے رشتے داروں سے بات چیت، انہیں مکمل تعاون، مدد کا یقین دلایا

سرینگر/22اکتوبر//

صحت اور طبی تعلیم، سماجی بہبود، اسکولی تعلیم اور اعلیٰ تعلیم کے محکموں کی وزیر، سکینہ مسعود ایتو نے آج شیر کشمیر انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل سائنسز صورہ کا دورہ کیا اور حالیہ گگن گیر حملے کے زخمیوں کی خیریت کا جائزہ لیا۔دورے کے دوران، وزیر کو سینئر ڈاکٹروں کی ایک ٹیم نے زخمیوں کی حالت اور صحت کے ساتھ ساتھ ان کے مؤثر علاج کے لیے اپنائے جانے والے طبی طریقہ کار کے بارے میں بریفنگ دی۔وی۔۔۔۔114

انزائٹی ڈس آرڈر کا مقابلہ کس طرح کیا جائے؟

انزائٹی ڈس آرڈر، امریکا میں ذہنی امراض میں سے سب سے عام ہے، جس سے 4 کروڑ بالغ امریکی افراد متاثر ہیں۔ انزائٹی ڈس آرڈر کے حوالے سے، برگھم اینڈ ویمنز ہاسپٹل کی ڈائریکٹر آف سائیکالوجی اور کلینکل سائیکالوجسٹ تالی ڈائیلو کہتی ہیں، ''اگر ہم نفسیاتی نقطہ نظر سے انزائٹی کو سمجھنے کی کوشش کریں تو یہ ایک رونما ہونے والی صورتِ حال یا واقعہ کی مس کیلکولیشن کا نتیجہ ہوتی ہے۔ ہم انزائٹی اس وقت محسوس کرتے ہیں، جب ہم اندازوں سے زیادہ کوئی بڑی بات کے واقع ہونے اور اس کا مقابلہ کرنے کے لیے اپنی صلاحیتوں کو کم درجے کا سمجھ بیٹھتے ہیں''۔ لائسنس یافتہ امریکی سوشل ورکر اور 'لائف از گڈ کڈز فاؤنڈیشن' کے بانی اسٹیو گراس خوف اور انزائٹی کو غیر فطری عمل قرار نہیں دیتے۔ وہ کہتے ہیں، ''انسانوں کی فطرت میں ایک 'منفی تعصب' پایا جاتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہر انسان ڈرانے والی اور خوف دینے والی معلومات کو مثبت اور عزم کو پختہ کرنے والی معلومات کے مقابلے میں زیادہ توجہ دیتا ہے۔ انزائٹی انسانوں کے اس قدیم دور میں بھی پائی جاتی تھی، جب انھیں زندہ رہنے کے لیے غذا، پانی اور چھت کی تلاش کرنا پڑتی تھی۔ ان چیزوں کا مستقل خوف انھیں 'فائٹ-آر-فلائٹ موڈ' میں رکھتا تھا''۔ جب آپ کا جسم، ایڈرینالین (دل کی دھڑکن تیز کرنے والا مواد) زیادہ بناتا ہے تو انزائٹی اس کا نفسیاتی جواب ہوتا ہے اور یہ مادہ ہر وقت خوف کا پتہ لگانے (تھریٹ ڈیٹیکشن) کے کام پر معمور ہو جاتا ہے۔ دونوں ماہرین کا ماننا ہے کہ پر امیدی (آپٹی مزم) کو پروان چڑھا کر انزائٹی میں کمی لائی جا سکتی ہے۔ تالی ڈائیلو کہتی ہیں، ''میرا خیال ہے کہ 'پر امیدی' مثبت سوچ، اچھی توقع رکھنے، بامقصد رویہ اپنانے اور پر اعتمادی کا امتزاج ہے۔ ضروری نہیں ہے کہ 'آدھا گلاس بھرا ہوا ہے' والی سوچ کو پر امیدی کہا جائے۔ اس سے زیادہ پر امیدی یہ ہے کہ آپ کے ساتھ زندگی میں جو کچھ پیش آ رہا ہے آپ اسے کس طرح بیان کرتے ہیں، خصوصاً وہ چیزیں جو آپ کی توقعات کے مطابق نہیں ہوتیں یا آنے والی زندگی کے بارے میں آپ کیا توقعات رکھتے ہیں''۔ اس صورتِ حال کو اس طرح سمجھا جا سکتا ہے کہ جب زندگی میں چیزیں آپ کی توقعات کے مطابق وقوع پذیر نہ ہو رہی ہوں تو آپ انھیں اپنے تاریک مستقبل سے تشبیہہ دینے کے بجائے یہ تصور کریں کہ یہ ایک عارضی حادثہ ہے، جو گزر جائے گا۔ اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا ایسی سوچ، حقائق سے انکار کے زمرے میں نہیں آتی؟ اس حوالے سے اسٹیو گراس کہتے ہیں کہ پر امید رویہ کا حامل شخص زندگی میں بری چیزوں کو قبول کرتا ہے، تاہم وہ انھیں لے کر زندگی سے مایوس نہیں ہو جاتا۔ ''ہمارے نزدیک پر امیدی کی تعریف خود میں، دوسروں میں اور اپنے اردگرد اچھائی کو دیکھنے، محسوس کرنے اور اس پر توجہ مرکوز رکھنے کی استعداد ہے''۔ ماہرین کے مطابق، درج ذیل طریقوں پر عمل کرکے کوئی بھی شخص اپنی زندگی میں پر امیدی کے جذبات کو پروان چڑھا اور انزائٹی گھٹا سکتا ہے۔

اپنی سوچ بدلیں

تالی ڈائیلو انزائٹی کے مسائل پر کام کرنے کے دوران اپنے کلائنٹس کی سوچ کو بدلنے کے لیے 'ٹاک تھراپی' استعمال کرتی ہیں۔ ''میں اپنے کلائنٹس کے ساتھ اس بات پر گفتگو کرتی ہوں کہ ہمارے سوچنے کے انداز کس طرح عصبی طور پر ایک گھیرے میں آ جاتے ہیں۔ اگر ہم چاہتے ہیں کہ ہم اپنے، دوسروں اور دنیا کے بارے میں جس طرح سوچتے ہیں، اس میں تبدیلی لے آئیں تو نئی راہیں تخلیق کرنے میں وقت لگتا ہے''۔ ہمارے دماغ کے ایک حصے کا نام آربیٹل فرنٹل کارٹیکس (OFC) ہے، یہ حصہ دانش، فہم اور جذباتی مراکز سے حاصل ہونے والی معلومات میں ہم آہنگی پیدا کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ دماغ کا یہ حصہ ان لوگوں میں حجم کے لحاظ سے زیادہ بڑا اور زیادہ نشوونما پاتا ہے جو زیادہ پر امید اور کم فکرمند ہوتے ہیں۔ ڈائیلو سب سے پہلے یہ کوشش کرتی ہیں کہ وہ اپنے کلائنٹس کو یہ باور کرا سکیں کہ کسی بھی واقعے، حادثے یا بات کو لے کر اس پر سوچنے کے مختلف زاویے ہوتے ہیں۔ وہ ایک سانحے کی نشاندہی کرتی ہیں اور پھر اپنے کلائنٹ کے ساتھ بحث و مباحثہ کے ذریعے یہ جاننے کی کوشش کرتی ہیں کہ اس کے سوچنے کا کون سا زاویہ مسئلے کا باعث ہے۔ سوالات کے ایک سلسلے کے ذریعے ڈائیلو اور ان کا کلائنٹ اس بات کا تعین کرتے ہیں کہ جب کوئی سانحہ یا واقعہ پیش آیا تو اس وقت اس کے ذہن میں کیا چل رہا تھا اور وہ اب اس کے بارے میں کیا سوچتا ہے۔ اس کے بعد وہ اپنے سائنسی علم کی بنیاد پر یہ اندازہ لگاتی ہیں کہ متاثرہ شخص مستقبل کے واقعات سے متعلق پیشگوئی کرنے کے لیے اپنی سوچوں کا کتنا استعمال کر رہا ہے۔ اس میں سب سے اہم کرنے کا کام یہ ہوتا ہے کہ متاثرہ شخص کو سوچنے کے نئے زاویے اپنانے کی مشق کرنا پڑتی ہے۔ ''بہت سارے لوگ مشق کے ذریعے اپنے سوچنے کا انداز بدلنے اور اس میں استحکام لانے کے لیے جلد ہمت ہار جاتے ہیں۔ اس علاج کا سب سے اہم حصہ 'مینٹیننس اسٹیج' ہوتا ہے، جہاں ہم پریکٹس کے ذریعے اپنے سوچنے کے انداز کو بڑی حد تک بدل چکے ہوتے ہیں، جب متاثرہ شخص اس اسٹیج سے آگے بڑھ جاتا ہے تو اس کے بعد اس کے سوچنے کے انداز میں حقیقی بدلاؤ آتا ہے اور اس کے سوچنے کا نیا انداز ہی اس کا فطری (اور مثبت) انداز بن جاتا ہے''۔ مزید برآں، ماہرین کے مطابق متاثرہ شخص اپنی انزائٹی پر قابو پانے کے لیے یا اگر کوئی چاہتا ہے کہ انزائٹی کبھی بھی اس کے پاس نہ آئے تو اسے چاہیے کہ وہ پر امید لوگوں کے درمیان رہے، ایسے لوگوں کی فہرست بنائے جن کے ساتھ وقت گزار کر اور بات کرکے وہ اچھا محسوس کرتا ہے، روزانہ کوئی مثبت کام کرنے کی نیت کرے، چیزوں پر غور کرے اور خود میں مسکرانے کی عادت پیدا کرے۔

وٹامن ڈی کی کمی پوری کرنے کے طریقے

وٹامن ڈی ایک ایسا غذائی جزو ہے، جو جسمانی افعال کی صحیح کارکردگی کے لیے ضروری تصور کیا جاتا ہے۔ جسمانی عضلات مثلاً پٹھوں، ہڈیوں اور دانتوں کی مضبوطی جبکہ اہم اعضاء دل، گردے، پھیپھڑے اور جگر کے تحفظ کے لیے وٹامن ڈی جسم کو درکار ضروری وٹامنز میں سے ایک ہے۔ یہ ایک ایسا وٹامن ہے جس کی کمی بہت سی بیماریوں کو دعوت دیتی ہے۔

وٹامن ڈی کی کمی اور طبی مسائل

دنیا بھر کی آبادی کا تقریباً 13 فیصد وٹامن ڈی کی کمی کا شکار ہے۔ وٹامن ڈی کی کمی کے شکار افراد کی اتنی بڑی تعداد قابل غور ہونے کے ساتھ ساتھ تشویش ناک بھی ہے کیونکہ وٹامن ڈی کی کمی انسانی جسم کو ناقابل تلافی نقصان پہنچاتی ہے۔ مثلاً

☆ وٹامن ڈی کی کمی ہڈیوں کے بھربھرے پن، ہڈیوں کے سوکھنے اور ٹیڑھے ہو جانا، جسم میں درد اور تکلیف کا سبب بنتی ہے۔

☆ وٹامن ڈی کی کمی کے شکار افراد کو مستقل تھکاوٹ، جسم میں درد اور سستی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

☆ اس کی کمی کی وجہ سے کیلشیم ہڈیوں میں جذب نہیں ہوتا اور پیشانی پر بہت زیادہ پسینہ آنے لگتا ہے۔

☆ وٹامن ڈی ہڈیوں میں کیلشیم کو جذب کرنے کی صلاحیت دگنی کر دیتا ہے، اس طرح ہڈیوں اور مسلز کی صحت کو برقرار رکھا جا سکتا ہے۔

☆ جن افراد میں وٹامن ڈی کی کمی پائی جاتی ہے، وہ جوڑوں کے درد کا شکار ہو جاتے ہیں۔

وٹامن ڈی کی کمی اور علامات

ماہرین کے مطابق وٹامن ڈی کی کمی کی تشخیص کا عمل آسان نہیں کیونکہ اس کے اثرات طبیعت کی خرابی کا سبب نہیں بنتے۔ تاہم ذیل میں درج علامات کے ذریعے وٹامن ڈی کی کمی کی نشاندہی کی جا سکتی ہے۔

☆ کمزور مدافعتی نظام: مثلاً کسی انفیکشن یا وائرس کے ہو جانے کے بعد صحت یابی میں کافی وقت لگنا، یا پھر چوٹ لگنے کے بعد دیر سے ٹھیک ہونا۔

☆ کمر اور جوڑوں میں درد

☆ مستقل تھکاوٹ، جسم میں درد اور سستی کا غالب رہنا۔

☆ ڈپریشن، اکتاہٹ اور چڑچڑاپن۔

☆ پسینے کی زیادتی۔

☆ کمزور مسلز یا تکلیف ہونا وغیرہ۔

چربی والی مچھلی اور سمندری غذائیں

فیٹی فش اور سمندری غذاؤں میں وٹامن ڈی جیسا قدرتی اجزا کثیر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ مثلاً 100 گرام سامن مچھلی 386IU وٹامن کی مقدار فراہم کرتی ہے۔ وٹامن ڈی کی مقدار سمندری غذاؤں کی انواع و اقسام میں مختلف پائی جاتی ہے۔ جن سمندری غذاؤں میں وٹامن ڈی کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے ان میں ٹونا، سرمئی مچھلی، کستورا مچھلی، جھینگے، سارڈین مچھلی، اور ین کووے (سبنا مور مچھلی) شامل ہیں۔

کمی کیسے پوری کی جائے؟

نیشنل اکیڈمی آف میڈیسن کے مطابق نوجوانوں کے لیے وٹامن ڈی کے یومیہ 600 سے 800 انٹرنیشنل یونٹس مختص کیے گئے ہیں۔ اس تناسب کو مکمل کرنے کے لیے درج ذیل طریقہ کار پر غور کیا جا سکتا ہے۔

مشروم کا زیادہ استعمال

وٹامن ڈی کے حصول کے لیے مشروم کو ایک مکمل نباتاتی ذریعہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ انسانوں کی طرح مشروم بھی سورج کی الٹراوائلٹ شعاعوں کے ذریعے وٹامن ڈی بنانے کی صلاحیت سے مالا مال ہوتے ہیں۔ سمندری نوع کی طرح مشروم کی بھی مختلف اقسام کی وٹامن ڈی کی مختلف مقدار فراہم کرتی ہیں مثلاً 100 گرام جنگلی مشروم وٹامن ڈی کے 2,384IU فراہم کرتے ہیں۔

باقاعدہ ورزش سے نمونیا کا خطرہ بھی کم ہو جاتا ہے/تحقیق

ہیلسنکی/لندن: فن لینڈ اور برطانیہ کے سائنسدانوں نے دریافت کیا ہے کہ جو لوگ روزانہ ورزش کرتے ہیں انہیں نمونیا کی شکایت بھی بہت کم ہوتی ہے۔ اس تحقیق میں دس لاکھ سے زیادہ افراد پر کیے گئے دس الگ الگ مطالعات میں جمع شدہ معلومات کا تجزیہ کیا گیا جس سے معلوم ہوا کہ جو لوگ ورزش سمیت دیگر اقسام کی جسمانی مشقت کرنے کے عادی تھے، ان میں نمونیا کا خطرہ بہت کم تھا۔ اس کے علاوہ، یہ بھی معلوم ہوا کہ جو لوگ زیادہ تر بیٹھے رہتے ہیں اور چلنے پھرنے سے گریز کرتے ہیں، ان کے لیے صحت کے دیگر مسائل کے ساتھ ساتھ نمونیا کا خطرہ بھی زیادہ ہوتا ہے۔ واضح رہے کہ نمونیا پھیپھڑوں اور سانس کی بیماری ہے جو وائرس یا جراثیم کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اگرچہ یہ چھوٹے بچوں کے لیے زیادہ خطرناک اور ہلاکت خیز ہے لیکن بزرگ اور عمر رسیدہ افراد بھی بڑی تعداد میں اس سے شدید متاثر ہو سکتے ہیں۔ ورزش اور جسمانی مشقت کے طبی فوائد پر اب تک کئی تحقیقات ہو چکی ہیں تاہم یہ اپنی نوعیت کی سب سے بڑی تحقیق ہے جس میں نمونیا سے تحفظ کا اضافی پہلو بھی سامنے آیا ہے۔ نوٹ: اس تحقیق کی تفصیلات ریسرچ جرنل ''نیچر و سائنس'' کے تازہ شمارے میں آن لائن شائع ہوئی ہیں۔

انجکشن سے بلڈ کولیسٹرول کی سطح میں کمی ممکن

امریکا میں کی گئی ایک تحقیق کے مطابق ایک انجکشن کے ذریعے انسانی جسم میں بلڈ کولیسٹرول کی سطح کم کی جا سکتی ہے۔ امریکا میں موجود انٹرنیشنل سوسائٹی فور اسٹیم سیل ریسرچ کی سالانہ میٹنگ میں اس تجربے کے نتائج پیش کیے گئے۔ بندروں پر کیے گئے نوویل جین ایڈنگ تجربے میں یہ بات دیکھی گئی ہے کہ ان میں ایل ڈی ایل کی سطح اور ٹرائی گلیسرائیڈ کی سطح میں کمی ہوئی۔ تجربے میں سائنسدانوں نے بندروں میں موجود دو جین کو ناکارہ بنایا، جو دل کے امراض کا خطرہ بڑھاتے ہیں۔ انسانوں میں بھی اسی طرح کے جین موجود ہوتے ہیں۔ یونیورسٹی آف شکاگو کے پیپڈ کلینک کے ڈائریکٹر ڈاکٹر مائیکل ڈیوڈسن کا کہنا ہے کہ اس تجربے سے دل کے امراض کے علاج میں مدد مل سکتی ہے۔

طلبا کی صحت کیلئے عمدہ مشورے

ایک صحت مند جسم میں صحت مند دماغ ہوتا ہے اور دماغ صحت مند ہو تو کوئی بھی امتحان مشکل نہیں ہوتا اور کامیابی کی راہیں کھلتی چلی جاتی ہیں۔ لیکن ہمارے ہاں بچے جب تعلیم حاصل کرنے میں مصروف ہوتے ہیں تو اپنی غذا اور کھانے پینے کی روٹین کا خیال نہیں رکھ پاتے۔ امتحان کی تیاری، اسائنمنٹس جمع کروانے کی ٹینشن اور دیگر روزمرہ معمولات مستقل طور پر طلبا کے ذہنوں پر سوار رہتے ہیں۔ اسی وجہ سے بہت سے طلبا اس قدر توانائی نہیں رکھتے کہ وہ تعلیم اور زندگی میں توازن لا سکیں۔ اسکول، کالج، گھریلو اور سماجی سرگرمیوں میں اپنی بھرپور صلاحیتوں کے اظہار کیلئے طلبا کو فٹ اور صحت مند رہنا بہت ضروری ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ والدین اپنے بچوں کی غذا کا بہت خیال رکھتے ہیں۔ کم عمری سے ہی متوازن غذا مستقبل کیلئے ایک عمدہ بنیاد فراہم کرتی ہے۔ اس سلسلے میں کچھ نکات کو ذہن میں رکھنا ضروری ہے۔

غذا کی مقدار کا خیال رکھنا

بہت زیادہ کھانے کا مطلب صحت مند ہونا نہیں ہوتا۔ اس لیے غذا کے تناسب کا خیال رکھنا بہت ضروری ہوتا ہے خاص طور پر سبزیوں، دالوں اور گوشت کا تناسب عمر اور ضرورت کے مطابق ہونا چاہیے۔

ناشتہ ضرور کریں

چاہے آپ کتنے ہی مصروف کیوں نہ ہوں، آپ کو غذائیت سے بھرپور ناشتے پر کبھی سمجھوتہ نہیں کرنا چاہیے۔ اپنے دن کا آغاز عمدہ ناشتے کے ساتھ کیجیے۔

پانی پیتے رہیں

پڑھائی کے دوران آپ پانی پینا بھول جاتے ہیں یا ٹالتے رہتے ہیں، جو کہ نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ وہ طلبا جو گھنٹوں مطالعہ کرتے ہیں یا اپنی توجہ مرکوز رکھتے ہیں، ان کیلئے زائد مقدار میں پانی پینا بہت اہم ہے۔ اپنے ساتھ ہمیشہ پانی کی ایک بوتل ضرور رکھیں۔

میٹھا اور جنک فوڈ کم کھائیں

بہت زیادہ کھانا کھانا پریشان کن نہیں ہوتا البتہ آپ میٹھی اشیا، کولڈ ڈرنک یا جنک فوڈ زیادہ استعمال کرتے ہیں تو اس سے اجتناب کرنا چاہیے۔ سب سے اہم چیز یہ ہے کہ کھانے والی غذا لذیذ ہونے کے ساتھ ساتھ صحت بخش بھی ہو۔

کھیلوں میں حصہ لیں

جو طلبہ ہر وقت پڑھائی میں مصروف رہتے ہیں ان کے لیے ورزش کو وقت دینا مشکل ہوتا ہے۔ کاہلی یا پڑھائی کی ذمہ داری کی وجہ سے بہت سے طلبا جم نہیں جا پاتے۔ اگر وہ کسی کھیل میں حصہ لیں تو ان کا جسم متحرک رہ سکتا ہے۔ بیڈمنٹن، ٹیبل ٹینس یا اسکواش جیسے کھیل عمدہ فٹنس دیتے ہیں اور فٹبال اور کرکٹ جیسے آؤٹ ڈور گیمز کھیلنے سے بھی صحت پر مثبت اثرات پڑتے ہیں۔

پیدل چلیں

بے شک آپ کے پاس موٹر بائیک یا کار ہے لیکن پیدل چلنے کی عادت آپ کی صحت کو بہتر رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ پیدل چلنے کے علاوہ جاگنگ یا رننگ بھی کی جا سکتی ہے۔ گاڑی یا بائیک ہو تو اسے دور کھڑا کرکے پیدل اپنی کلاس یا کسی بھی دکان پر جانے کی عادت ڈالیں۔

جم جوائن کریں

اگر آپ کسی جم جائیں تو آپ کو اس میں داخلہ لینے کی ترغیب ملے گی۔ جم میں سائیکلنگ، رننگ وغیرہ کی سہولتیں دستیاب ہوتی ہیں۔ اس بات کا خیال رکھیے کہ اگر آپ جم میں ایکسرسائز کر رہے ہیں تو یہ مستقل بنیادوں پر ہونی چاہیے، ایسا نہ ہو کہ جوش و خروش میں چند دن گئے اور پھر جانا چھوڑ دیا۔ اس سے فائدے کے بجائے نقصان ہونے کا احتمال رہتا ہے۔

نیند

صرف طلبا کیلئے ہی نہیں بلکہ ہر انسان کیلئے بھرپور نیند بہت ضروری ہے کیونکہ جو کچھ آپ پڑھتے یا ذہن نشین کرتے ہیں، وہ نیند کے دوران آپ کے دماغ میں جگہ بنا رہا ہوتا ہے۔ کوشش کریں کہ دوپہر میں تھوڑی دیر سونے (نیپ لینے) کی کوشش کریں۔ ایسا کرنے سے آپ کی کھوئی ہوئی توانائی لوٹ آئے گی۔ اسی لئے اسے پاور نیپ کہتے ہیں۔

پوری رات نہ پڑھیں

بہت سے طلبا ساری ساری رات پڑھتے ہیں، جس سے فائدہ ہونے کے بجائے نقصان ہو سکتا ہے۔ موزوں نیند نہیں لیں گے تو آپ اپنی بہتر کارکردگی پر سوالیہ نشان لگا رہے ہوں گے اور آپ کی صحت بھی متاثر ہونے لگے گی۔

بیماریوں سے بچنے کیلئے

تحقیق و تجزیے بتاتے ہیں کہ کلاس روم، تعلیمی اداروں میں ساتھ وقت گزارنا اور ہاسٹل میں ساتھ رہنے سے ایک دوسرے کو نزلہ زکام لگنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ اس ضمن میں محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ اس سے بچنے کیلئے جب بھی آپ کسی بیمار فرد سے ملیں یا گندی جگہ سے آئیں تو ہاتھ ضرور دھوئیں کیونکہ آپ کے ہاتھ پر جراثیم لگ چکے ہوتے ہیں اور اگر وہ جراثیم والے ہاتھ آپ اپنی آنکھوں، ناک یا کانوں میں لگائیں گے تو جراثیم وہاں منتقل ہو جائیں گے

غذائیت سے بھرپور پھلوں کا استعمال

طبی ماہرین کے مطابق انسان کی خوراک میں پھلوں کا شامل ہونا ضروری ہے کیونکہ قدرت کی یہ عطا کردہ نعمت مختلف صورتوں میں ایک مکمل غذا ہے۔ پھلوں کو انسانی جسم نہ صرف بآسانی ہضم کر لیتا ہے بلکہ ان میں موجود اینٹی آکسیڈنٹس اجزاء جلد کے خلیات کو خراب ہونے سے بھی بچاتے ہیں۔ اگرچہ تمام پھل صحت کے لیے بہترین ہیں لیکن مخصوص اوقات میں ان پھلوں کا استعمال، انہیں جلد ہضم کرنے کے ساتھ ساتھ زیادہ توانائی بڑھانے کا کام سرانجام دیتا ہے۔ اینٹی آکسیڈنٹس اور فائٹونیوٹرینٹس سے بھرپور مختلف سائز، ساخت اور رنگ برنگے پھلوں کو کمبی نیشن کی صورت اپنی خوراک کا حصہ بنانے پر غور کریں۔ خاص طور پر صبح کے وقت ان ذائقہ دار اور غذائیت سے بھرپور پھلوں کو شامل کریں کیونکہ اس وقت ان پھلوں کا استعمال پورے دن آپ کو توانائی فراہم کرے گا۔

اینٹی انفلیمیٹری پلیٹ

اینٹی انفلیمیٹری ان غذاؤں کو کہا جاتا ہے جن میں زیادہ مقدار میں اینٹی آکسیڈنٹس، منرلز اور ضروری فیٹی ایسڈز پائے جاتے ہوں۔ یہ اجزاء جسم سے زخم، سوزش اور ورم کو ٹھیک کرنے کے لیے بہترین تصور کیے جاتے ہیں۔ آپ بھی صبح کے وقت اپنی پلیٹ میں اینٹی انفلیمیٹری پھلوں کو شامل کرکے ان بیماریوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ غذائیت سے بھرپور اینٹی انفلیمیٹری فروٹ کمبی نیشن پلیٹ کی تیاری کے لیے چیری، پائن ایپل، بلیو بیری شامل کریں۔ یہ فروٹ وٹامن اے، سی اور ای کا بہترین مجموعہ ہوتے ہیں۔ پائن ایپل میں وٹامن سی اور ایسے انزائم پائے جاتے ہیں جو غذائی نالی سے سوزش کم کرتے ہوئے مدافعتی نظام کو بہتر بنانے کے علاوہ پروٹین کو ہضم کرنے میں بھی مددگار ہوتے ہیں۔

اینٹی آکسیڈنٹ پلیٹ

انجیر، انگور اور انار اینٹی آکسیڈنٹس اور بیماریوں سے لڑنے والے دیگر غذائی اجزاء پر مشتمل ہوتے ہیں۔ یہ غذائی اجزاء خلیات کی مرمت کرنے اور انسانی جلد کو کم عمر دکھانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ انار میں اینٹی آکسیڈنٹس اور جراثیم کش خوبیاں بھی پائی جاتی ہیں۔ یہ اجزاء بھی جلد کی بہتری کے کام سرانجام دیتے ہیں۔ انجیر نہ صرف ایک ذائقہ دار پھل ہے بلکہ یہ مختلف منرلز، وٹامنز اور فائبر سے بھرپور غذا ہے مثلاً وٹامن اے، وٹامن بی ون، وٹامن بی ٹو، کیلشیم، آئرن، فاسفورس، میگنیشیم، سوڈیم، پوٹاشیم اور کلورائن وغیرہ انجیر میں پائے جاتے ہیں۔ سبھی اتنے غذائی اجزاء کی موجودگی آپ کو دن بھر تندرست و توانا اور بیماریوں سے محفوظ رکھنے کا کام سرانجام دیتی ہے۔

بیوٹی پلیٹ

خوبصورتی میں اضافے کی خواہش مند خواتین پپیتے، بلیک بیری اور خربوزے کو خوراک میں شامل کرکے اپنے حسن و شادابی میں اضافہ کر سکتی ہیں۔ یوں سمجھ لیں کہ صبح کے وقت لیے گئے یہ پھل آپ کو دن بھر خوبصورت اور حسین دکھانے کی تیاری کرتے ہیں۔ پپیتے کو حسن و خوبصورتی کا ذریعہ کہا جاتا ہے کیونکہ اس میں وٹامن اے اور پاپین انزائم پائے جاتے ہیں۔ یہ انزائم کولیجن کی مقدار میں اضافہ کرتے ہوئے جلد کے مردہ خلیوں کو دوبارہ سرگرم کر دیتے ہیں، جس سے وہ تازہ اور چمکدار لگنے لگتی ہے جبکہ یہ جلد کو خشک ہونے سے بھی بچاتا ہے۔ اس کے علاوہ آپ اپنی بیوٹی پلیٹ میں موسم گرما کے پھل خربوزے کو بھی شامل کر سکتی ہیں۔ یہ آپ کی جلد کی چمک میں اضافہ کرنے کے ساتھ اس کو رونق بنانے کا سبب بنتا ہے۔

انرجی پلیٹ

ورک آؤٹ کرنے کی تیاری ہو یا پھر ایک مشکل اور مصروف دن آپ کا منتظر ہو، آپ کو ضرورت ہے انرجی پلیٹ کی۔ اس کے لیے کیلے، ایواکاڈو اور سیب بطور فروٹ کمبی نیشن آپ کا انتخاب بن سکتے ہیں۔ یہ انرجی پلیٹ آپ کو کچھ ہی وقت میں دن بھر کے لیے توانائی فراہم کردے گی۔ ورک آؤٹ سے قبل کیلے کا استعمال بے حد فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ کیلے میں دیگر پھلوں کی نسبت چار گنا زیادہ پروٹین، دوگنا زیادہ کاربوہائیڈریٹ، تین گنا زیادہ فاسفورس، پانچ گنا زیادہ وٹامن اے، ساتھ ہی دیگر وٹامنز اور منرلز بھی دگنی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

بہار ضمنی انتخابات کو لیکر عظیم اتحاد نے کیا امیدواروں کا اعلان

نئی دہلی//

بہار ضمنی اسمبلی انتخاب کے لئے عظیم اتحاد (مہا گٹھ بندھن) نے اپنے امیدواروں کا اعلان کر دیا ہے۔ بہار میں کل 4 سیٹوں پر ضمنی انتخابات ہونے ہیں جن امیدواروں کے ناموں کا اعلان کیا گیا ہے ان پر اتحاد کی تمام جماعتوں نے مہر لگا دی ہے۔ امام گنج سے آر جے ڈی کے روشن کمار ماجھی عرف راجیش ماجھی کو امیدوار بنایا گیا ہے۔ اس کے علاوہ بیلا گنج سے آر جے ڈی کے وشوناتھ یادو، رام گڑھ سے آر جے ڈی کے اجیت کمار سنگھ، جبکہ تراری اسمبلی سیٹ سے سی پی آئی (ایم ایل) کے راجو یادو مقابلہ کریں گے۔ خیال رہے کہ حالیہ اختتام پذیر لوک سبھا انتخاب میں بہار کے چار اراکین اسمبلی سداما پرساد (تراری)، سدھاکر سنگھ (رام گڑھ)، سریندر یادو (بیلا گنج) اور جیتن رام ماجھی (امام گنج) ارکان پارلیمنٹ منتخب ہوئے، جس بنا پر ان چاروں اسمبلی سیٹوں پر ضمنی انتخابات ہونے جا رہے ہیں۔ واضح ہو کہ منگل کو الیکشن کمیشن نے مہاراشٹر اور جھارکھنڈ اسمبلی انتخاب کے لئے تاریخ کا اعلان کیا تھا۔ جس کے مطابق مہاراشٹر میں ایک مرحلہ میں انتخابات ہوں گے، جبکہ جھارکھنڈ میں دو مرحلوں میں انتخابات ہوں گے۔ اسی کے ساتھ 15 ریاستوں کی 48 اسمبلی سیٹوں اور 2 لوک سبھا سیٹوں پر ضمنی انتخابات کی تاریخ کا بھی اعلان کیا گیا ہے۔ ان میں بہار کی 4 سیٹ بھی شامل ہیں، جن پر 13 نومبر کو ووٹنگ ہوگی اور 23 نومبر کو ووٹوں کی گنتی کی جائے گی۔ دریں اثنا آر جے ڈی کے ایم پی منوج جھا نے انڈیا اتحاد کو الٹی میٹم دیتے ہوئے کہا ہے کہ آر جے ڈی کم از کم 12 سیٹوں پر الیکشن لڑنے کے قابل ہے۔ ہمیں اتنی سیٹیں ملنی چاہئیں۔ اگر انڈیا اتحاد اس پر راضی نہیں ہوتا ہے تو آر جے ڈی اکیلے جھارکھنڈ اسمبلی انتخابات لڑے گی۔ منوج جھا اتوار کو ریاستی دفتر میں منعقدہ پریس کانفرنس سے خطاب کر رہے تھے۔ انہوں نے کہا کہ آر جے ڈی ریاست میں بی جے پی کے خلاف سب سے بڑا نشان ہے۔ ریاست کی 22 اسمبلی سیٹوں پر کنٹرول رکھنے والی پارٹی کو تین سے چار سیٹوں پر الیکشن لڑنے کے لیے کہنا اس کا گلا کاٹنے کے مترادف ہے۔ آر جے ڈی لیڈر نے کہا کہ ہم سات سیٹوں پر الیکشن لڑنے پر راضی نہیں ہیں۔ کارکنوں میں ناراضگی ہے اور ہم 22 نشستوں پر الیکشن لڑنے کو تیار ہیں۔ مایوسی کا اظہار کرتے ہوئے منوج جھا نے کہا کہ چیف منسٹر ہیمنت سورین اور دیگر کے ساتھ ہفتہ کو ہوئی بات چیت سے پارٹی کو تکلیف ہے۔ تاہم معاملہ ابھی ختم نہیں ہوا۔ آر جے ڈی ہر سیٹ اور امکان کو دیکھ رہی ہے۔ ہم کوئی نقصان نہیں کریں گے۔ ہم ہر اس آپشن کا حصہ بنیں گے جس سے بی جے پی کو شکست دی جا سکے۔ اب پیر کی صبح 11 بجے تک آر جے ڈی کو لے کر بہت سی چیزیں واضح ہو جائیں گی کہ وہ الیکشن لڑنے کا کیا فیصلہ کرے گی۔ منوج جھا نے کہا کہ جب 2019 میں انتخابات ہو رہے تھے، قومی صدر رانچی میں تھے۔ اس وقت بی جے پی کو ہٹانے کے مقصد سے صرف سات سیٹوں پر رضامندی دی گئی تھی۔ اس الیکشن میں بھی ایسا ہی دباؤ بنایا جا رہا ہے۔ یکطرفہ فیصلہ کیا جا رہا ہے۔ آر جے ڈی لیڈروں نے کبھی جھکنا قبول نہیں کیا۔ انہوں نے جیل جانا مناسب سمجھا لیکن بی جے پی کی واشنگ مشین میں دھونا قبول نہیں کیا۔ آر جے ڈی شروع سے ہی بی جے پی کے خلاف لڑ رہی ہے اس دوران وزیر ستیانند بھوکتا بھی موجود تھے۔

وزیر اعظم کی قیادت میں صحت کو سائلو سے باہر لانے کی کوششیں کی گئیں/ نڈا

نئی دہلی// مرکزی وزیر صحت جے پی نڈا نے اتوار کو قومی دارالحکومت میں بہار اور جھارکھنڈ میڈیکل فورم (بی جے ایم ایف) کے زیر اہتمام بی جے ایم ایف سیلون 2024 کا افتتاح کیا۔ تقریب سے خطاب کرتے ہوئے نڈا نے کہا کہ پی ایم مودی کی متحرک قیادت میں صحت کو سائلو سے باہر لانے اور اسے ہم آہنگی سے دیکھنے کی کوشش کی گئی ہے۔ "وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت میں، ہم نے صحت کو سائلو سے باہر لانے اور اسے ہم آہنگی سے دیکھنے کی کوشش کی ہے۔ 2017 میں تشکیل دی گئی نئی صحت پالیسی کے تحت، ہم نے اسے جامع صحت پالیسی کے طور پر آگے لے جانے کی کوشش کی ہے۔ وزیر نے نامہ نگاروں کو بتایا، صرف علاج پر زور دیا گیا تھا، اب یہ احتیاطی تدابیر پر ہے... کوشش ہے کہ اسے مکمل طور پر دیکھا جائے... ہم نے اب آیوشمان آروگیہ مندر میں تبدیل کر دیا ہے اور ہم اس کے معیار کی جانچ کر رہے ہیں۔ نڈا نے مزید کہا کہ انہیں یہ جان کر خوشی ہوئی کہ بی جے ایم ایف پروگرام سماجی، علمی اور سائنسی پروگراموں کو آگے لے جاتا ہے۔ "مجھے یہ جان کر خوشی ہوئی کہ بی جے ایم ایف سماجی، علمی اور سائنسی پروگراموں کو آگے لے کر جا رہا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ سب ڈاکٹر بن گئے ہیں اور جہاں تک ممکن ہو سکے معاشرے کی خدمت کی ہے، اور، ایک متحد کوشش میں، اس نے معاشرے تک رسائی اور واپسی کی کوشش کی ہے۔ مزید، انہوں نے کانفرنس کے پیچھے سائنسی سیشن کے لیے مبارکباد دی اور اپنی نیک خواہشات کا اظہار کیا۔" میں آپ کو مبارکباد دیتا ہوں اور آپ کو اس کانفرنس کے علاوہ سائنسی سیشن کے لیے اپنی نیک تمناؤں کا اظہار کرتا ہوں، بی جے ایم ایف فورم کے ذریعے آپ کے ڈاکٹروں کی طرف سے جاری میڈیکل ایجوکیشن، سیمینارز، گروپ ڈسکشن، پینل ڈسکشنز جاری رہیں۔ مجھے یہ بھی بتایا گیا ہے کہ ہزاروں لوگ اس کانفرنس سے منسلک ہو چکے ہیں۔ بی جے ایم ایف اور میں آپ کو اس پر مبارکباد پیش کرتا ہوں۔

صدر مرمو افریقہ کے تین ممالک کے دورے کے بعد وطن لوٹ آئیں

نئی دہلی// صدر دروپدی مرمو الجزائر، موریطانیہ اور ملاوی کے اپنے تین ملکوں کے دورے کے اختتام پر آج صبح یہاں واپس آگئیں۔ ہفتہ بھر کا دورہ ہندوستان اور ان افریقی ممالک کے درمیان سفارتی تعلقات کو مضبوط بنانے اور تعاون کو وسعت دینے پر مرکوز تھا۔ دورے کا آخری پڑاؤ ملاوی تھا، جہاں صدر مرمو ایک رسمی الوداع کے بعد لیلونگوے کے کاموزو بین الاقوامی ہوائی اڈے سے روانہ ہوئیں۔ ملاوی میں، انہوں نے جمعہ کے روز صدر لازارس چکویرا کے ساتھ بات چیت کی، جس کا اختتام کئی مفاہمت کی یادداشتوں (ایم او یوز) پر دستخطوں پر ہوا جس میں فنون و ثقافت، نوجوانوں کے امور، کھیلوں اور فارماسیوٹیکل تعاون جیسے شعبوں کا احاطہ کیا گیا ہے۔ یہ دورہ ہندوستان کی صدارت کے دوران افریقی یونین کو G20 کا مستقل رکن بنائے جانے کے ایک سال سے زیادہ عرصے کے بعد ہوا ہے۔ وزارت خارجہ نے کہا کہ اس دورے نے افریقہ کے ممالک کے ساتھ اپنے موجودہ خوشگوار تعلقات کو مزید مستحکم کرنے کے لیے ہندوستان کے مضبوط عزم کا اعادہ کیا ہے۔

وزیر اعظم مودی کی روس میں پوتن کے ساتھ ملاقات

یوکرین تنازعہ اور برکس تعلقات کو مضبوط بنانے پر توجہ مرکوز کرے گی

نئی دہلی// وزیر اعظم نریندر مودی روس کے قازان میں برکس سربراہی اجلاس کے موقع پر روسی صدر ولادیمیر پوتن سے ملاقات کرنے والے ہیں، جو کہ پی ایم مودی کی طرف سے "امن سفارت کاری کے ایک دور" کی تکمیل کے موقع پر ہے۔ یہ میٹنگ صدر پوتن، یوکرائنی صدر زیلنسکی، اور امریکی صدر بائیڈن کے ساتھ پی ایم مودی کی سابقہ مصروفیات کے بعد ہوئی ہے، جہاں انہوں نے خیالات کا تبادلہ کیا اور یوکرین تنازعہ پر ان کے متعلقہ موقف کو سمجھنے کی کوشش کی۔ پوتن نے یوکرین جنگ پر تشویش اور حل تلاش کرنے کی کوششوں کے لیے پی ایم مودی کا شکریہ ادا کیا۔ میٹنگ کے دوران، پی ایم مودی سے توقع کی جاتی ہے کہ وہ اپنے نقطہ نظر کا اشتراک کریں گے اور یوکرائنی تنازعہ میں تعطل کو توڑنے کے امکانات تلاش کریں گے۔ پوتن نے اس سے قبل بھارت کی متوازن خارجہ پالیسی کے نقطہ نظر کو تسلیم کرتے ہوئے تنازعہ کو حل کرنے میں کردار ادا کرنے کی اپنی خواہش ظاہر کی تھی۔ برکس چوٹی کانفرنس پی ایم مودی کو دوسرے رہنماؤں کے ساتھ مشغول ہونے اور برکس فریم ورک کے اندر تعاون کو مضبوط بنانے سمیت باہمی دلچسپی کے امور پر تبادلہ خیال کرنے کا موقع فراہم کرتی ہے۔ پوتن نے روس میں ہندوستانی فلموں کی مقبولیت کو اجاگر کرتے ہوئے پارٹنر ممالک کے ساتھ کثیر جہتی تعلقات کی اہمیت پر زور دیا اور برکس ممالک کے درمیان ثقافتی تبادلے اور عوام کے درمیان تعامل کا مشورہ دیا۔

IIT مدراس نے جدت طرازی کیلئے دبئی میں پہلے بین الاقوامی تحقیقی مرکز کا منصوبہ بنایا

چینئی// انڈین انسٹی ٹیوٹ آف ٹیکنالوجی، مدراس، دبئی میں اپنا پہلا بین الاقوامی فلیگ شپ سنٹر قائم کرکے عالمی تحقیق اور اختراع میں ایک چھلانگ لگانے کے لیے تیار ہے۔ آئی آئی ٹی ایم گلوبل دبئی سینٹر 2025 کے اوائل میں شروع ہونے والا ہے اور مصنوعی ذہانت (AI)، ڈیٹا سائنس، روبوٹکس، اور پائیدار توانائی جیسے جدید شعبوں میں مہارت حاصل کرے گا۔ اس مرکز کا مقصد ہندوستان کے کاروباری ماحولیاتی نظام اور دبئی کے بڑھتے ہوئے ٹیکنالوجی کے منظر نامے کے درمیان ایک اہم ربط پیدا کرنا ہے۔ آئی آئی ٹی ایم گلوبل دبئی سینٹر کا قیام IIT مدراس اور دبئی ڈیپارٹمنٹ آف اکانومی اینڈ ٹورازم کے درمیان ایک اسٹریٹجک معاہدے کی پیروی کرتا ہے۔ اس معاہدے پر جیٹیکس گلوبل 2024 کے دوران دستخط کیے گئے، جو دنیا بھر میں ٹیکنالوجی کی سب سے بڑی نمائشوں میں سے ایک ہے۔ دبئی اکنامک ڈیولپمنٹ کارپوریشن کے سی ای او ہادی بدری اور آئی آئی ٹی مدراس میں گلوبل انگیجمنٹ کے ڈین پروفیسر رگھوناتھن رینگاسوامی نے پہلے بین الاقوامی مرکز کے طور پر دستخط کیے تھے۔ آئی آئی ٹی ایم کے نئے اقدام، آئی آئی ٹی ایم گلوبل کے تحت، دبئی سینٹر دبئی کے لیے ترجیحی شعبوں میں تحقیق، اختراع، دانشورانہ املاک کے لائسنسنگ، اور ٹیکنالوجی کی منتقلی کو آگے بڑھائے گا۔ اس علاقے کی تکنیکی صلاحیتوں کو مزید بڑھانے کے لیے گہری ٹیک اسٹارٹ اپس کی بین الاقوامی اسکیلنگ کو سپورٹ کرنے کے لیے جدید ٹیکنالوجی سے فائدہ اٹھانے پر توجہ مرکوز کی جائے گی۔ آئی آئی ٹی مدراس کو تکنیکی تعلیم، تحقیق اور اختراع میں اپنی عمدگی کے لیے بڑے پیمانے پر پہچانا جاتا ہے۔ اس کی عالمی سطح کی فیکلٹی، باصلاحیت طلباء، اور مضبوط صنعتی شراکت پر قائم ہونے والی ساکھ کے ساتھ، انسٹی ٹیوٹ نے ہندوستان اور عالمی سطح پر کافی پذیرائی حاصل کی ہے۔ ایک انسٹی ٹیوٹ آف ایمیننس کے طور پر اس کا عہدہ علم کو آگے بڑھانے اور جدت کو فروغ دینے کے اس کے عزم کو مزید واضح کرتا ہے۔ آئی آئی ٹی ایم گلوبل دبئی سینٹر کا قیام آئی آئی ٹی مدراس کے لیے ایک نئے باب کی نشاندہی کرتا ہے کیونکہ یہ بین الاقوامی سطح پر اپنا اثر و رسوخ بڑھاتا ہے۔ جدید تحقیق پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے اور اہم تکنیکی شعبوں میں انٹرپرینیورشپ کو فروغ دیتے ہوئے، یہ مرکز ہندوستان اور دبئی کے اختراعی ماحولیاتی نظام دونوں میں نمایاں تعاون کرنے کے لیے تیار ہے۔

بھارت اور سنگاپور نے پہلی سائبر پالیسی ڈائیلاگ کا انعقاد کیا

سنگاپور// ہندوستان اور سنگاپور کے درمیان افتتاحی سائبر پالیسی ڈائیلاگ 17 اکتوبر 2024 کو سنگاپور میں ہوا، جس کی مشترکہ صدارت ہندوستان کی وزارت خارجہ کے سائبر ڈپلومیسی کے جوائنٹ سکریٹری مسٹر امیت اے شکلا اور مسٹر ڈیوڈ کو نے کی۔ ڈائیلاگ میں موضوعات کی ایک وسیع رینج کا احاطہ کیا گیا، بشمول موجودہ سائبر خطرے کا منظر، قومی سائبر حکمت عملی اور پالیسیاں، خطرے کی تشخیص، اور اقوام متحدہ کے تحت عالمی سائبر گورننس کے مباحثوں میں پیش رفت۔ دونوں ممالک نے دوطرفہ تعاون کے ممکنہ شعبوں کی تلاش کی، جیسے سائبر خطرے کے انتباہات اور ردعمل کا اشتراک، اہم معلومات کے بنیادی ڈھانچے کی حفاظت میں تجربات اور بہترین طریقوں کا تبادلہ، اور مشترکہ صلاحیت سازی اور ترقیاتی سرگرمیوں میں مشغول ہونا۔

ہندوستانی بحریہ اور اومان کی رائل نیوی کی بحری مشق نسیم البحر اختتام پذیر

نئی دہلی// آئی این ایس ترکش اور ڈورنیئر میری ٹائم پٹرول ایئر کرافٹ نے 13 سے 18 اکتوبر 24 کو گوا کے قریب عمان کے جہاز السیب کی رائل نیوی کے ساتھ ہند۔ اومان کی دوطرفہ بحری مشق نسیم البحر میں حصہ لیا۔ مشق دو مرحلوں میں کی گئی: بندرگاہ کے مرحلے کے ساتھ 13 سے 15 اکتوبر 24 تک، اس کے بعد سمندری مرحلہ منعقد ہوا۔ بندرگاہ کی سرگرمیوں کے حصے کے طور پر، دونوں بحری افواج کے اہلکار پیشہ ورانہ بات چیت میں مصروف رہے۔ اس کے علاوہ سپورٹس فکسچر اور سماجی مصروفیات بھی منعقد کی گئیں۔ 16 سے 18 اکتوبر 24 تک ہونے والی مشق کے سمندری مرحلے کے دوران، دونوں بحری جہازوں نے مختلف قسم کے ارتقاء کیے، جن میں سطح کے بلند ہونے والے اہداف پر بندوق کی فائرنگ، قریب سے فاصلے تک طیارہ شکن فائرنگ، جنگی مشقیں، اور سی اپروچ پر دوبارہ کاری کا عمل شامل ہے۔ انٹیگرل ہیلی کاپٹر نے آئی این ایس ترکش سے کام کیا اور RNOV السیب کے ساتھ کراس ڈیک لینڈنگ اور عمودی ریپلیشمنٹ کا کام کیا۔ مزید برآں، ہندوستانی بحریہ کے ڈورنیئر طیارے نے حصہ لینے والے جہازوں کو اوور دی ہورائزن ٹارگٹنگ (او ٹی ایچ ٹی) ڈیٹا فراہم کیا۔ انٹرآپریبلٹی کو مزید بڑھانے کے لیے، ہندوستانی بحریہ کے سمندری سواروں نے ایک دن کے لیے RNOV السیب کا آغاز کیا۔

پریڈیٹر ڈرونز اور انڈیا کی کواڈ لیڈرشپ

چین کے انڈو پیسیفک عزائم کا مقابلہ کرنے کے لیے ایک اسٹریٹجک تبدیلی

نئی دہلی// اپنی دفاعی صلاحیتوں میں ایک بڑا اضافہ کرتے ہوئے، ہندوستان اور امریکہ نے 31 پریڈیٹر ڈرونز کی خریداری کے لیے 4 بلین ڈالر کے سودے کیے ہیں، جس کا مقصد ہندوستانی بحریہ، فضائیہ اور فوج کو تقویت دینا ہے۔ سینئر حکام کی موجودگی میں دستخط کیے گئے اس معاہدے میں ہندوستان میں ان ڈرونز کے لیے دیکھ بھال، مرمت اور اوور ہال (MRO) سہولت کا قیام بھی شامل ہے۔ یہ معاہدہ، جسے گزشتہ ہفتے بھارت کی کابینہ کمیٹی برائے سلامتی (CCS) نے منظور کیا تھا، بھارت کی دفاعی جدید کاری، خاص طور پر میری ٹائم ڈومین میں ایک اہم قدم کی نشاندہی کرتا ہے۔ 31 ڈرونز میں سے 15 کو ہندوستانی بحریہ کے لیے نامزد کیا گیا ہے، جو بحر ہند۔ بحر الکاہل میں میری ٹائم سیکورٹی پر ہندوستان کی بڑھتی ہوئی توجہ کا واضح اشارہ ہے، جہاں چینی اثر و رسوخ مسلسل بڑھ رہا ہے۔ باقی ڈرونز کو ہندوستانی فضائیہ اور فوج کے درمیان تقسیم کیا جائے گا۔ یہ معاہدہ امریکہ، جاپان اور آسٹریلیا کے ساتھ کواڈ ریلیٹرل سیکورٹی ڈائیلاگ (کواڈ) میں ہندوستان کی بڑھتی ہوئی اہمیت کے عین مطابق ہے، جو خطے میں چین کے اسٹریٹجک قدموں کو متوازن کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس معاہدے پر دستخط ہندوستان کی فوجی تیاری کے بارے میں ایک مضبوط پیغام بھیجتا ہے، خاص طور پر کواڈ کے اندر اس کے قائدانہ کردار کے تناظر میں۔ جیسا کہ عالمی طاقتوں کا مقصد ایک "آزاد اور کھلا ہند۔ بحر الکاہل" کو محفوظ بنانا ہے، جدید ترین پریڈیٹر ڈرونز کا اضافہ ہندوستان کی نگرانی اور اسٹرائیک کی صلاحیتوں کو نمایاں طور پر بڑھانے کے لیے تیار ہے، اور اسے خطے میں ایک مضبوط کھلاڑی کے طور پر کھڑا کرنا ہے۔ یہ وقت بھی قابل ذکر ہے، چین کی اپنی موتیوں کی تار حکمت عملی کے ذریعے تسلط قائم کرنے کی مسلسل کوششوں سے مطابقت رکھتا ہے، جو بحر ہند میں ہندوستان کے اثر و رسوخ کو محدود کرنے کے لیے ایک گھیراؤ کرنے والا حربہ ہے۔ یہ "سٹرنگ" مشرق میں چین کے جزیرہ ہینان سے لے کر مغرب میں پاکستان کی گوادر بندرگاہ تک پھیلی ہوئی ہے، جس میں میانمار کے جزیرہ کوکو اور سری لنکا کی ہمبنٹوٹا بندرگاہ جیسے اہم اسٹریٹجک مقامات شامل ہیں۔ اس پورے خطے میں چینی آبدوزوں، تباہ کن جہازوں اور دیگر جہازوں کے ساتھ اپنی بحری فائر پاور بنا رہا ہے جو ہندوستان کی سمندری سلامتی کے لیے براہ راست خطرہ ہیں۔ اب، ولمنگٹن ڈیکلریشن میں، کواڈ کے زور نے زیادہ متحد اور اسٹریٹجک دفاعی صف بندی کی طرف واضح تبدیلی کی ہے۔

مرکزی وزیر زراعت شہری اراضی کے ریکارڈ کے سروے ۔ ریسروے میں جدید ٹیکنالوجی پر بین الاقوامی ورکشاپ کا افتتاح کریں گے

نئی دہلی// دیہی ترقی کے مرکزی وزیر شیوراج سنگھ چوہان 21 اکتوبر 2024 کو شہری اراضی کے ریکارڈ کے لیے سروے۔ ریسروے میں جدید ٹیکنالوجیز پر بین الاقوامی ورکشاپ کا افتتاح کریں گے۔ یہ کانفرنس امبیڈکر انٹرنیشنل سینٹر، نئی دہلی میں ہوگا۔ محکمہ زمینی وسائل اس ورکشاپ کا انعقاد کر رہا ہے۔ افتتاحی اجلاس میں دیہی ترقی کے مرکزی وزیر شیوراج سنگھ چوہان کے خطابات شامل ہوں گے، اراضی وسائل کے محکمے کے سکریٹری جناب منوج جوشی افتتاحی اجلاس کے دوران کلیدی خطبہ دیں گے۔ ورکشاپ دو روز تک جاری رہے گی۔ پہلے دن مرکزی وزیر شری شیوراج سنگھ چوہان کی قیادت میں ایک افتتاحی سیشن پیش کیا جائے گا جس کے بعد سنگاپور، کوریا، برطانیہ، اسپین اور ہالینڈ جیسے ممالک کے ماہرین کی پیشکشیں ہوں گی، جس میں ڈیجیٹل لینڈ ریکارڈ کے بہترین طریقوں پر روشنی ڈالی جائے گی۔ معروف ہندوستانی اور بین الاقوامی فرموں کی طرف سے ٹیکنالوجی کی نمائش اور نمائش بھی ہوگی۔ ورکشاپ کے متوقع نتائج میں شہری اراضی کے ریکارڈ کی جدید کاری کے لیے ایک قومی پروگرام کی تشکیل، منتخب شہروں میں پائلٹ پروجیکٹس کے لیے ڈیزائن کے منصوبے، اور شہری مقامی اداروں اور ریاستی حکام کے درمیان صلاحیت کی تعمیر کے لیے حکمت عملی شامل ہیں۔ مزید برآں، ورکشاپ کا مقصد جدید ٹیکنالوجیز کو اربن لینڈ گورننس میں ضم کرنے، زمین کے انتظام کے نظام میں بہتر کارکردگی اور شفافیت کو یقینی بنانے کے لیے پالیسی سفارشات تیار کرنا ہے۔ یہ تصوراتی نوٹ جدید ٹیکنالوجی کے استعمال کے ذریعے شہری اراضی کے ریکارڈ کو بہتر بنانے میں تعاون اور اختراع کا مرحلہ طے کرتا ہے۔

کرناٹک اور آسٹریلیا نے صاف توانائی کے لیے مفاہمت نامے پر دستخط کیے

بنگلورو// کرناٹک قابل تجدید توانائی کی ترقی لمیٹڈ نے ہفتہ کو آسٹریلیا کی اسمارٹ انرجی کونسل کے ساتھ مفاہمت کی ایک یادداشت پر دستخط کیے۔ معاہدے کا مقصد صاف توانائی، قابل تجدید ذرائع، گرین ہائیڈروجن، بیٹری توانائی ذخیرہ کرنے کے نظام اور دیگر متعلقہ شعبوں میں تعاون کو بڑھانا ہے۔

تیوہار سپیشل ریل گاڑیوں کی تعداد میں اضافہ۔ 2024

آئندہ تیوہاروں کے سیزن میں ریل مسافروں کی باسہولت آمد و رفت کیلئے سابقہ اعلان شدہ تیوہار سپیشل ریل گاڑیوں کے ساتھ۔ ساتھ مندرجہ ذیل اضافی تیوہار سپیشل ریل گاڑیوں کا سنچالن بھی مندرجہ ذیل تفصیلات کے مطابق کیا جائے گا:

04 پھیرے — 04608/04607 جموں توی۔ ہوڑہ۔ جموں توی ریزروڈ تیوہار سپیشل ریل گاڑی

ریل گاڑی نمبر 04608 آمد	ریل گاڑی نمبر 04608 روانگی	سٹیشن	ریل گاڑی نمبر 04607 آمد	ریل گاڑی نمبر 04607 روانگی
—	20:20	جموں توی	15:20	—
13:20	—	ہوڑہ	—	23:45

چلنے کے دن: 04608 جموں توی سے مورخہ 30-10-2024 اور 04-11-2024 کو اور 04607 ہوڑہ سے مورخہ 01-11-2024 اور 06-11-2024 کو

جگہ: فرسٹ اے سی، 2 ٹیئر اے سی، 3 ٹیئر اے سی، 3 ٹیئر اے سی اکانومی

ٹھہراؤ: پٹھانکوٹ کینٹ، جالندھر کینٹ، ڈھنڈھاری کلاں، چنڈی گڑھ، انبالہ کینٹ، سہارنپور، مراد آباد، بریلی، شاہجہانپور، ہردوئی، لکھنؤ، بابا بھیما دیوی دھام پرتاپ گڑھ جنکشن، وارانسی، پنڈت دین دیال اپادھیائے جنکشن، گیا، گومو، دھن آباد جنکشن، آسنسول جنکشن، درگاپور اور بردھمان سٹیشن۔

04 پھیرے — 04680/04679 شری ماتا ویشنو دیوی کٹرہ۔ کامکھیا۔ شری ماتا ویشنو دیوی کٹرہ ریزروڈ تیوہار سپیشل ریل گاڑی

ریل گاڑی نمبر 04680 آمد	ریل گاڑی نمبر 04680 روانگی	سٹیشن	ریل گاڑی نمبر 04679 آمد	ریل گاڑی نمبر 04679 روانگی
---	18:40	جموں توی	06:20	---
21:00	---	ہوڑہ	---	06:00

چلنے کے دن: 04680 شری ماتا ویشنو دیوی کٹرہ سے مورخہ 28-10-2024 اور 02-11-2024 کو اور 04679 کامکھیا سے مورخہ 31-10-2024 اور 05-11-2024 کو

جگہ: فرسٹ اے سی، 2 ٹیئر اے سی، 3 ٹیئر اے سی، 3 ٹیئر اے سی اکانومی

ٹھہراؤ: شہید کیپٹن تشار مہاجن، جموں توی، پٹھانکوٹ کینٹ، جالندھر کینٹ، ڈھنڈھاری کلاں، چنڈی گڑھ، انبالہ کینٹ، سہارنپور، مراد آباد، بریلی، سیتاپور، گونڈا، بستی، گورکھپور، چھپرہ، حاجی پور، بروني جنکشن، بیگو سرائے، کھگڑیا جنکشن، نوگچھیا، کٹیہار جنکشن، کشن گنج، نیو جلپائی گوڑی جنکشن، نیو کوچ بہار، نیو بونگائی گاؤں اور گوال پارہ ٹاؤن سٹیشن۔

04 پھیرے — 04662/04661 امرتسر جنکشن۔ سہرسہ۔ امرتسر جنکشن۔ ریزروڈ تیوہار سپیشل ریل گاڑی

ریل گاڑی نمبر 04662 آمد	ریل گاڑی نمبر 04662 روانگی	سٹیشن	ریل گاڑی نمبر 04661 آمد	ریل گاڑی نمبر 04661 روانگی
---	20:10	امرتسر جنکشن	18:20	---
05:00	---	سہرسہ	—	10:00

چلنے کے دن: 04662 امرتسر جنکشن سے مورخہ 29-10-2024 اور 03-11-2024 کو اور 04661 سہرسہ سے مورخہ 31-11-2024 اور 05-11-2024 کو

جگہ: 3 ٹیئر اے سی، سلیپر اور جنرل کلاس

ٹھہراؤ: بیاس جنکشن، جالندھر سٹی، ڈھنڈھاری کلاں، سرہند، راج پورہ، انبالہ کینٹ، یمنا نگر، جگادھری، سہارنپور، مراد آباد، بریلی، سیتا پور جنکشن، گونڈا جنکشن، گورکھپور جنکشن، سیوان جنکشن، چھپرہ، حاجی پور جنکشن، مظفر پور جنکشن، سمستی پور جنکشن، برونی جنکشن، بیگو سرائے، کھگڑیا جنکشن اور سمری بختیار پور سٹیشن۔

02 پھیرے — 04520/04519 انبالہ کینٹ۔ دربھنگہ۔ امرتسر جنکشن ریزروڈ تیوہار سپیشل ریل گاڑی

ریل گاڑی نمبر 04520 آمد	ریل گاڑی نمبر 04520 روانگی	سٹیشن	ریل گاڑی نمبر 04519 آمد	ریل گاڑی نمبر 04519 روانگی
—	—	امرتسر جنکشن	06:30	—
---	—	جالندھر سٹی	03:35	03:40
—	19:00	انبالہ چھاؤنی	02:05	02:15
19:00	---	دربھنگہ	—	21:30

چلنے کے دن: 04520 انبالہ چھاؤنی سے مورخہ 25-10-2024 کو اور 04519 دربھنگہ سے مورخہ 26-10-2024 کو

جگہ: 3 ٹیئر اے سی، سلیپر اور جنرل کلاس

ٹھہراؤ: امرتسر جنکشن، جالندھر سٹی، سہارنپور، مراد آباد، بریلی، سیتا پور جنکشن، گورکھپور، دیوریا صدر، سیوان جنکشن، چھپرہ، حاجی پور جنکشن، مظفر پور جنکشن اور سمستی پور جنکشن سٹیشن۔

ریل مسافروں سے درخواست ہے کہ کسی بھی معلومات کیلئے ریل مدد ہیلپ لائن نمبر 139 پر رابطہ کریں یا ریلوے کی ویب سائٹ https://enquiry.indianrail.gov.in یا NTES ایپ دیکھیں

پڑھیں فالو کریں

اتر ریلوے

آپ کی سہولت۔ ہمارا نصب العین

ہمیں www.nr.indianrailways.gov.in پر پڑھیں

3279/2024

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

بیماری جسم و روح کے لئے فائدہ مند ہے

-مبشر جاوید-

کوئی لاعلاج مرض لاحق ہونے کی صورت میں مریض بسا اوقات انتہائی بے صبرا اور اللہ کی رحمت سے ناامید ہو جاتا ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ یہ شیطان کی کارستانی ہے کہ انسان کو ماضی میں کیے ہوئے گناہ اس قدر یاد دلاتا ہے کہ وہ ناامیدی کو گلے لگا لیتا ہے، حالاں کہ اگر فرائض ادا کرتا رہے اور صدق دل سے توبہ کرے اور شرک سے اپنے آپ کو بچائے تو اللہ کی ذات سے قوی امید ہے کہ اللہ اس کے ساتھ رحم والا معاملہ فرمائیں گے اور اسے جنت میں داخل فرمائیں گے۔ چناں چہ ایک حدیث میں ہے کہ: ''میری امت میں سے جو بھی اس حال میں مرا کہ اس نے اللہ کے ساتھ کچھ بھی شریک نہ کیا تو وہ جنت میں داخل ہوگا۔ حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ اے اللہ کے رسول! اگرچہ زنا کرے یا چوری کرے تب بھی؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ہاں اگرچہ زنا کیا ہو اور چوری کی ہو'' اور صحیح مسلم کی ایک حدیث ہے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: تم میں سے جو کوئی مرے اسے چاہیے کہ وہ اللہ کے ساتھ حسن ظن رکھتا ہو'' اور حدیث قدسی ہے کہ'' میں اپنے بندے سے اس کے گمان جیسا معاملہ کرتا ہوں پس جیسا چاہے وہ مجھ سے گمان رکھے۔''

اللہ تعالی نے نعمتوں کے مقابلے میں کچھ ایسی چیزیں بھی پیدا کی ہیں کہ اگر ان کا سامنا ہو جائے تو نعمت کی قدر ہوتی ہے۔ ان چیزوں کو ہم مختلف نام دے سکتے ہیں۔ پریشانی آئے تو اچھے وقت کی قدر آتی ہے، فقر کے بعد فراوانی، ذلت کے بعد عزت، غم کے بعد خوشی، نفرت کے بعد محبت، جہالت کے بعد علم، دن کے بعد رات، رات کے بعد دن، سردی کے بعد گرمی، گرمی کے بعد سردی، مشغولیت کے بعد فراغت، اور اسی طرح بیماری کے بعد صحت کی قدر آجاتی ہے۔

یہیں اس بات کو بھی سمجھ لینا چاہیے کہ ایمان اور حسن اخلاق کے علاوہ ہر نعمت کسی کے لیے وبال اور کسی کے لیے واقعی نعمت ہوتی ہے، جیسا کہ کسی بھی چیز کے بارے میں علم و آگہی حاصل ہونا، نعمت ہے، مثال کے طور پر اگر کسی کے بارے میں یہ پتا چل جائے کہ اس نے کسی سے قرض لیا اور واپس نہ کیا، تو لوگ اس شخص کو قرض دینے کے معاملے میں محتاط ہو جائیں گے تو یہ علم لوگوں کے حق میں تو نعمت ہوا، لیکن اگر مقروض کو پتا چل جائے کہ وہ قرض ادا نہ کرنے کی وجہ سے لوگوں کی نظر سے گر گیا ہے۔ تو اب دو صورتیں ہیں یا تو وہ اپنے معاملہ کو درست کرے گا یا بات دل پہ لگالے گا اور غم و پریشانی کا شکار ہوگا پہلی صورت میں علم اس کے لیے نعمت اور دوسری میں وبال بن جائے گا۔ بالکل اسی طرح مرض مریض کے لیے اس وقت نعمت بن جاتا ہے جب وہ صبر و شکر کرتا ہے اور شفا کے بعد صحت کی قدر اور اللہ رب العزت کی دی ہوئی اس نعمت کا شکر ادا کرتا ہے۔

کہ'' جو بھی مصیبت تمہیں پہنچتی ہے وہ تمہارے اعمال ہی کی بدولت ہوتی ہے اور اللہ پاک کتنی ہی باتیں تو معاف فرما دیتے ہیں۔'' اسی لیے کسی کو یہ زیب نہیں دیتا کہ وہ کہتا پھرے کہ کہاں سے یہ مصیبت آ ٹپکی؟ بلکہ یہ اس کے اپنے اعمال کا نتیجہ ہے، جو دنیا میں اس کے سامنے ظاہر ہو گیا ہے اور اگر ہم اس بات کو سمجھیں کہ دنیا کی مصیبتیں ہمارے اعمال کا نتیجہ ہیں تو یہ سمجھنے میں دشواری نہ ہوگی کہ اس کے اندر ہمارے لیے خوش خبری بھی ہے اور ڈراوا بھی۔ ڈراوا بایں طور کہ انسان پریشانیوں کا سامنا کر کے خوف زدہ رہتا ہے اور خوش خبری بایں وجہ ہے کہ امام بخاری نے حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ کی ایک روایت نقل کی ہے کہ نبی پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا'' مومن کو جو بھی بیماری یا غم یا پریشانی یا کوئی بھی تکلیف پہنچے، حتی کہ کوئی کانٹا چبھ جائے تو اللہ اس کے بدلے اس کے گناہ معاف فرماتے ہیں۔'' اور ایک دوسری حدیث میں فرمایا: کہ'' مصیبت مستقل بندہ مومن کے ساتھ اور اس کے گھر میں، اس کے مال میں اس کی اولاد میں رہتی ہے، یہاں تک کہ وہ اللہ تعالی سے اس حال میں جاملتا ہے کہ اس پہ کوئی گناہ باقی نہیں رہتا۔''

مرض کے ذریعے آدمی کے صبر کا پتا چلتا ہے، جیسا کہ کہا گیا ہے کہ آزمائش نہ ہوتی تو صبر کی فضیلت ظاہر نہ ہوتی، اگر صبر کیا تو بہت سی بھلائیاں حاصل کرلیں اور اگر صبر نہ کر سکا تو سب کچھ گنوا دیا۔ تو اللہ تعالی بیماری کے ذریعے بندہ کے صبر کا امتحان لیتے ہیں۔ اب یا تو وہ سونا نکلتا ہے یا پھر کھوٹا......

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے مرفوعاً منقول ہے کہ'' اجر و ثواب کی زیادتی تکالیف برداشت کرنے کے بقدر ہوتی ہے اور اللہ تعالی جب کسی قوم سے محبت فرماتے ہیں تو اس کو آزمائش میں مبتلا فرما دیتے ہیں تو جو اس پر راضی ہو جاتا ہے اس کے لیے اللہ کی رضا ہے اور جو ناراض اس کے لیے اللہ کی ناراضی ہے۔''

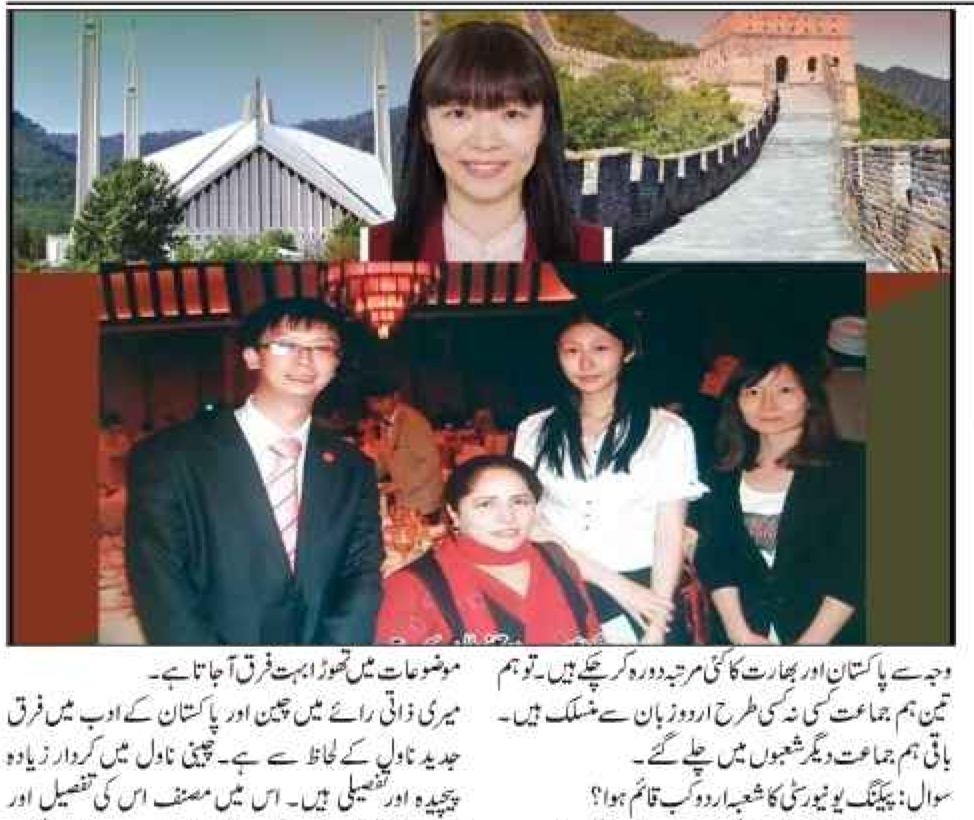
مرض کے فوائد میں ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ مریض پر اللہ تعالی کی نعمت کا اتمام ہوتا ہے اور وہ اس طرح کہ جب اسے کوئی بیماری لاحق ہوتی ہے تو خوف اسے گھیر لیتا ہے اور پھر یہی بیماری اور خوف اسے اللہ رب العزت کی توحید کی طرف مائل کر دیتا ہے اور وہ بزبان حال یہی کہہ رہا ہوتا ہے کہ اے مولی! سب اطباء نے اپنی طبابت اور حکمت آزمائی اور وہ ناکام ہو گئے، اب کوئی ہے تو بس تو ہی ہے، تیرے سوا مجھے کوئی شفا دینے والا نہیں۔ اس طرح مریض کا دل اللہ رب العزت کے ساتھ رابطہ میں رہتا ہے اور وہ ہر وقت پورے خلوص کے ساتھ اپنے خالق حقیقی اور پرورش کرنے والی ذات کو یاد کرتا ہے۔

جب بندہ اللہ تعالی سے نہ مانگے تو اللہ پاک ناراض ہوتے ہیں بندے پر پریشانی نازل فرماتے ہیں، تاکہ وہ اللہ کی طرف متوجہ ہو اور اسی سے دعا مانگے تو اللہ تعالی اس پر انعامات کی بارش فرماتے ہیں۔ تاکہ وہ اللہ کا شکر ادا کرے۔

اللہ تعالی نے قرآن میں کیا خوب انسان کا حال بیان فرمایا کہ جب انسان پر اللہ کی نعمتیں ہوتی ہیں تو اللہ تعالی سے اعراض کرتا رہتا ہے اور جب اسے پریشانی لاحق ہوتی ہے۔ تو بس لمبی لمبی دعائیں شروع کر دیتا ہے لہٰذا اس بیماری کی برکات ہوتی ہیں کہ جس نے کبھی مسجد کا رخ نہ کیا ہو وہ بیماری کے بعد پانچ وقت کی نماز مسجد میں ادا کرتا نظر آتا ہے اور صبر و شکر، توکل و عاجزی، خشوع و خضوع، حلاوت ایمان سے بھرا بھرا دکھائی دیتا ہے۔ جو کہ اس کے ایمان میں زیادتی کا موجب ہوتا ہے۔

بیماری کے ذریعہ اللہ رب العزت انسان کے دل کو تکبر و عجب اور فخر جیسی مہلک بیماریوں سے نجات عطا فرماتے ہیں، کیوں کہ اگر یہ روحانی بیماریاں انسان کے ساتھ مستقل رہیں تو سرکشی و نافرمانی جیسی دوسری بیماریاں اس کے اندر جنم لیتی ہیں اور انسان اپنی ابتدا و انتہا کو بھول جاتا ہے او رجوانی کی طاقت یا بڑھاپے کی جوشیلی صحت اس کو خود اعتمادی دیتی ہیں اور وہ اپنے علاوہ کسی کو تسلیم نہیں کرتا۔ پھر جب اللہ رب العزت کی طرف اس کے اوپر بیماریوں کی آزمائش ہوتی ہے تو اس کا نشہ، غرور و تکبر کافور ہو جاتا ہے اور پھر اسے اس بات کا یقین ہوتا ہے کہ اس کے اپنے قبضہ میں نہ اس کا نفع ہے، نہ نقصان، نہ زندگی نہ موت، کبھی کسی چیز کو یاد کرتا ہے تو اس کے ادراک پر قادر نہیں ہوتا، کبھی چیز کے بارے میں جاننا چاہتا ہے، لیکن جہالت اس کے دامن گیر رہتی ہے۔ کبھی کسی ایسی چیز کو حاصل کرنا چاہتا ہے جو اس کی ہلاکت کا سبب ہو اور کبھی ایسی چیز سے دور بھاگتا ہے جس میں اس کے لیے بھلائی ہو اور دن اور رات میں، کسی بھی وقت اس خطرہ سے محفوظ نہیں رہتا کہ اللہ تعالی اپنی دی ہوئی نعمتوں میں سے دیکھنے اور سننے کی طاقت کو سلب فرمالیں، یا اس کی عقل میں فساد پیدا کر دیں، یا اس سے اس کی محبوب دنیا چھین لیں اور وہ کچھ بھی نہ کر سکے، تو کیا اس سے زیادہ کوئی محتاج و ذلیل ہے؟ نہیں! تو پھر اسے تکبر و عجب کیسے زیب دے گا؟

چین میں پھلتی پھولتی اردو زبان



محمد کریم احمد

'ڈاکٹر چانگ جیامی' جن کا پاکستانی یا اُردو میں نام 'طاہرہ' ہے ڈیپارٹمینٹ آف ساؤتھ ایشین سٹڈیز، سکول آف فارن لینگوئجز، پیکنگ یونیورسٹی میں ایسوسی ایٹ پروفیسر کی حیثیت سے خدمات انجام دے رہی ہیں۔ اس کے ساتھ وہ اردو ٹیچنگ اینڈ ریسرچ سیکشن کی۔ ڈائریکٹر کی ذمہ داریاں بھی نبھا رہی ہیں۔ 2004 سے 2018 کے دوران انہوں نے مختلف ادبی کانفرنسوں میں شرکت اور کلچرل ایکسچینج پروگرامز کے تحت کئی مرتبہ پاکستان کا دورہ کیا۔ 2019 میں وہ وزٹنگ اسکالر، سنٹر فار ریلیجس سٹڈیز، پرنسٹن یونیورسٹی، امریکہ کے ساتھ منسلک رہیں۔ ان کے کئی تحقیق آرٹیکلز ساؤتھ ایشین سٹڈیز، اورینٹل سٹڈیز، ایریا سٹڈیز جرنل آف پیکنگ یونیورسٹی، لٹریچر اینڈ ہسٹری آف ویسٹرن ریجن میں شائع ہو چکے ہیں۔ انہوں نے ٹریک آن انگیز بنڈرز اور پاکستان کی منتخب نظموں کا ترجمہ کیا ہے جو شائع ہو چکی ہیں۔ وہ کتاب 'گندھارا کی مسکراہٹ'، اے ٹور آف پاکستان مانومنٹ' کی چیف ایڈیٹر اور ایک دوسری کتاب 'شی جن پھنگ دی گورننس آف چائنہ' کے اردو ترجمہ کے لیے قائم ریویو گروپ کی ممبر بھی ہیں۔ اس کے علاوہ انہوں نے چین میں اور چین سے باہر کئی تحقیقی پروجیکٹس میں حصہ لیا ہے۔

سوال: آپ کی اردو زبان سے آشنائی کب ہوئی؟

جواب: اردو سے میرا تعلق یا تعارف 1997 میں ہوا جب میں اردو زبان سیکھنے کے لیے پیکنگ یونیورسٹی میں داخل ہوئی۔ اور اس وقت سے لیکر اب تک یہ تعلق قائم اور پھل پھول رہا ہے۔

سوال: اردو زبان سیکھنے کا شوق یا خواہش کب پیدا ہوئی؟

چین میں ہم پرائمری سکول سے انگریزی زبان سیکھتے ہیں، اور اس کے ساتھ کوئی ایک غیر ملکی زبان بھی سیکھنی ہوتی ہے۔ تو اس وقت مجھے غیر ملکی زبان میں دلچسپی پیدا ہوئی۔ مجھے پانچ یا چھ زبانوں میں سے کسی ایک کا انتخاب کرنا تھا۔ ان میں جاپانی، منگولین، ویت نامی، کورین، عربی اور اردو شامل تھیں۔ تو میں نے اردو کا انتخاب کیا کیونکہ یہ ہمارے ایک اچھے دوست اور پڑوسی ملک کی زبان تھی۔ باقی زبانیں منگولیا، جاپانی، کورین، ویت نامی ہمارے ریجن کی تھیں اور کسی نہ کسی حد تک چینی زبان سے مماثلت رکھتی تھیں۔ تو میں نے سوچا کہ مختلف زبان ہونی چاہیے۔ تو اس لیے میں نے اردو کا انتخاب کیا۔

سوال: چین میں رہتے ہوئے اردو زبان کیسے سیکھی؟

میں چونکہ پیکنگ یونیورسٹی کے شعبہ اردو کی طالبہ تھی، تو زیادہ زبان تو اپنے شعبہ سے ہی سیکھی۔ اُس وقت زیادہ تر فلمیں بھی پاکستان سے آتی تھیں۔ میرا نام ہے محبت اور آوارہ وغیرہ یہ فلمیں پاکستان کی تھیں جن کی چین میں نمائش ہوئی۔ تو ان سے اردو سیکھنے میں مدد ملی۔ اُس وقت پاکستان اور چین کے درمیان تسلسل کے ساتھ وفود وغیرہ آتے جاتے تھے۔ تو اس طرح آہستہ آہستہ اردو زبان سیکھتے رہے۔ اس وقت پاکستان سے محبت بھی اردو زبان سیکھنے کی وجہ بنی۔

سوال: اردو زبان سیکھنے کے دوران ابتدائی مراحل میں کس قسم کی مشکلات پیش آئیں؟

مشکلات تو بہت تھیں۔ سب سے پہلے تو انیس سو ستانوے میں انٹرنیٹ اتنا تیز اور آسانی سے دستیاب نہیں تھا۔ اردو زبان میں لکھے گئے مواد کی دستیابی آسان نہیں تھی۔ صرف نصابی کتب پڑھتے تھے۔ اردو اخبار بہت کم ملتے تھے۔ گرامر کے لحاظ سے بھی چینی زبان اور اردو زبان میں فرق ہوتا ہے۔ شروع میں اردو زبان سیکھنے کے لیے بہت محنت کی۔ بیجنگ میں پاکستانی سفارت خانے جایا کرتے تھے اور وہاں تعینات عملے اور افراد سے اردو میں بات چیت کیا کرتے تھے۔ انٹرنیٹ کی دستیابی سے اردو سیکھنے میں بہت مدد ملی۔ اب انٹرنیٹ پر اردو اخبارات، فلمیں اور کتابیں دستیاب ہیں جس کے باعث بہت آسانی ہوگئی ہے۔

سوال: چین میں آپ کے اردو کے اساتذہ کون تھے؟

چین میں میرے اردو کے اساتذہ میں پروفیسر تھانگ مونگ شون، پروفیسر لیو شوشو، پروفیسر محترمہ ہونگ چواین تھے۔ ان کو پاکستان میں کئی اعزازات سے نوازا گیا ہے۔ پروفیسر تھانگ مونگ شن، شاہراہ قراقرم کی تعمیر میں شریک رہے ہیں اور پاکستان کے بارے میں بہت معلومات رکھتے ہیں۔

سوال: آپ کے اساتذہ نے اردو زبان کہاں سے سیکھی؟

میرے اساتذہ نے اردو زبان پیکنگ یونیورسٹی کے شعبہ اردو سے سیکھی بعد میں وہ پاکستان سے بھی اردو سیکھ کر اور پڑھ کر آئے۔

سوال: آپ نے کتنے عرصے تک اردو زبان سیکھی؟

میں نے چار سال تک اردو زبان سیکھی اور اس میں گریجویشن کی۔

سوال: اردو کے کونسے ادیب یا شاعر آپ کو پسند ہیں؟

میں نے اردو کے کئی ادیبوں کو پڑھا ہے۔ ان کی ادبی نگارشات کا بھی مطالعہ کیا ہے۔ مجھے بانو قدسیہ، سعادت حسن منٹو اور امتیاز علی تاج پسند ہیں۔ جبکہ موجودہ لکھاریوں میں عمیرہ احمد پسند ہیں۔ اردو شاعری قدرے مشکل ہے۔ مگر غالب، اقبال اور فیض کو جانتے ہیں اور ان کے کلام سے واقفیت ہے۔

سوال: آپ کو اردو زبان میں پی ایچ ڈی کرنے کا خیال کیسے آیا؟

اردو زبان سیکھتے ہوئے اس میں دلچسپی پیدا ہونا شروع ہوئی۔ جو روز بروز بڑھتی چلی گئی۔ پھر پڑھانا شروع کیا تو اردو کو جاننے کا مزید موقع ملا۔ تو پی ایچ ڈی کر لی۔

سوال: پی ایچ ڈی میں آپ کے تحقیقی مقالے کا عنوان کیا تھا؟

میرے تحقیقی مقالے کا عنوان 'مغل بادشاہ اکبر کی مذہبی سوچ' تھا۔ اور میرے پی ایچ ڈی مقالے کے نگران پروفیسر تھانگ تھے۔

سوال: اردو زبان سیکھنے کے دوران آپ کل کتنے طلباء تھے۔ اور ان میں سے کتنے گریجویشن کے بعد اردو زبان سے کسی نہ کسی طرح جڑے رہے یا اردو زبان کی وجہ سے کسی پیشے سے وابستہ ہوئے؟

جب ہم انیس سو ستانوے میں پیکنگ یونیورسٹی کے شعبہ اردو میں داخل ہوئے تو ہم کل گیارہ طالب علم تھے۔ ان میں چار لڑکیاں اور سات لڑکے تھے۔ ان میں سے تین نے گریجویشن کے بعد مزید تعلیم کے لیے ایم اے میں داخلہ لیا۔ اور اس کلاس میں سے ایک میں اُردو کی تدریس سے منسلک ہوں۔ ایک میری کلاس فیلو 'شوشیاؤ شن' (اردو نام نسیم) چائنہ میڈیا گروپ کی اردو سروس میں کام کر رہی ہیں۔ ایک کلاس فیلو چین کی ایک موبائل کمپنی میں ہیں اور وہ اُردو زبان جاننے کی وجہ سے پاکستان اور بھارت کا کئی مرتبہ دورہ کر چکے ہیں۔ تو ہم تین ہم جماعت کسی نہ کسی طرح اردو زبان سے منسلک ہیں۔ باقی ہم جماعت دیگر شعبوں میں چلے گئے۔

سوال: پیکنگ یونیورسٹی کا شعبہ اردو کب قائم ہوا؟

پیکنگ یونیورسٹی کا شعبہ اردو انیس سو چون میں قائم ہوا۔

سوال: شعبہ اردو میں کس درجہ کی کلاسز ہوتی ہیں

شعبہ اردو میں گریجویشن، ایم اے اور پی ایچ ڈی لیول کی کلاسز ہوتی ہیں۔

سوال: شعبہ اردو سے اب تک اندازاً کتنے طلباء اردو زبان سیکھ چکے ہیں

اب تک دو سو سے زائد طلباء اردو زبان سیکھ چکے ہیں۔ جب سے یہ شعبہ قائم ہوا ہے اس وقت سے آج تک اس میں داخلے ہو رہے ہیں 1960 میں ثقافتی انقلاب کے دوران اس میں تعطل آیا۔ 1970 سے آج تک یہ شعبہ بغیر کسی تعطل کے کام کر رہا ہے۔

سوال: پیکنگ یونیورسٹی کے شعبہ اردو سے وابستہ اساتذہ کون کون ہیں؟ ان میں چینی اساتذہ اور پاکستانی اساتذہ کی تعداد کیا ہے؟

چینی اساتذہ کی تعداد تین ہے اور ایک پاکستانی اُستاد ہیں۔ پاکستان سے اساتذہ آتے رہتے ہیں۔ کچھ عرصہ پڑھاتے ہیں پھر واپس چلے جاتے ہیں۔

سوال: آپ خود ایک اسکالر ہیں اور چینی ادب اور پاکستانی ادب سے واقف ہیں۔ آپ کو دونوں زبانوں کے لکھاریوں کے موضوعات میں کیا مماثلت یا فرق نظر آتا ہے؟

جواب یہ ایک دلچسپ سوال ہے۔ چینی ادب اور پاکستانی ادب کے موضوعات میں مماثلت بھی ہے اور فرق بھی۔ ادب کے موضوعات تو ملتے جلتے ہیں۔ ہر معاشرے میں کم و بیش یہ ایک جیسے ہوتے ہیں۔ بس معاشرتی روایت کے فرق کی وجہ سے موضوعات میں تھوڑا بہت فرق آجاتا ہے۔

میری ذاتی رائے میں چین اور پاکستان کے ادب میں فرق جدید ناول کے لحاظ سے ہے۔ چینی ناول میں کردار زیادہ پیچیدہ اور تفصیلی ہیں۔ اس میں مصنف اس کی تفصیل اور جزئیات کا ذکر کرتا ہے۔ کردار کا مزاج، طبیعت، مزاج، شکل، لباس اور دل میں کیا چل رہا ہے، کردار سے جڑی باریک سے باریک جزئیات کا تمام تر ذکر مصنف خود کرتا ہے۔ جبکہ پاکستان میں ناول میں مکالمہ زیادہ ہے۔ کردار اپنے تمام تر خیالات کا اظہار مکالمے سے کرتا ہے۔ جہاں تک موضوعات کا تعلق ہے تو چین میں مختلف مذاہب موجود ہیں۔ معاشرتی مسائل ہیں۔ گھریلو تنازعات ہیں۔

محبت کے معاملات ہیں۔ ارد گرد کے ماحول سے تعلق یا جرأت کے حوالے سے ایشوز ہیں۔ تو چین میں لکھاری ان موضوعات سے جڑے مسائل پر لکھتا ہے اور یہ بتاتا ہے کہ ان کو کیسے حل کرنا ہے۔ پاکستان میں چونکہ مذہب کا عمل دخل زیادہ ہے تو یہ مصنف پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ اس میں مذہب کے حوالے سے احساسات کا تذکرہ ہے۔ جیسے عمیرہ احمد کے ناول 'پیر کامل' اور 'حاصل لا حاصل' میں مذہبی معاملات کو زیر بحث لایا گیا ہے۔ تو اس طرح ادب کہیں کھو جاتا ہے۔ وہ شاید اجنبی لگتا ہے۔ کیونکہ اس میں اخلاقیات کے حوالے سے اصلاح کا پہلو ہوتا ہے۔ بہر حال اس سے ہم پاکستانی معاشرے کو سمجھ سکتے ہیں۔

سوال: کیا شعبہ اردو کے تحت دونوں ممالک کے منتخب ادب کے تراجم کیے گئے ہیں۔ اردو زبان سے چینی زبان میں یا چینی سے اردو میں

جی ہاں۔ تراجم ہوتے رہتے ہیں۔ اور یہ سلسلہ جاری ہے۔ ہمارے طلباء جب گریجویٹ ہوتے ہیں۔ تو ڈگری کے حصول کے لیے انہیں مقالہ لکھنا ہوتا ہے۔ اس مقالے کا ایک حصہ

The Urdu Daily
WATTAN
روزنامہ وطن سرینگر

روزنامہ
وطن
سرینگر

عورت: جن سے ڈرتا ہے زمانہ سارا

تحریر
محمد صالح انصاری

ابھی چند دن بھی نہیں ہوئے جب دلّی پولیس اور ممبئی پولیس نے شکایت ملنے کے بعد کچھ نوجوان لڑکے اور لڑکیوں کو گرفتار کیا تھا۔ جو بُلّی بائی ایپ کے ذریعہ مسلم خواتین کے خلاف نفرت پھیلانے اور انکی نیلامی کرنے کا کام کرتے تھے۔ ابھی تک وہ سلسلہ چل رہا ہے اور نئے نئے نوجوان جو ابھی تعلیم حاصل کر رہے ہیں انکی گرفتاریاں لگاتار ہو ہی رہی تھیں کہ اب ایک نیا معاملہ سامنے آ گیا۔ اور معاملہ بھی ٹھیک اسی طرح کا کہ کچھ اوباش اور بدمعاش قسم کے نوجوان کلب ہاؤس نام کے موبائل ایپ پر لڑکیوں کے خلاف گندی گندی نفرت آمیز باتیں کر رہے تھے اور حیرت کی بات یہ ہے کی یہ نوجوان نسل مسلم نفرت نے اتنی بری طرح گرفتار ہو چکے ہیں کہ خود لڑکیاں ہی لڑکیوں کے خلاف ایسے کاموں میں لڑکوں کا ساتھ دیتی نظر آ رہی ہیں۔

اب سوال یہ ہے کہ آخر کیا وجہ ہے جو معاشرے میں اتنی زیادہ نفرت کی آندھی چل رہی ہے۔ ایک طرف پولیس نے روکنے کی کوشش کی تو انہوں نے کوئی دوسری جگہ تلاش کر لی اور پھر سے اسی نفرت کے کام کو آگے بڑھانے لگے۔ ایسا لگتا ہے کہ ان لوگوں کو ایسے کاموں کو لیکر نشا ہو گیا ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ یہ لوگ پولیس اور قانون کی موجودگی میں بھی اپنے ماں، بہن اور بیوی جیسے پاک رشتوں کو تار تار کر رہے ہیں اور انکو کسی طرح کا کوئی ڈر اور شرمندگی کا احساس تک نہیں ہے۔

اگر پولیس نے یہی کام گزشتہ سال جون اور جولائی کے مہینے میں سُلّی ڈیل کے معاملے میں ہی کیا ہوتا اور گنہگاروں کو گرفتار کر کیفر کردار تک پہنچایا ہوتا تو آج انکے حوصلے بلند نہیں ہوتے اور نہ اُنکی اتنی ہمت ہوتی۔ ایسا لگتا ہے کہ اس معاملے میں نفرت کی سیاست کرنے والی ہماری نام نہاد حکومتوں کا بھی ہاتھ ہے اور یہ بات بلکل یقینی ہے کہ ہماری حکومتوں نے جو آئی ٹی سیل تیار کر رکھا ہے یہ سارا نفرت کا بازار انہیں لوگوں کا تیار کیا ہوا ہے۔ جسکی وجہ سے جب بھی کوئی معاملہ سامنے آتا ہے تو نام نہاد لڑکوں کی گرفتاریاں کر کے معاملے کو رفع دفعہ کر دیا جاتا ہے اور کچھ دنوں بعد کوئی اور یہ کام کرنے لگتا ہے۔ جبکہ اصل مجرم کا پتہ نہیں چلتا۔

ایسے میں ضرورت ہے کہ اس معاملے میں عدالت کا عمل دخل ہو اور عدالت اس معاملے کو اپنے طریقہ سے تفتیش کا کام انجام دے تاکہ یہ نفرت کا بازار بند ہو۔ نہیں تو وہ دن دور نہیں جب یہ نفرت مسلم خواتین سے باہر نکل کر راہ چلتی ہر خواتین کو اپنی زد میں لے لیگی اور ہم ایک وحشی معاشرے کہ حصہ بن جائیں گے۔

یہ بات ہر کوئی جانتا ہے کہ اس معاملے میں جن خواتین اور بہنوں کو نشانہ بنایا گیا ہے وہ ایسی باہمت اور باصلاحیت خواتین اور لڑکیاں ہیں جو حکومتوں کو ہر محاذ پر گھیر رکھی ہیں۔ انکے ہر غلط فیصلہ پر سوال کرتی ہیں ان کو تنقید کا نشانہ بناتی ہیں اور اُنکی اصل حقیقت عوام کے سامنے لاتی ہیں۔ یہ ایسا کام ہے جو آج کی بڑی بڑی ٹی وی چینل کی اینکر نہیں کر سکیں۔ الثان کے لاکھ روکنے کی کوشش کے بعد بھی جب یہ حق اور سچ کی آواز نہیں رکی تو انھوں نے اب انسانیت کی ساری حدیں پار کر انکی عزت اور عصمت کو نشانہ بنانا شروع کر دیا۔ لیکن انکو معلوم نہیں کی یہ خواتین اور لڑکیاں اب ڈرنے والے نہیں ہے اور اُنکا ہر حربہ ناکام ہو جائیگا۔ بھلا کوئی منزل پر پہنچ کر واپس آتا ہے۔ اور یہ لڑکیاں اب اپنی اصلی منزل کو پہچان گئی ہیں اب وہ کسی بھی حالت میں ڈر کر پیچھے نہیں جانے والی اب تو راستہ بہت آگے تک جائیگا اور نفرت کی حکومت اور سیاست کرنے والوں کو اُنکے انجام کی منزل کر رہیگی۔

اگر آپ تاریخ کا صفحہ اُلٹ کر دیکھیں تو ہر دور میں ایسے لوگ نکل آتے ہیں جو حق اور سچ کی آواز روکنے کے لیے ساری حدیں پار کر جاتے ہیں۔ مدینہ منورہ میں جب محمد ﷺ کی آواز کو روکنے میں دشمنوں کی فوج ناکام ہوئی تو انھوں نے بھی یہی حربہ اختیار کیا تھا اور آپ ﷺ کی بیوی حضرت عائشہ صدیقہ (رض) پر تہمت لگا دیا کہ شاید اس وجہ سے روک لیں گے۔ لیکن حق و انصاف کی آواز میں اتنی طاقت ہوتی ہے کہ اسکو کسی بھی حال میں روکا نہیں جا سکتا اور ہندوستان میں خاص کر مسلم معاشرے میں جو یہ آواز اُٹھی ہے اب اسکو دنیا کی کوئی طاقت نہیں روک سکتی بس ضرورت ہے کہ ہم سب ملکر سچ کی آواز کے ساتھ اپنی آواز ملائیں۔

محکمہ صحت کا اپنے ملازمین کے تئیں حکمنامہ
باقی محکمہ جات کے ملازمین پر بھی لاگو ہو!

رواں ماہ کی گیارہ تاریخ کو محکمہ صحت کشمیر کی جانب سے ایک حکمنامہ جاری کیا گیا جس میں کہا گیا کہ محکمہ ان مال زمین کو تنخواہیں نہیں دے گا جن کی ماہانہ کارکردگی غیر تسلی بخش ہوگی۔ حکمنامہ میں محکمہ کے سبھی ضلعی ذمہ داروں سے کہا گیا ہے کہ وہ محکمہ کے ہر ایک ملازم کی جانب سے مہینے کے دوران کئے گئے کام کی تفصیلات ہر ماہ ڈائریکٹوریٹ کو روانہ کریں تاکہ ان ملازمین کو تنخواہیں دینے یا نہ دینے کے حوالے سے کوئی فیصلہ لیا جا سکے۔ محکمہ صحت کی جانب سے جاری کردہ یہ حکمنامہ اس اعتبار سے انتہائی صحیح اقدام ہے کہ اس سے محکمہ کے کام کاج کے ساتھ ساتھ ہسپتالوں میں مریضوں کو دستیاب رکھی جانی والی طبی سہولیات میں معقولیت آئے گی۔ اسی بیچ یہ بات بھی غور طلب ہے کہ جموں وکشمیر حکومت کے ماتحت کام کرنے والے اکثر و بیشتر محکمہ جات میں ایسے مال زمین کی بھاری تعداد موجود ہے جن کا کام غیر تسلی بخش ہے یا جو محض تنخواہوں کے حصول کے روز ہی اپنے دفاتر میں حاضر ہو جاتے ہیں۔ حکومت نے کچھ عرصہ قبل جنگلات کی اراضی کو غیر قانونی قبضہ جات سے آزاد کرانے کے لئے ایک مہم شروع کر دی اور اس مہم کے نتیجہ میں اب تک ہزاروں کنال اراضی کو غیر قانونی قبضے سے آزاد کرا لیا گیا ہے۔ ایسے میں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ جب اس اراضی پر قبضہ ہو رہا تھا تو متعلقہ مال زمین کہاں سوئے ہوئے تھے اور انہوں نے اپنے اعلیٰ حکام کو اس چیز کی اطلاع نہیں کی یا اگر کہیں اعلیٰ حکام کو مطلع بھی کیا گیا تھا تو انہوں نے کاروائی کیوں نہیں کی۔ کیا ان مال زمین کے خلاف کاروائی ضروری نہیں بنتی جنہوں نے جنگلات کی زمین کو غیر قانونی قبضے میں جاتے ہوئے اپنی آنکھیں بند کر کے رکھیں؟۔ ایم جی نریگا سابق یو پی اے کی مرکزی کی جانب سے دیہی علاقوں کو ترقی اور روزگار کی فراہمی کے حوالے سے ایک انقلابی سکیم تھی جس کی عالمی سطح پر بھی پزیرائی ہوئی ہے تاہم یہ بات روز روشن کی طرح عیاں ہے کہ جموں وکشمیر خاص کر وادی کے کونے کونے میں یہ سکیم متعلقہ محکمہ کے ملازمین اور افسران و انجینئروں کے لئے سونے کی کان ثابت ہوئی ہے اور چپراسی سے لے کر بلاک ڈیولپمنٹ افسران تک کمیشن کا ایک ریٹ فکس ہے جس کے تحت ایم جی نریگا کا کام کرنے والے ٹھیکیداروں سے کمیشن وصول کیا جاتا ہے۔ تعلیمی شعبے میں سرکاری سکولوں کی کارکردگی بے احتسابی کی ایک زندہ و جاوید مثال ہے۔ سرکاری سکولوں میں کام کرنے والے اساتذہ نے اپنے بچوں کو نجی سکولوں میں حصول تعلیم کے لئے داخل کرا لیا ہے جس کے نتیجہ میں سرکاری سکولوں کے اندر تعلیم کا معیار ہر گزرتے دن کے ساتھ گرتا ہی جا رہا ہے۔ کیا متعلقہ محکمہ جات کے حکام کے لئے ضروری نہیں کہ وہ اپنے ماتحت ملازمین کو احتساب کے دائرے میں لانے کی غرض سے اسی طرح کے احکامات جاری کرتے ہوئے ان کی کارکردگی کو بہتر کرنے کی سعی و کوشش کریں۔ جموں وکشمیر حکومت کے ماتحت کام کرنے والے متعدد بلکہ کم و بیش سبھی محکمہ جات میں کام کرنے والے ملازمین کے حوالے سے اس طرح کے احکامات صادر کئے جانے کی ضرورت ہے تاکہ ہر محکمہ کے کام کاج اور کارکردگی کو بہتر کیا جا سکے اور ہاں اس دوران یہ بات بھی ضروری ہے کہ جو سرکاری مال زمین لگن اور تندہی سے اپنا کام کاج کرتے ہوں ان کی حوصلہ افزائی کرنے کی بھی ضرورت ہے تب جا کر سرکاری دفاتر میں ورک کلچر کو بہتر بنایا جا سکتا ہے اور عام لوگوں کو انتظامی سطح پر درپیش مشکلات کو کم کیا جا سکتا ہے۔

بچہ مزدوری: بے فکر سماج اور سرکار

تحریر
ڈاکٹر مظفر حسین غزالی

بچپن انسانی زندگی کا سب سے حسین پل ہوتا ہے، جس کی یاد ہمیشہ ستاتی ہے۔ نہ کسی بات کی فکر نہ ہی کوئی ذمہ داری۔ بس ہر وقت اپنی مستی میں کھوئے رہنا، کھیلنا کودنا اور پڑھنا، لیکن سبھی کا بچپن ایسا ہو یہ ضروری تو نہیں۔ دنیا بھر میں 21.5 کروڑ بچے ایسے ہیں جن کی عمر 14 سال سے کم ہے اور ان کا وقت کاپی کتابوں اور دوستوں کے بیچ نہیں بلکہ ہوٹلوں، گھروں، کارخانوں، صنعتوں، کھیت کھلیانوں برتنوں اور اوزاروں کے بیچ گزرتا ہے۔ بچوں کے ذریعہ سب سے زیادہ سامان بھارت، بنگلہ دیش اور فلپائن میں بنائے جاتے ہیں۔ دنیا کے کچھ ممالک میں مزدوری کیلئے عمر مقرر نہیں ہے تو کچھ نے خطرناک کاموں کی فہرست نہیں بتائی ہے۔ بچہ مزدوری دنیا بھر میں ایک اہم مسئلہ ہے۔

اس کے نام پر بچوں کے ساتھ کیا کیا نہیں ہوتا اور ان سے کیا کیا نہیں کرایا جاتا۔ 1991 کی مردم شماری کے مطابق بھارت میں بچہ مزدوری کا آنکڑا 11.3 ملین تھا۔ 2001 میں یہ تعداد 12.67 ملین تک پہنچ گئی۔ بچوں کیلئے کام کرنے والی این جی او کے مطابق 50.2 فیصد ایسے بچے ہیں جو ہفتہ میں ساتوں دن کام کرتے ہیں۔ 2 3.2 5 فیصد معصوم جنسی استحصال کا شکار ہو رہے ہیں۔ 50 فیصد خطرناک حالات میں کام کرتے ہیں۔ ان کی زندگی غلاموں سے بھی بدتر ہے۔ ان سے دن رات کام لیا جاتا ہے اور مزدوری بھی نہیں دی جاتی۔ انکے کام نہ کرنے پر انہیں جسمانی تکلیفیں برداشت کرنی پڑتی ہیں۔ مانا جا رہا ہے کہ آج 12 ملین بچے مزدوری میں لگے ہوئے ہیں۔ ان میں قریب ایک تہائی لڑکیاں ہیں۔ ویسے بچہ مزدوری کے ایک الگ اعداد و شمار ملتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ تمام طرح کے قوانین موجود ہونے کے باوجود دنیا بھر میں 17 کروڑ بچے کام پر جا رہے ہیں۔ ان میں سے زیادہ تر کا تعلق ایشیائی ممالک سے ہے۔ خاص طور پر بھارت کے سامنے یہ مسئلہ پہلے سے زیادہ بھیانک شکل میں کھڑا ہے۔

جب بھی بچوں کے حقوں سے متعلق بات ہوتی ہے، بہانے بنائے جانے لگتے ہیں۔ چھوٹے بچوں کو تعلیم کا حق دینے کیلئے گوپال کرشن گوکھلے نے 1911 میں امپیریل ودھان پریشد میں بل پیش کیا تھا۔ یہ بل جبکہ چھوٹے لڑکوں تک محدود تھا لیکن پھر بھی پاس نہیں ہو سکا تھا۔ مہاراجہ دربھنگا جیسے ہندوستانی ممبران نے سخت اعتراض جتاتے ہوئے یہ پوچھا تھا کہ اگر گاؤں کے سارے لڑکے اسکول میں پڑھنے لگیں گے تو ہمارے کھیتوں میں مزدوری کون کرے گا؟ یہ ذہنیت آج بھی موجود ہے۔ 1986 میں جب پارلیمنٹ نے قانون بنایا کہ 18 سال سے کم عمر کے بچوں سے مزدوری نہیں کرائی جا سکتی ہے، تب بھی یہ سوال اٹھا تھا کہ غریب خاندانوں کیلئے مشکل ہو جائے گی۔ اس کا صاف مطلب ہے کہ جو غریب ہیں، وہ روزی روٹی میں الجھے رہیں۔ اس سے باہر نکل کر انہیں کچھ سوچنے کا موقع نہ ملے اور نہ ہی ان کا دیش کے کسی معاملے سے کوئی سروکار ہو۔ سوائے ووٹ دینے کے۔ پہلے تو ان کے ووٹ بھی دوسرے ہی ڈال دیتے تھے۔ کیا سرکار کی یہ ذمہ داری نہیں ہے کہ بچوں کو پڑھنے، کھانے کی سہولت فراہم کرے تاکہ انہیں مزدوری کرنے کی نوبت نہ آئے۔

لازمی تعلیم کا قانون بننے کے پیچھے سپریم کورٹ میں چلے کئی مقدمے، مختلف تحقیقی رپورٹیں اور سیکڑوں سماجی وفلاحی تنظیموں کی محنت و کوششوں سے بنی سیاسی ہم خیالی کا زور تھا۔ 6 سے 14 برس کے ہر بچے کو تعلیم کا بنیادی حق دلانے والے اس قانون کی بڑی خاصیت یہ تھی کہ اس کے دائرے میں چھوٹی لڑکیاں شامل تھیں۔ اسی کے سہارے وزیر اعظم نریندر مودی کو بیٹی بچاؤ بیٹی پڑھائی اسکیم لانچ کرنے کا موقع ملا۔ جبکہ پسماندہ و حاشیہ پر رہنے والے طبقات کو یہ سبق پڑھایا جاتا رہا ہے کہ لڑکی کو پیدائش کے بعد سے ہی گھر کے ماحول میں ہاتھ بٹانے کی تربیت دی جائے۔ یہ تہذیب کا تقاضہ ہے۔ سات آٹھ سال کی بچی گھر کی صاف صفائی، کھانا بنانے جیسے روزمرہ کے کاموں کے علاوہ اس کام میں بھی داخل ہو چکی ہوتی ہے جو ذات کے لحاظ سے اس کے خاندان میں ہوتا آیا ہے۔ اس لڑکی کو اسکول بھیجنے والا اور اسکول میں اس کی پڑھائی کے معیار کو ماپنے کی کوشش کرنے والا قانون ایک خواب جیسا تھا۔ اس خواب کے حقیقت ہونے میں تہذیبی کانٹے اور سرکاری چنتائیں پہلے ہی حائل تھیں، تب نئے بچہ مزدوری قانون نے اس کے خواب کو کئی دہائی آگے کھسکا دیا ہے۔ ترقی کی اصطلاح میں جسے آگے بڑھنا کہتے ہیں۔ اس نئے قانون سے اس کا ٹھیک الٹا ہوا ہے۔

بچہ مزدوری قانون میں 2012 میں بھی کچھ نرمی کی گئی تھی۔ 2016 میں اس قانون کو اور نرم بنا دیا گیا۔ اس وقت کے لیبر اور روزگار وزیر بنڈارو دتاتریہ نے بچہ مزدوری ترمیمی بل 2016 کو تاریخی و میل کا پتھر بتایا تھا۔ ان کے مطابق اس کا مقصد بچہ مزدوری کو پوری طرح ختم کرنا تھا۔ اس بل میں 14 سال سے کم عمر کے بچوں کیلئے خاندان سے جڑے کاموں کو چھوڑ کر مختلف زمروں میں کام کرنے پر مکمل روک لگانے کا انتظام کیا گیا ہے۔ ان کا کہنا تھا کہ جب کوئی قانون زمین سے جڑا ہوتا ہے تبھی ٹکتا ہے اور لوگوں کو انصاف دیتا ہے۔ اسے تعلیم کا حق قانون 2009 سے بھی جوڑا گیا۔ نیا بل کہتا ہے کہ کوئی بھی بچہ کسی کام میں نہیں لگایا جائے گا لیکن جب بچہ اپنے اہل خانہ یا اہل خانہ کے روزگار میں مدد کر رہا ہو، اسکول کے بعد کے وقت میں یا چھٹیوں میں اور روزگار خطرناک نہیں ہے تو یہ قانون لاگو نہیں ہوگا۔ بنڈارو دتاتریہ کی دلیل تھی کہ خاندانی کاروبار میں مالک۔ مزدور کا تعلق نہیں ہوتا۔ یہ بڑی عام بات لگتی ہے کہ بچے گھر کے کاموں میں مدد کریں۔ سوال یہ ہے کہ بچے اسکول کے بعد یا چھٹیوں میں کام کریں گے تو سیر و تفریح کب کریں گے؟ پڑھیں گے کب؟ کھیلیں گے کب؟ کیا ان کی ذہنی ترقی کیلئے یہ ٹھیک رہے گا؟ کیا ان کے نازک جسم پر کسی بھی طرح کی مزدوری کا بوجھ لادنا صحیح ہوگا؟ اور یہ کون طے کرے گا یا نگرانی کرے گا کہ بچہ خاندان کے کام میں مدد کر رہا ہے؟ یا وہ اپنے والدین کا قرض چکانے کیلئے بندھوا مزدور بن گیا ہے۔

بچہ مزدور بل 2016 میں خطرناک صنعتوں کی تعداد 83 سے کم کر کے 3 کر دی گئی ہے۔ اب صرف کان کنی، آگ پکڑنے والی اشیاء، اور دھماکہ خیز مواد کو ہی خطرناک مانا گیا ہے تو کیا زری، پلاسٹک، چوڑی بنانے کا کام، کپڑے، قالین بنانے کے کام، دکان، فیکٹری، کھیت کھلیان میں کیڑے مارنے والی دواؤں اور کیمیکل کے بیچ کام کرنا بچوں کیلئے محفوظ ہے۔ کیا بیٹری بنانا، رنگائی پتائی، اینٹ بھٹے میں کام کیا ان کیلئے ٹھیک ہے؟ کیا کوڑا چننا یا ڈھونا ان کی صحت کیلئے صحیح ہے؟ فلم ٹی وی سیریل اور اشتہارات میں آرٹسٹ کے طور پر کام کرنے سے بچوں میں کیا ذہنی تناؤ پیدا نہیں ہوتا؟ کیا یہ ان کی ذہنی نشو و نما کیلئے ٹھیک ہے؟ کچھ لوگوں کی زندگی ٹریفک سگنل پر کتاب، اخبار، پھول، کھلونے، موبائل چارجر بیچ کر چلتی ہے تو کیا ان کے بچوں کو ٹریفک سگنلس پر سامان بیچنے کی اجازت ہوگی؟

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

The Urdu Daily WATTAN وطن

باقیات

101

نہیں مانتا کہ یہاں کچھ غیر آئینی ہے۔" منوج سنہا نے کہا کہ پنچایتی انتخابات پہلے ہونے چاہیے تھے، لیکن انتظامیہ دیگر پسماندہ طبقات (او بی سی) کے تحفظات پر رپورٹ کا انتظار کر رہی ہے۔ انہوں نے کہا "اگر اس (رپورٹ) کے بغیر الیکشن ہوتے تو عدالت انہیں روک دیتی۔ اس لیے ہمیں اس میں ترمیم کے لیے پارلیمنٹ جانا پڑا۔ (انتخابات کے لیے) تیاریاں تیکنیکی طور پر مکمل ہیں۔" سنہا نے کہا کہ جیسے ہی پسماندہ طبقات کمیشن کی رپورٹ موصول ہوگی، اور سیکورٹی فورسز کی دستیابی اور موسمی حالات کی بنیاد پر بلدیاتی انتخابات کرائے جائیں گے۔ جموں و کشمیر حکومت نے بلدیاتی اداروں میں دیگر پسماندہ طبقات (او بی سی) کے لیے مخصوص نشستوں کی تعداد کی سفارش کرنے کیلئے ایک کمیشن قائم کیا ہے۔

102

کے لیے ہندوستانی فریق کے ساتھ مل کر کام کریں گے۔ انہوں نے کہا "بھارت کے ساتھ سرحدی تنازعے کے حل کیلئے ایک قرارداد پر پہنچ گیا ہے اور وہ حل کو نافذ کرنے کیلئے کام کرے گا۔" انہوں نے مزید کہا کہ ہم سفارتی اور فوجی ذرائع سے قریبی رابطے میں ہیں۔ غور طلب ہے کہ 21 اکتوبر کو، وزارت خارجہ نے اعلان کیا کہ ہند چین سرحدی علاقے میں لائن آف ایکچوئل کنٹرول کے ساتھ گشت کے انتظامات کے حوالے سے ایک معاہدہ طے پا گیا ہے۔ یہ اعلان وزیر اعظم نریندر مودی کے 16 ویں برکس سربراہی اجلاس کے لیے روس کے شہر کازان کے دورے سے قبل کیا گیا ہے، بھارت کے خارجہ سیکرٹری وکرم مصری نے میڈیا سے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ یہ معاہدہ وسیع پیمانے پر ہونے والا نتیجہ ہے۔ سفارتی اور فوجی دونوں سطحوں پر چینی مکالموں کے ساتھ گزشتہ کئی ہفتوں کے دوران بات چیت ہوئی۔ انہوں نے نوٹ کیا کہ فوجی کمانڈر 2020 سے جاری کشیدگی کو دور کرنے کے مقصد سے مذاکرات میں شامل ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ یہ معاہدہ ہندوستان اور چین کے درمیان تعلقات کو مستحکم کرنے میں ایک اہم قدم کی نشاندہی کرتا ہے کیونکہ دونوں ممالک اپنے سرحدی تنازعات کو سنبھالنے اور مزید فوجی تصادم کو روکنے کی کوشش کرتے ہیں۔

103

کنٹرول لائن کے نزدیک پاکستانی ڈرون کی نقل و حرکت دیکھنے کے بعد فوج و فورسز نے اس پر گولیاں چلائی۔ معلوم ہوا ہے کہ فوجی دستوں نے پاکستانی ڈرون پر اس وقت گولیاں چلائیں جبکہ وہ پونچھ ضلع میں لائن آف کنٹرول کے قریب گھوم رہا تھا۔ دفاعی ذرائع کے مطابق ڈرون کو ایل او سی کے آس پاس منڈلاتے ہوئے دیکھا گیا، جس سے فوجیوں نے خطرے کو ختم کرنے کیلئے اس پر گولیاں چلائی۔ جس کے بعد ڈرون پاکستانی حدود میں واپس چلا گیا۔ پولیس کے ایک سینئر آفیسر نے اس کی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ ڈرون کو تلاش کرنے اور ممکنہ طور پر ڈرون سے گرائی گئی چیزوں کو پتہ لگانے کیلئے علاقے میں تلاشی آپریشن انجام دیا گیا تاہم کافی دیر تک کچھ نہ ملنے کے بعد تلاشی آپریشن کو ختم کر دیا گیا۔

104

رکے گا۔ اس میں بھی مراحل ہیں۔ "ایل اے سی کے ساتھ بنائے گئے بفر زونز کا ذکر کرتے ہوئے جنرل دویدی نے اس بات پر زور دیا کہ دونوں ممالک کے درمیان اعتماد کو باہمی مفاہمت کے ذریعے دوبارہ بنایا جائے گا۔ انہوں نے کہا "ہم اعتماد بحال کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ اعتماد کیسے بحال ہوگا؟ جب ہم ایک دوسرے کو دیکھ سکیں گے اور ایک دوسرے کو قائل کر لیں گے تو یہ بحال ہو جائے گا۔ اور ہمیں ایک دوسرے کو یقین دلانے کی ضرورت ہے کہ ہم بنائے گئے بفر زونز میں نہیں جا رہے ہیں۔" انہوں نے یہ بھی بتایا کہ گشت کی جاری سرگرمیاں دونوں فریقوں کو ایک دوسرے کو یقین دلانے کا موقع فراہم کرتی ہیں۔ گشت کرنے سے آپ کو اس قسم کا فائدہ ملتا ہے، اور جیسے جیسے اعتماد بحال ہوتا ہے، دوسرے مراحل بھی گزرتے ہیں۔ خیال رہے کہ مئی 2020 کے اوائل میں، چین کی پیپلز لبریشن آرمی اور ہندوستانی فوج کے دستوں کے درمیان ایل اے سی کے ساتھ مقامات پر جھڑپیں ہوئیں، جو چین اور ہندوستان کے درمیان متنازعہ سرحد ہے۔

105

دی فوٹیج کی جانچ کی جا رہی ہے۔ واضح رہے کہ گگن گیر علاقے میں زیر تعمیر ٹنل کے قریب ملی ٹنٹ حملے میں مقامی ڈاکٹر اور چھ غیر ریاستی مزدوروں کی ہلاکت کے بعد سیکورٹی اہلکاروں نے علاقے کو گھیرے میں لے لیا اور حملے میں ملوث ملی ٹنٹوں کا پتہ لگانے کیلئے بڑے پیمانے پر تلاشی آپریشن جاری ہے۔ حکام نے بتایا کہ حملے کے فوراً بعد پولیس اور فوج نے حملہ آوروں کا سراغ لگانے کیلئے علاقے میں مشترکہ سرچ آپریشن شروع کیا، جن کی تعداد دو سے تین ہونے کا شبہ ہے۔ انہوں نے کہا "دہشت گردوں کا سراغ لگانے کیلئے بڑے پیمانے پر سرچ آپریشن جاری ہے۔" انہوں نے مزید کہا کہ سیکورٹی فورسز نے قریبی جنگلات میں کنگھی کرنے کیلئے ڈرون اور سونگھنے کتے بھی تعینات کیے ہیں۔

106

پلوامہ، اننت ناگ، بڈگام اور کولگام میں مارے گئے۔ انہوں نے کہا کہ وہ نئی تشکیل شدہ دہشت گرد تنظیم "تحریک لبیک یا مسلم" کے بھرتی ماڈیول کو ختم کرنے میں کامیاب ہو گئے، جس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ یہ لشکر طیبہ کی شاخ ہے جسے ایک پاکستانی دہشت گرد ہینڈلر بابا حماس چلا رہا ہے۔ انہوں نے کہا "کاونٹر انٹیلی جنس کشمیر نے سرینگر، گاندربل، بانڈی پورہ، کولگام، بڈگام، اننت ناگ اور پلوامہ سمیت متعدد اضلاع میں چھاپے مارتے ہوئے ایک بڑی کارروائی کی۔ آپریشن کے دوران نئی تشکیل پانے والی دہشت گرد تنظیم تحریک لبیک یا مسلم کے ایک ریکروٹمنٹ ماڈیول کو ختم کر دیا گیا۔ یہ گروپ لشکر طیبہ کی شاخ سمجھا جاتا ہے، جسے مبینہ طور پر ایک پاکستانی دہشت گرد ہینڈلر چلا رہا تھا جسے بابا حماس کے نام سے جانا جاتا ہے۔ معلوم ہوا ہے کہ وادی کشمیر کے 10 مقامات پر چھاپے ڈالیں گے جس دوران 14 موبائل فون، ایک لیپ ٹاپ، اور دیگر قابل اعتراض مواد برآمد کر لیا گیا جبکہ ساتھ ہی 7 مشتبہ افراد کو بھی گرفتار کر لیا گیا۔

107

رہا ہے۔ جب کہ پچھلی دہائیوں میں وسیع کثیر جہتی تجارت کی قیادت میں عالمی نمو دیکھی گئی۔ انہوں نے کہا "میرے خیال میں آنے والے سال ممکنہ طور پر اسٹریٹجک اقتصادی شراکت داری کے ذریعے متعین ہوں گے اور ہندوستان اس منتقلی سے فائدہ اٹھانے کے لیے کافی تیار ہے"۔ انہوں نے کہا کہ عالمی اقتصادی ماحول چیلنجز پیش کر سکتا ہے، لیکن ہندوستان ترقی کے نئے مواقع سے فائدہ اٹھانے کے لیے اچھی پوزیشن میں ہے۔ ایک زیادہ بکھری ہوئی عالمی معیشت کی طرف تبدیلی، جس کی خصوصیت از سر نو طے شدہ اتحاد اور بدلتے ہوئے تجارتی نمونوں سے ہوتی ہے، درحقیقت ہندوستان کے فائدے کے لیے کام کر سکتی ہے۔ جیسا کہ قومیں اپنی سپلائی چین کا از سر نو جائزہ لیتی ہیں، ہندوستان بہت سے ممالک کے لیے ایک کلیدی شراکت دار بننے کی امید رکھتا ہے۔

108

کہ گاندربل حملے کے بعد کشمیر میں مقیم غیر مقامی لوگوں پر وادی چھوڑنے کیلئے دباؤ ڈالا جا رہا ہے۔ اس ضمن میں ایک سرکاری حکمنامہ میں کہا گیا "صوبائی انتظامیہ کشمیر نے اس طرح کی خبروں پر وضاحت کی ہے، اسے بے بنیاد قرار دیا ہے، کوئی سچائی ان میں نہیں ہے۔" سرکاری بیان میں کہا گیا ہے، انتظامیہ نے وادی میں غیر مقامی لوگوں کی حفاظت کو یقینی بنانے کیلئے تمام ضروری اقدامات کیے ہیں۔ اس میں لکھا گیا "انتظامیہ کی جانب سے غیر مقامی لوگوں کو وادی چھوڑنے کیلئے دباؤ ڈالنے کے حوالے سے سوشل میڈیا پلیٹ فارمز پر پھیلائی جانے والی افواہیں غلط ہیں"۔ دریں اثنا، انتظامیہ نے سب سے کہا ہے کہ وہ بے بنیاد افواہوں کو پھیلانے سے باز رہیں اور وادی میں امن کو پٹری سے اتارنے کے مفاد پرست افراد کے ایجنڈے کو ناکام بنانے کیلئے مقامی لوگوں سے تعاون طلب کیا ہے۔

109

اطلاع کے لیے مطلع کیا ہے کہ 1,30,300/- (ایک لاکھ تیس روپے کی ایڈوانس حج رقم جمع کرانے کی آخری تاریخ کو حج کمیٹی آف انڈیا ممبئی نے سرکلر نمبر 10 مورخہ: 2024/10/21 کے ذریعے 31 اکتوبر 2024 تک بڑھا دیا ہے۔ پیشگی حج رقم جمع کرانے کے بعد، عارضی طور پر منتخب عازمین حج درخواست فارم (HAF) سولن ڈیکلریشن اینڈ انڈرٹیکنگ، پے ان سلپ/آن لائن رسید کی کاپی، میڈیکل اسکریننگ اور فٹنس سرٹیفکیٹ (ویب سائٹ پر دستیاب فارمیٹ کے مطابق، یعنی، www.hajcommittee.gov.in)، بین الاقوامی پاسپورٹ کی خود تصدیق شدہ کاپی اور 05 نومبر 2024 تک متعلقہ ڈپٹی کمشنر آفس کے پاسپورٹ سائز کی ایک تصویر جمع کرا سکتے ہیں۔ تاہم ضلع سری نگر کے عارضی طور پر منتخب عازمین مذکورہ دستاویزات کو 05 نومبر 2024 تک یا اس سے پہلے براہ راست حج ہاؤس بمنہ سری نگر میں جمع کرانے ہوں گے۔ مزید، تمام منتخب عازمین کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ حج کمیٹی آف انڈیا کی ویب سائٹ www.hajcommittee.gov.in سے میڈیکل اسکریننگ اور فٹنس سرٹیفکیٹ ڈاؤن لوڈ کریں اور طبی معائنے کے بعد اسے گورنمنٹ، میڈیکل آفیسر سے جاری کریں۔

110

انتخابات حکومت سازی یا وزارت حاصل کرنے کے واسطے نہیں لڑا بلکہ ہم نے جموں کشمیر کے حقوق جن کو سلب کیا گیا جس میں خاص طور پر ریاستی درجہ کی بحالی ہے کیلئے الیکشن میں حصہ لیا۔ قرہ نے کہا جو حقوق سلب کیے گئے ہیں ان کو واپس لانے کیلئے ہم نے الیکشن لڑا۔ انہوں نے کہا کہ ہم حکومت سازی کیخلاف نہیں ہے بلکہ ان کے تعاون میں برابر ہے۔ قرہ نے کہا کہ ہم حکومت ہند کو یاد دلانا چاہتے ہیں کہ وہ بار بار کہتے تھے کہ امن قائم ہوگا، الیکشن ہونگے تب ریاست کا درجہ بحال کیا جائے گا اب وہ وقت آگیا ہے اور کس چیز کی سزا اب دی جاتی ہے۔ قرہ نے کہا کہ حکومت ہند سے ہم مطالبہ کرتے ہیں کہ جموں کشمیر کا ریاستی درجہ بحال کریں اور اس صورت میں بحال کیا جائے اسی شکل میں جس میں پہلے تھا اور اس میں کوئی ترمیم نہیں ہونی چاہئے۔ انہوں نے کہا کہ ہمیں سننے میں آیا ہے کہ مرکزی سرکار اگر جموں کشمیر کا ریاستی درجہ بحال کرتی ہے تو اس میں کچھ ترمیم ہوگی جو ہمیں تسلیم نہیں ہے۔ قرہ نے کہا کہ ہم جموں کشمیر سرکار کے ساتھ برابر ہے اور ان کا مکمل تعاون کرتے ہیں اور اس بات کو یقینی بنایا جائے گا کہ لوگوں کے ساتھ جو وعدے کئے گئے ہیں ان کو پورا کیا جائے۔

111

، گرجوت سنگھ، رمندیپ سنگھ کو 18 اکتوبر کو گرفتار کیا گیا تھا جبکہ گرپریت سنگھ کو اکتوبر کو گرفتار کیا گیا تھا۔ بیان میں کہا گیا کہ منی لانڈرنگ کا معاملہ ڈائریکٹوریٹ آف ریونیو انٹیلی جنس اور دہلی پولیس کے خصوصی سیل کی شکایت سے ہوا ہے جس نے ممبئی کے نہوا شیوا پورٹ سے سندھو ایکسپورٹس نامی کمپنی کے ذریعے درآمد کردہ کنٹینرز میں 293.81 کلوگرام ہیروئن اور 352.71 کلوگرام ہیروئن ضبط کی تھی۔ ملزم نے پنجاب، ہریانہ اور دہلی میں ہیروئن کی سمگلنگ، ذخیرہ اندوزی اور تقسیم میں تعاون کیا۔ ای ڈی نے کہا "یہ افراد ایک سنڈیکیٹ کے کلیدی ممبر تھے جو افغانستان اور ایران سے ہیروئن اسمگل کرتے تھے اور انہیں ٹیلک سٹون اور جپسم پاؤڈر کی ترسیل میں چھپاتے تھے۔ ان افراد نے منشیات کی اسمگلنگ کیلئے پربھجیت سنگھ کی ملکیت والی 'فرنٹ کمپنی' سندھو ایکسپورٹ کو شامل کیا۔ بیان میں کہا گیا کہ یہ بھی پتہ چلا کہ سنڈیکیٹ نے افغان سپلائرز کو اس وقت تک کوئی ادائیگی نہیں کی جب تک کہ منشیات مقامی مارکیٹ میں فروخت نہیں کی جاتیں، ای ڈی کی تحقیقات سے پتہ چلا۔ تحقیقاتی ایجنسی کے مطابق، نقدی کا استعمال اعلیٰ درجے کے اسمارٹ فونز کی خریداری کے لیے بھی کیا گیا اور اسمگلنگ کی سرگرمیوں کو مربوط کرنے کے لیے انکرپٹڈ کمیونیکیشن ایپس کا استعمال کیا گیا۔

112

اعلیٰ کے ہمراہ ان کے مشیر ناصر اسلم وانی، ایم ایل اے خان صاحب سیف الدین بھٹ اور دیگر بھی تھے۔ صحافیوں سے بات کرتے ہوئے سیف الدین بھٹ نے کہا کہ عمر عبداللہ نے خاندان کے ساتھ یکجہتی کا اظہار کیا اور کہا کہ مہلوک ڈاکٹر کے بیٹے کی تعلیم کے تمام اخراجات وہ برداشت کرے گا۔ اتوار کی دیر شام گگنگیر میں ایک بڑے دہشت گردانہ حملے میں ڈاکٹر شاہنواز سمیت سات افراد مارے گئے۔

113

بعد دونوں لڑکیاں زخمی ہوئی جنہیں پہلے علاج کیلئے قریبی اسپتال منتقل کیا گیا جہاں سے انہیں ایس ایچ ایم ایس سرینگر ریفر کر دیا گیا۔ زخمی لڑکیوں کی شناخت انیسہ جان ساکنہ حیدرپورہ سرینگر اور سیرت جان ساکنہ چاڈورہ بڈگام کے طور پر ہوئی ہے۔ پولیس نے دونوں واقعات سے متعلق کیس درج کر کے تحقیقات بڑے پیمانے پر شروع کر دی ہے۔

114

او آئی کے مطابق سکینہ مسعود نے دورے کے دوران زخمیوں سے ملاقات کی اور ان کی خیریت دریافت کی۔ انہوں نے انہیں ہر ممکن تعاون کا یقین دلایا۔ اس موقع پر ڈاکٹروں اور پیرامیڈیکس سے بات چیت کرتے ہوئے سکینہ مسعود نے زخمیوں کی جلد صحت یابی کے لیے بہترین طبی علاج کو یقینی بنانے کے لیے کہا۔ انہوں نے ہسپتال انتظامیہ سے یہ بھی کہا کہ مریضوں کے بہتر علاج کے لیے ہسپتال میں تمام ضروری طبی وسائل کی رسائی کو یقینی بنایا جائے اور اگر ان کے موثر علاج کے لیے دوسرے ہسپتالوں سے رائے لی جائے۔ دورے کے موقع پر سکینہ مسعود نے سکمز کے کریٹیکل کیئر یونٹ اور ایمرجنسی وارڈز کا بھی معائنہ کیا۔ معائنے کے دوران، سکینہ نے ہسپتال میں معیاری مریضوں کی دیکھ بھال اور ایمرجنسی رسپانس سسٹم کو برقرار رکھنے کی اہمیت پر زور دیا، اس بات کو اجاگر کرتے ہوئے کہ کشمیر کی صحت کی سب سے بڑی سہولت میں سے ایک ہونے کے ناطے لوگوں کو اس کی مریضوں کی دیکھ بھال سے بہت سی امیدیں وابستہ ہیں۔

Government of Jammu & Kashmir

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER R&B DIVISION -BANDIPORA

NOTICE INVITING e-TENDER

E-Tendering- Fresh e-NITNo.58 of 2024-25/3923-29/BANDIPORA/DATED:-19-10-2024.

Executive Engineer PW(R&B) Division Bandipora on behalf of Lt. Governor of J&K (UT) State invites percentage rate bids in electronic tendering system for the following works from the eligible and approved contractors registered with J&K UT Govt. CPWD, Railways and other State Governments.

S. No	Name of Work	Tender Cost	Cost	E/M	Time	T/C	Date	Class	PA
1.	Construction of Model School for EBB at BHSS Nadihal Bandipora	293.39	5500	586780	Two Working Seasons	II	31-10-2024 at 11.00 AM	AAY / AAY with Electric	Director School Education Kashmir

Position of AAA: - Accorded
Position of TS: - Accorded

1. The Bidding documents Consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Drawings, bill of quantities (B.O.Q), Set of terms and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the departmental website as per schedule of dates given below:-

1	Date of Issue of Tender Notice	19-10-2024
2	Period of downloading of bidding documents	20-10-2024 from 10.00 AM
3	Date & Time of Pre-bid meeting	25-10-2024 from 11.00 A.M in the office of Superintending Engineer PWD Circle Bandipora
4	Bid submission Start Date	21-10-2024 from 10:00 AM
5	Bid Submission End Date	30-10-2024 upto 4.00 P.M.
6	Date & time of opening of Bids (Online)	31-10-2024 at 11.00 A.M in the office of Superintending Engineer PWD Circle Bandipora

The Bidding documents Consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Drawings, bill of quantities (B.O.Q), Set of terms and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the departmental website www.jktenders.gov.in as per below schedule:

1.1 Bids must be accompanied with cost of Tender document (as mentioned above) in shape of Treasury Challan Receipt (under M.H-0059) in favour of Executive Engineer R&B Division Bandipora (The Date of Treasury Challan, must be between the date of start of bid and Bid Submission End date).

Sd/- Executive Engineer
R&B Division Bandipora

DIPK-6559/24
Dtd. 21-10-2024

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER KPDCL DIVISION BANDIPORA

NIT No.-EDBpr/ 19 of 2024-25 Dated: 19-10-2024

Invitation Notice

For and on behalf of the Lt. Governor, Jammu and Kashmir State, e-Tenders (In Two Cover System) is hereby invited from registered A class Electric Contractors, registered with J&K state Government, Central Public Works Department, Railways and other state or central governments or any other relevant Government agency enlisted with CPWD,MES, Railway, DGBRO of appropriate class, for "PDDSS2425100081 Replacement of Worn out conductor and rotten poles in Ed Bandipora" per terms, conditions, technical specifications, Drawings and schedules forming part of this tender document.

A	Downloading of Standard Bidding Document	21th of October 2024 09:00 AM
B	Clarifications start date	21th of October 2024 09:00 AM
C	Clarifications end date	23th of October 2024 09:00 AM
D	e-Bid submission (start) date & time	21th of October 2024 09:00 AM
E	e-Bid submission (end) date & time	4th of November 2024 09:00 AM
F	Online Technical e-Bid opening date & Time	4th of November 2024 10:00 AM
G	Cost of e-Bid document	Rs. 500 (Five Hundred Only)
H	Amount of Earnest Money Deposit	2% of the Estimated Cost

1. The Successful bidder need to submit the proof/cost of e-Bid document as stated in the above table through Demand Draft and CDR (Preferably State Bank of India/J&K Bank) pledged to Executive Engineer KPDCL Division Bandipora , payable at Bandipora before opening the financial bid.
2. All the e-Bids must be accompanied by the scanned copy of EMD in the form of CDR/FDR/Bank Guarantee only, pledged to the Executive Engineer KPDCL Division Bandipora. No Interest would be payable on Earnest Money deposited with the Department.
3. An ink signed and stamped hard copy of the complete SBD document including Technical Specifications, Drawing and Schedules is required to be submitted along with Bid documents to the office of Executive Engineer KPDCL Division Bandipora by Registered post/Courier/By Hand only from the bidder who is declared L1 after opening of financial bids.

Sd/-Executive Engineer
Electric Division (KPDCL) Bandipora

DIPK-1893/24
Dtd. 21-10-2024

Government of Jammu & Kashmir

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER (R&B) DIVISION CHADOORA

NOTICE INVITING TENDERS
Single Cover System

ENIT NO. 32 OF R&B /CHADOORA/ 3710-19 of 2024-25 DATED: 19/10/2024

SINGLE COVER SYSTEM For and on behalf of the Lt. Governor, UT J&K, e-tenders (In single cover system) are invited on Percentage basis from approved and eligible Contractors registered with J&K Govt., CPWD, Railways and other State/Central Governments for the following works:-

S. No	Name of Work	Advt. Cost	Cost	E/M	Time	MH	Class
1	Re- Construction of RCC (Box Type) Culvert and p/L of 18 Dia RCC Spun Pipes (For Spot 1st) on Pahroo Nehama Road Tehsil BK Pora Budgam.	2.96	200	5920	12	3054 M&R	DEE

Position of TS: - Sanctioned
Project Authority: District Dev. Commissioner Budgam

1. The Bidding documents consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Drawings, bill of quantities (B.O.Q), Set of terms and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the departmental website www.jktenders.gov.in as per schedule of dates given below:-

1	Date of Issue of Tender Notice	19/10/2024
2	Period of downloading of bidding documents	19/10/2024
3	Bid submission Start Date	19/10/2024
4	Bid Submission End Date	25/10/2024 upto 4.00 PM.
5	Date & time of opening of Technical Bids	25/10/2024 at 4.10 PM in the office of Executive Engineer R&B Division Chadoora

2. Bids must be accompanied with cost of Tender document in shape of Treasury Challan (deposited in MH: 0059) in favour of Executive Engineer R&B Division Chadoora (tender inviting authority) and Earnest money / Bid security in shape of CDR/FDR/BG pledged to Executive Engineer R&B Division Chadoora (tender receiving authority).

Note:- The Date of Treasury Challan and Earnest Money / Bid security must be between the date of start of bid and Bid Submission End date. Any deviation shall render the bidder as Non-responsive.

2.1 The 1st lowest bidder has to produce an amount equal to 5% of contract as Performance Security in the shape of CDR/FDR/BG in favour of Executive Engineer R&B Division Chadoora within 07 (Seven) days after the date of receipt of letter of acceptance and shall be released after successful completion of DLP. The Bank Guarantee should be valid for beyond bid validity.

3. At the time of tendering, all bidders must upload earnest money/bid security equal to 2% of the Advertised Cost in the form of CDR/FDR/BG pledged to the tender receiving authority, i.e., Executive Engineer R&B Division Chadoora. Besides that, the successful bidder will have to provide Performance Security in the shape of CDR/FDR/BG @ 5% at the time of contract award, strictly in accordance with the Government's circular instructions from time to time. The earnest money/bid security of 2% will be released to the successful bidder only after the submission of a Performance Security of 5% of the total cost, which will be released after successful completion of the DLP/Maintenance Period.

4. The date and time of opening of Financial Bids of a responsive bidder shall be notified on Web Site www.jktenders.gov.in and conveyed to the bidders automatically through an e-mail message on their e-mail address.

Sd/- Executive Engineer
R&B Division Chadoora

DIPK-6550/24
Dtd. 21-10-2024

از نیابت کچھواری باجلاس نائب تحصیلدار کچھواری
مضمون: چٹھی آمدہ از دفتر بلاک ڈیولپمنٹ آفیسر خانصاحب زیر نمبری BDO/KSB/367 مورخہ 11/10/2024 نسبت اجرائی پیدائشی سرٹیفکیٹ بحق سیرت نذیر دختر نذیر احمد وانی ساکنہ موضع وتر ڈوال بل تحصیل خانصاحب

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کی نسبت رپورٹ پٹواری کے علاوہ دیگر فیلڈ عملہ سے عیاں ہے کہ سیرت نذیر دختر نذیر احمد وانی ساکنہ وتر ڈوال بل مورخہ 05/01/2011 کو گھر پر ہی پیدا ہوئی ہے۔ جسکی نسبت ہولی مشن پبلک سکول وتر ڈوال بل کی اجرا کردہ DOB سرٹیفکیٹ بطور ثبوت شامل مثل رکھا ہے۔ اس بارے میں بذریعہ اشتہار ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار کچھواری

از دفتر نائب تحصیلدار صفاکدل مرسرینگر
عنوان: درخواست منجانب آصف احمد حجام ولد محمد یوسف حجام ساکنہ گوری پورہ نواب باغ نسبت اجرائی OBC state and centre سرٹیفکیٹ بذمرہ "حجام"

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ وہ طبقہ حجام سے تعلق رکھتے ہیں اور اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں OBC state and centre سرٹیفکیٹ بذمرہ حجام اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ سائل کا کنبہ بذیل درج ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
محمد یوسف حجام	65	والد	ریٹائر ملازم	پنشن
منظور احمد حجام	27	برادر	مزدوری	5000
آصف احمد حجام	26	سائل	زیر تعلیم	

قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار صفاکدل

از دفتر نائب تحصیلدار عیدگاہ مرسرینگر
عنوان: درخواست منجانب جاوید احمد شیخ ولد غلام رسول شیخ ساکنہ باغوان پورہ نور باغ نسبت اجرائی OBC state سرٹیفکیٹ بذمرہ "خاکروب"

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ وہ طبقہ خاکروب سے تعلق رکھتے ہیں اور اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں OBC state سرٹیفکیٹ بذمرہ خاکروب اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ سائل کا کنبہ بذیل درج ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
غلام رسول شیخ	50	والد	گورنمنٹ ملازم	LPC
فردوسہ زوجہ غلام رسول	45	والدہ	گھریلو کام	
جاوید احمد شیخ	24	سائل	مزدوری	10000
ارشاد احمد شیخ	19	برادر	بیکار	
نوید احمد شیخ	32	برادر	مزدوری	10000

قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار عیدگاہ

از دفتر نائب تحصیلدار زونی مر
عنوان: درخواست منجانب خالدہ شاہ زوجہ مرحوم بشیر احمد شاہ ساکنہ زڈی بل حول بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست خالدہ شاہ زوجہ مرحوم بشیر احمد شاہ ساکنہ زڈی بل حول بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ معاملہ زیر بحث کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی ہے جس کے نسبت سائلہ کا شوہر بشیر احمد شاہ ساکنہ زڈی بل حول مورخہ 11/03/2021 کو فوت ہو چکا ہے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	کیفیت
خالدہ زوجہ مرحوم بشیر احمد شاہ	۵۰	زوجہ	گھریلو کام	بیوہ
عندلیب بشیر دختر۔۔۔۔	۳۶	دختر	...	شادی شدہ
ذوہیب بشیر شاہ پسر۔۔۔۔	۳۳	پسر	تجارت	بلاشادی شدہ

اس طور پر متوفی کا کنبہ ۳ افراد پر مشتمل ہیں۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار زونی مر

از دفتر نائب تحصیلدار زونی مر
عنوان: درخواست منجانب سید ثمسا رضوی ولد دختر سید محمد حسین ساکنہ گھاسی یار حول بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سید ثمسا رضوی ولد دختر سید محمد حسین ساکنہ گھاسی یار حول بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ معاملہ زیر بحث کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی ہے جس کے نسبت سائلہ کا والد سید محمد حسین مورخہ 19/04/2024 کو فوت ہو چکا ہے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	کیفیت
مسماۃ شہزادہ	۶۸	زوجہ	گھریلو کام	بیوہ
سید ثمسا رضوی	۴۴	دختر	کنٹریکچول ملازم	بیوہ
سید یمی رضوی	۴۲	دختر	پرائیوٹ ملازمہ	بلاشادی شدہ

اس طور پر متوفی کا کنبہ ۳ افراد پر مشتمل ہیں۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار زونی مر

از نیابت کچھواری باجلاس نائب تحصیلدار کچھواری
مضمون: چٹھی آمدہ از دفتر بلاک ڈیولپمنٹ آفیسر خانصاحب زیر نمبری BDO/KSB/363 مورخہ 10/10/2024 نسبت اجرائی پیدائشی سرٹیفکیٹ بحق الفت قادر دختر غلام قادر شیخ ساکنہ موضع لاندلب تحصیل خانصاحب

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کی نسبت رپورٹ پٹواری کے علاوہ دیگر فیلڈ عملہ سے عیاں ہے کہ الفت قادر دختر غلام قادر شیخ ساکنہ موضع لاندلب مورخہ 01/01/2006 کو گھر پر ہی پیدا ہوئی ہے۔ جسکی نسبت سائلہ مذکورہ نے ایک بیان حلفی بھی شامل مثل رکھی ہے اسکے علاوہ پرائمری سکول مجھ پتھری کی اجرا کردہ ڈسچارج سرٹیفکیٹ بھی شامل مثل ہے۔ اس بارے میں بذریعہ اشتہار ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار کچھواری

از نیابت سرکل بچھوارہ سرینگر تحصیل خانیار
عنوان: درخواست منجانب ظہور احمد نجار ولد عبدالعزیز نجار ساکنہ نیلی برین سرینگر بغرض حصول وارثان جائز سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست ظہور احمد نجار ولد عبدالعزیز نجار ساکنہ نیلی برین سرینگر بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ معاملہ زیر بحث کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی ہے جس کے نسبت سائل کا برادر شمیر احمد نجار ولد عبدالرشید نجار مورخہ 17/09/2024 کو فوت ہو چکا ہے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	کیفیت
حلیمہ بانو زوجہ عبدالعزیز نجار	۵۶	والدہ	گھریلو کام	
عبدالعزیز نجار ولد عبدالاحد	۶۸	والد	عمر رسیدہ	
ظہور احمد نجار ولد عبدالعزیز	۴۴	برادر	ڈرائیور	
روزی جان دختر۔۔۔	۳۶	ہمشیرہ	گھریلو کام	
عاصیہ جان دختر۔۔۔	۳۴	---	.....	

اس طور پر متوفی کا کنبہ ۵ افراد پر مشتمل ہیں۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار سرکل بچھوارہ

از دفتر نائب تحصیلدار کھنموہ تحصیل پانتہ چوک سرینگر
عنوان: درخواست منجانب محمد مقبول میر ولد غلام علی میر ساکنہ بالہامہ بغرض حصول فوتیدگی سرٹیفکیٹ بحق متوفی منظور حسین میر ولد غلام علی میر ساکنہ بالہامہ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں سائل نے ایک درخواست پیش کی ہے کہ اس کا بھائی منظور احمد میر ولد غلام علی میر ساکنہ بالہامہ مورخہ 14/08/2017 کو فوت ہوئی ہے۔ جس کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی۔ مطابق رپورٹ عملہ فیلڈ واقعی متوفی منظور احمد میر ولد غلام علی میر ساکنہ بالہامہ مورخہ 14/08/2017 کو فوت ہوا ہے۔ فوتیدگی سرٹیفکیٹ اجرا کردہ رجسٹر برتھ اینڈ ڈیتھ بلاک ڈیولپمنٹ آفس لف ہذا ہے اور متوفی کا وارثان جائز بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	پیشہ	رشتہ
رقیبہ بانو والدہ متوفی	۶۵	گھریلو کام	والدہ
محمد مقبول میر	۴۰	سرکاری ملازم	بھائی

اس طرح سے متوفی کے صرف ۲ وارثان جائز ہے۔ اب اس وقت وارثان متوفی کو وارثان جائز سرٹیفکیٹ بابت bank ضرورت ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ اشتہار ھذا مورخہ 17/10/2024 کو میرے دستخط اور مہر دفتر سے اجرا کیا گیا ہے۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار کھنموہ تحصیل پانتہ چوک

از دفتر نائب تحصیلدار زونی مر
عنوان: درخواست منجانب محمد فاروق میر ولد محمد عبداللہ میر ساکنہ عارفین کالونی حافظ باغ سرینگر بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست محمد فاروق میر ولد محمد عبداللہ میر ساکنہ عارفین کالونی حافظ باغ سرینگر بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ معاملہ زیر بحث کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی ہے جس کے نسبت سائل کا والد محمد عبداللہ میر ساکنہ عارفین کالونی حافظ باغ سرینگر مورخہ 07/08/2000 کو فوت ہو چکا ہے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	کیفیت
مشتاق احمد میر	۵۶	پسر	تجارت	شادی شدہ
نذیر احمد میر	۵۴	---	آٹو ڈرائیور	بلاشادی شدہ
محمد فاروق میر	۴۴	---	-----	......
محمودہ	۵۲	دختر	گھریلو کام	شادی شدہ
سمینہ	۴۴	--	.....	.....
سارہ	۸۰	زوجہ	....	بیوہ متوفی

اس طور پر متوفی کا کنبہ ۶ افراد پر مشتمل ہیں۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار زونی مر

از دفتر نائب تحصیلدار زونی مر
عنوان: درخواست منجانب شیفا نذیر دختر نذیر احمد صوفی ساکنہ سازگری پورہ حول بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست شیفا نذیر دختر نذیر احمد صوفی ساکنہ سازگری پورہ حول بغرض اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ معاملہ زیر بحث کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی ہے جس کے نسبت سائلہ کا والد نذیر احمد صوفی ساکنہ سازگری پورہ حول مورخہ 15/05/2018 کو فوت ہو چکا ہے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	کیفیت
شیفا نذیر	۲۷	دختر	گھریلو کام	بلاشادی شدہ
جبل نذیر	۲۳	پسر	زیر تعلیم	بلاشادی شدہ
عائشہ نذیر	۳	دختر	------	.....

اس طور پر متوفی کا کنبہ ۳ افراد پر مشتمل ہیں۔ متوفی مذکور کی اہلیہ مورخہ 15/11/2023 کو فوت ہو چکا ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتے کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر
نائب تحصیلدار زونی مر

KASHMIR POWER DISTRIBUTION CORPORATION LIMITED

OFFICE OF THE CHIEF ENGINEER PROJECTS KASHMIR

New Airport Road, Near Police Post, Humhama

E-mail: ceprojectwing@gmail.com

GIST OF NOTICE INVITING TENDERS

For and on behalf of UT of Jammu and Kashmir (J&K); Kashmir Power Distribution Corporation Limited (KPDCL) hereby invites online e-bids for the projects of "Electrification of Un-Electrified Households of Bandipora & Kupwara Districts and Sub-Transmission works in Tulail Bandipora under Revamped Distribution Sector Scheme (RDSS)". The details are as under:

S #	Description	e-NIT Number	Estimated Cost Rs in Crs.	EMD/Bid Security Declaration Rs in lacs	Cost of Documents (In Rs.)	Last date for submission of e-Bid
1	Electrification of Un-Electrified Households for Tulail & Kanzalwan of Bandipora District under (RDSS)	CE/P/KPDCL/RDSS/LT-Dist-Tul-Knz/02 of 2024-25	20.29	4058000	25,000.00	18th November 2024 Up to1500 Hours
2	Construction of New 33/11 KV, 1x6.3 MVA Sub-Station in Tulail along with 33 KV & 11 KV Feeder Network under (RDSS)	E/P/KPDCL/RDSS/RSTN-Tul/03 of 2024-25	29.86	5972000	25,000.00	18th November 2024 Up to1500 Hours
3	Electrification of Un-Electrified left out Households (UE) of Kupwara District (RDSS)	CE/P/KPDCL/RDSS/Kup/01 of 2024-25	14.74	2948000	25,000.00	18th November 2024 Up to1500 Hours

1. The tender document is available at website http://jktenders.gov.in. Interested bidders may view, download the e- Bid document, seek clarification and submit their e-Bid online up to the date and time mentioned in the table below:

A	Date & Time of Downloading of Standard Bidding Document (SBD)	From 18.10.2024 at 1500 Hours
B	Clarifications Start Date	From 21.10.2024 at 1000 Hours
C	Clarifications End Date	28.10.2024 upto 1600 Hours
D	Date & Time of Pre-Bid Meeting	28.10.2024 at 1100 Hours
E	Venue of Pre-Bid Meeting	O/o Chief Engineer (Projects), Kashmir Power Distribution Corporation Limited (KPDCL), Airport Road, Near Police Post Humhama, Srinagar (J&K)-190021
F	Start Date & Time of Online submission of Bid Documents along with the Scan copy of Cost of Documents/Tender Fee & EMD/ Bid Security	02.11.2024 at 1000 Hours
G	End Date & Time of Submission of Bid	18.11.2024 upto 1500 Hours
H	Date & Time of Opening of Technical Bid	20.11.2024 at 1400 Hours
I	Date & Time of Opening of Financial Bid (Only of the Technically Qualified Bidders)	Will be communicated After Technical Evaluation (Only to the Technically Qualified Bidders)
J	Venue of opening of Technical & Financial Bids	O/o Chief Engineer (Projects), Kashmir Power Distribution Corporation Limited (KPDCL), Airport Road, Near Police Post Humhama, Srinagar (J&K)-190021

2. All Bids must be accompanied by a Non-Refundable Cost of Documents/Tender Fee of Rs. 25,000.00/- pledged to Accounts Officer, Projects, KPDCL Payable at Srinagar in the form of Demand Draft (DD).
3. All Bids must be accompanied by an Earnest Money Deposit (EMD)/Bid Security in the form of CDR/FDR/Bank Guarantee only, pledged to the Accounts Officer, Projects KPDCL payable at Srinagar. No Interest would be payable on Earnest Money Deposit/Bid Security.

DIPK-NB-1874/24
Dtd. 21-10-2024

Sd/- Chief Engineer
Projects Kashmir

GOVTNMENT OF JAMMU&I KASHMIR

OFFICE OF THE NAIB TEHSILDAR BUCHWARA SRINAGAR

EXECUTIVE MAGISTRATE IST CLASS

SUBJECT: APPLICATION OF GHULAM QADIR RESHI S/O GHULAM MOHAMMAD RESHI R/O BREIN SRINAGAR FOR REGISTRATION OF DATE OF BIRTH CERTIFICATE

NOTICE

IN CONNECTION WITH ABOVE SUBJECT MATTER, THIS COURT IS IN RECEIPT OF AN APPLICATION PERFERRED BY GHULAM QADIR RESHI S/O GHULAM MOHAMMAD RESHI R/O BREIN SRINAGAR FOR REGISTRATION OF DATE OF BIRTH CERTIFICATE THE REPORT SOUGHT FROMCONCERNED FIELD STAFF AND DOCUMENTS VIZ AS PER REPORT OF HEADMASTER GOVT. BOYS HIGH SCHOOL BREIN SRINAGAR DATE OF BIRTH 9COPY ENCLOSED OF GHULAM QADIR RESHI S/O GHULAM MOHAMMAD RESHI R/O BREIN SRINAGAR IS 14-1 1-1 9 7 4 AND SUBMITTED AN UNDERSTANDING AFFIDAVIT TO PROOF HIS CLAIM.
BEFORE THIS OFFICE PROCEED INTO THE MATTER IT IS NOTIFIED THAT IF ANY BODY HAVING ANY OBJECTION REGARDING THE MATTER HE/SHE MAY INTIMATE THE OFFICE OF UNDERSIGNED WITHIN OFFICE HOURS FOR OBJECTION WITHIN PERIOD OF SEVEN DAYS FROM THE DATE OF PUBLICATION OF THIS NOTICE AFTER THAT NO OBJECTION SHALL BE ENTERTAINED BY THIS OFFICE FOR THE ISSUE ORDER REGARDING THE MATTER.

NAIB TEHSILDAR BUCHWARA

GOVTNMENT OF JAMMU&I KASHMIR

OFFICE OF THE NAIB TEHSILDAR BUCHWARA SRINAGAR

EXECUTIVE MAGISTRATE IST CLASS

SUBJECT: APPLICATION OF SHEIKH DISHADA D/O MOHAMMAD YOUSUF SHEIKH R/O AKHOON MOHALLA BREIN SRINAGAR FOR REGISTRATION OF DATE OF BIRTH CERTIFICATE

NOTICE

IN CONNECTION WITH ABOVE SUBJECT MATTER, THIS COURT IS IN RECEIPT OF AN APPLICATION PERFERRED BY SHEIKH DISHADA D/O MOHAMMAD YOUSUF SHEIKH R/O AKHOON MOHALLA BREIN SRINAGAR FOR REGISTRATION OF DATE OF BIRTH CERTIFICATE THE REPORT SOUGHT FROMCONCERNED FIELD STAFF AND DOCUMENTS VIZ AS PER REPORT OF DISTRICT MEDICAL BOARD SRINAGAR DEPARTMENT HEALTH A CERTIFICATE OF SHEIKH DISHADA D/O MOHAMMAD YOUSUF SHEIKH R/O AKHOON MOHALLA BREIN SRINAGAR, DATE OF BIRTH AS ON DATE 01-08-2024)55(YEARS
AND SUBMITTED AN UNDERTAKING AFFIDAVIT TO PROOF HIS CLAIM.
BEFORE THIS OFFICE PROCEED INTO THE MATTER IT IS NOTIFIED THAT IF ANY BODY HAVING ANY OBJECTION REGARDING THE MATTER HE/SHE MAY INTIMATE THE OFFICE OF UNDERSIGNED WITHIN OFFICE HOURS FOR OBJECTION WITHIN PERIOD OF SEVEN DAYS FROM THE DATE OF PUBLICATION OF THIS NOTICE AFTER THAT NO OBJECTION SHALL BE ENTERTAINED BY THIS OFFICE FOR THE ISSUE ORDER REGARDING THE MATTER.

NAIB TEHSILDAR BUCHWARA

Government of Jammu & Kashmir
KASHMIR POWER DISTRIBUTION CORPORATION LTD
OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER ELECTRIC DIVISION (O&M) BIJBEHARA
E-mail:- exenedbij@yahoo.in ,electricdivisionbijbehara@gmail.com

NOTICE INVITING TENDER

NIT:-EDB/e-tender/ 67 of 2024-25
Dated:-19-10-2024

For and on behalf of the Governor of Jammu and Kashmir UT, e-tenders (single cover) are hereby invited from Registered Class-A Electrical Contractors for following works under APD? Grants of District Capex 2024-25.

S. No	Name of Work	Adv. Cost. (Rs Lacs)	Cost of e-Bid/ tender document (Rs)	EMD (Rs.)
1.	Replacement of HT Bare Conductor with Cable from Main Road to Masjid Shareef/Graveyard at Dar Pora, Matipora.	1.80	200	3600
4	Publishing Date & Time	19-10-2024 (1700 Hrs)		
5	Document Download / Sale Start Date & Time	19-10-2024 (1700 Hrs)		
6	Seek Clarification Start Date & Time	19-10-2024 (1700 Hrs)		
7	Seek Clarification End Date & Time	04-11-2024 (1300 Hrs)		
8	Bid Submission Start Date & Time	19-10-2024 (1700 Hrs)		
9	Bid Submission End Date & Time	07-11-2024 (1300 Hrs)		
10	Bid opening date & Time	08-11-2024 (1300 Hrs)		
11	Venue of opening Bids	Electric Division Bijbehara		
Position of Funds: Authorized				
Please Read Document Carefully				

The tender document is available on website. Interested bidders may view, download the e-Bid document, seek clarification, and submit their e-Bid online up to the date and time mentioned in the table above. The Quoted rates shall be Firm, inclusive of all taxes and duties, WCT, freight, transportation up to working sites. The rates shall include costs, if any attracted towards mandatory inspections / testing by the designated agencies and the department will not be required to pay / reimburse anything over and above the price quoted. All the bids must be supported by the Instrument of EMD of the exact amount as mentioned in the above table and shall have been issued post tender publication date. Moreover, any deviation in the EMD amount is liable for rejection.

MSME: Only those MSME's shall be considered responsive who shall have the domain of Installation of Electrical Infrastructure (DTs, Poles, Conductor, LTAB Cable, HTAB Cable, Solar Lights, High Mast Lights, Metering) at LT & HT Level in their certificate of incorporation/registration (UDYAM).

S.No	Percentage of unbalanced bid viz Quoted percentage of NIT	Additional performance security
01	Upto and including 15% below	Nil
02	>15% upto and including 20% below	5% of Advertised Cost
03	>20% upto and including 25% below	10% of Advertised Cost
04	>25% upto and including 30% below	15% of Advertised Cost
05	>30% below	20% of Advertised Cost

DIPK-NB-1897/24
Dtd. 21-10-2024

Sd/-
Executive Engineer,
Electric Division Bijbehara

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE SAJAD AHMAD DAR

CHAMBER SFX -1
LAWYERS CHAMBER
BUILDING DIST COURT,
MOOMIMABAD
BATAMALOO SRINAGAR.

In the case of:
1.AMIT KUMAR KHICHAR S/O JHABAR MAL KHICHAR C/O KUNDAN JEET KOUR R/O SATELLITE COLONY , BATHANDI JAMMU.
2. RAKHI DEVI W/O PAWAN KUMAR AGARWAL R/O SEC NO. 1 NANAK NAGAR ,GANGHI NAGAR , JAMMU

[CAVEATORS]

Versus
Public at Large

...Non-Caveator's

In the matter of : Publication for Caveat.
The caveators apprehand that the non-caveator may file any suit or writ or any apeal at the back of the caveators and may manage to get ex parte order , therefore the caveators submit in case of any Writ Petition/Appeal/Suit or such proceedings are filed before this Hon'ble court by the non-Caveator's against the Caveators the Caveator's or the counsel for the Caveator's may be provided an reasonable opportunity of being heard before passing any of the order in the said Writ Petition/Appeal/Suit or any Proceeding otherwise the Caveator's may suffer such an irreparable loss and injury which cannot be compensated later on in any manner and same would be an abuse of the process of the court..

J&K Bank
Serving To Empower

BAJAJ Allianz
Caringly yours

Bajaj Allianz Health Guard Policy helps you stay on guard financially so that you and your family members are always safe from uncertain medical events.

Key Features & Benefits

Pre and Post-Hospitalization Expenses

Preventive Health Check-Up

Recharge Benefit

Super Cumulative Bonus (Platinum Plan)

To know more, contact your **J&K Bank's Relationship Manager**

Bajaj Allianz General Insurance Co. Ltd., Bajaj Allianz House, Airport Road, Yerawada, Pune - 411006. IRDAI Reg No.: 113. | CIN: U66010PN2000PLC015329 | UIN: BAJHLIP23212V062223 | web: www.bajajallianz.com | Toll free: 1800-209-5858 / 1800-209-0144

J&K Bank Ltd is a licensed Corporate Agent [bearing License No.: CA0029] of Bajaj Allianz General Insurance Company Ltd. [IRDAI registration No. 113]. The benefits/features of products are indicative and for more details on risk factors and Terms and Conditions, please read the sales brochure before concluding a sale. | BJAZ-P-JK-0015/15-11-2023

PUBLISHED BY: BISMA TAJAMUL, PRINTED BY: BISMA TAJAMUL on behalf of BISMA TAJAMUL R.N.I No: JKURD/2011/37141,
Printed At : K.T. Press Pvt Ltd. Rangreth Budgam J&K 190021 , Published From: NEW BUS STAND, BUDGAM J&K 191111, Editor: BISMA TAJAMUL
CONTACT NO. 9419786936, 6006551484, EMAIL: WATTANDAILY@GMAIL.COM,