صفحہ 08

چمپئنز ٹرافی: کپل دیو نے اپنا دامن بچالیا

WATTAN
The Urdu Daily

روزنامہ

وطن

بڈگام

بدھوار
20 نومبر 2024

WEDNESDAY
20-NOVEMBER-2024

صفحہ 08

سابق نیوزی لینڈ کے کرکٹر کا ڈوپ ٹیسٹ مثبت

The Urdu Daily **WATTAN** Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ Vol: 14 | No: 263 | Pages: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■ صفحات: 08 ■ شمارہ نمبر: 263 ■ جلد: 14 ■

جموں وکشمیر میں اب منتخب حکومت

عوام نے تعمیر وترقی کیلئے اپنا ووٹ دیا

انتخابات کے دوران دنیا کو پیغام ملا کہ عوام پرامن طریقے سے اپنا ووٹ ڈال سکتے ہیں: ایل جی

سرینگر/19 نومبر//

جموں وکشمیر میں اب ایک منتخب حکومت ہے اور لوک سبھا اور اسمبلی انتخابات نے دنیا کو پیغام دیا ہے کہ لوگ پرامن طریقے سے اپنا ووٹ ڈال سکتے ہیں کی بات کرتے ہوئے لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے کہا کہ دفعہ 370 کی منسوخی ایک ایسا واقعہ ہے جسے اب واپس نہیں لایا جا سکتا ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ ملک دیکھ رہا ہے وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت میں ریلوے کی ترقی میں بڑے پیمانے پر پیشرفت ہوئی ہے۔ سی این آئی کے مطابق غازی پور میں ویویکی رائے کو خراج عقیدت پیش کرتے ہوئے جموں کشمیر کے لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے کہا کہ ان کی حکمت اور نظریات ملک بھر میں لاکھوں لوگوں کو متاثر کرتے ہیں اور ایک ترقی یافتہ قوم کے ہمارے خواب کو پورا کرنے میں ہماری رہنمائی کرتے ہیں۔ اس موقعہ پر میڈیا سے بات کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ غازی پور سٹی ریلوے اسٹیشن کے قریب آر وی این ایل کی طرف سے ایک گیسٹ ہاؤس اور کمیونٹی ہال بنایا گیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ غازی پور کے لوگ اس سہولت سے فائدہ اٹھائیں گے۔ انہوں نے مزید کہا کہ ہندوستان دیکھ رہا ہے وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت میں ریلوے کی ترقی میں بڑے پیمانے پر پیشرفت ہوئی اور ملک آج کہاں پہنچ گیا ہے۔ اسی دوران انہوں نے جموں کشمیر کا ذکر کرتے ہوئے کہا کہ جموں وکشمیر میں اب ایک منتخب حکومت ہے اور جموں و کشمیر میں لوک سبھا اور ودھان سبھا کے انتخابات نے ایک پیغام دیا ہے دنیا کہ لوگ پرامن طریقے سے اپنا ووٹ ڈال سکتے ہیں۔ لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے کہا ''جموں کشمیر کے عوام نے لوک سبھا اور اسمبلی انتخابات کے دوران اپنے ووٹ کا استعمال کیا اور ان میں جوش وخروش تھا''۔ انہوں نے کہا کہ 36 سالوں میں پہلی بار لوگوں نے 101۔۔۔

انجینئر رشید کی باقاعدہ ضمانت، عرضی پر فیصلہ آج

مقدمہ نامزد ایم پی/ ایم ایل اے عدالت میں منتقل کرنے پر بھی فیصلہ ممکن

سرینگر/19 نومبر//

دہلی کی عدالت ممکنہ طور پر آج یعنی بدھ کو لوک سبھا کے ممبر انجینئر رشید کی ٹیرر فنڈنگ کیس میں ضمانت کی درخواست پر اپنا فیصلہ سنائے گی۔ سی این آئی کے مطابق عوامی اتحاد پارٹی کے سربراہ اور ممبر پارلیمنٹ برائے بارہمولہ انجینئر رشید کی ضمانتی عرضی پر آج یعنی بدھ کو دہلی کی عدالت فیصلہ سنائے گی۔ ایڈیشنل سیشن

جج چندر جیت سنگھ، جو آج فیصلہ دینے والے تھے، نے اس معاملے کو 20 نومبر تک ملتوی کر دیا۔ جج بدھ کو یہ فیصلہ بھی کرنے والا ہے کہ آیا رشید کے خلاف مقدمہ نامزد ایم پی/ ایم ایل اے عدالت میں منتقل کیا جائے۔ جج نے کیس میں ضمانت کا حکم محفوظ رکھتے ہوئے کہا تھا کہ وہ پہلے دائرہ اختیار کے معاملے پر غور کریں گے اور کیس کو خصوصی عدالت میں منتقل کرنے یا نہ کرنے پر غور کریں گے۔ رشید نے اپنی عبوری ضمانت کی مدت پوری ہونے۔۔۔۔ 102

ایم بی بی ایس طالب علم دل کا دورہ پڑنے سے فوت

سرینگر/19 نومبر//

سرینگر کا ایم بی بی ایس طالب علم پہلگام جاتے ہوئے راستے میں حرکت قلب بند ہونے سے فوت ہوگیا جبکہ اننت ناگ میں ٹیپر کی ٹکر سے 45 سالہ شہری لقمہ اجل بن گیا۔ سی این آئی کے مطابق اننت ناگ کے آمو ویری ناگ علاقے میں منگل کی صبح ٹیپر کی زد میں آکر 45 سالہ شہری کی موت ہوئی۔ بتایا جاتا ہے کہ ایک تیز رفتار ٹیپر نے شہری کو ٹکر ماردی جس کے نتیجے میں اس کی موقع پر ہی۔۔۔ 103

ٹریفک حادثات کے پیش نظر تمام اسکولوں وکوچنگ مراکز کے منتظمین کیلئے ہدایات

نابالغ طلبہ کے گاڑی چلانے پر پابندی عائد، کسی بھی طلبہ کو گاڑی کے ساتھ اسکولوں میں داخل ہونے کی اجازت نہ دیں

سری نگر: ۱۹، نومبر //

حالیہ سڑک حادثے میں 2 نوعمر طالب علموں کی ہلاکت کا سنجیدہ نوٹس لیتے ہوئے ڈائریکٹوریٹ آف اسکول ایجوکیشن کشمیر نے منگل کو نابالغ طلباء وطالبات کے 2 اور 4 پہیہ گاڑیاں چلانے پر پابندی عائد کردی۔ ناظم تعلیم کشمیر نے ایک سرکولر جاری کرتے ہوئے تمام سرکاری اور نجی تعلیمی اداروں کے سربراہان نیز کوچنگ سینٹروں کے منتظمین سے کہا کہ وہ 2 پہیہ یا 4 پہیوں سمیت کسی بھی طرز کی موٹر گاڑی کو چلاتے ہوئے طلباء اور طالبات کو اسکولوں کے احاطے میں داخل ہونے کی اجازت نہ دیں۔ جے کے این ایس کے مطابق ڈائریکٹر سکول ایجوکیشن، کشمیر نے 18 نومبر 2024 کو ایک سرکولر زیر

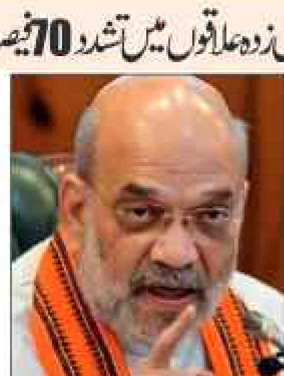
نمبر DSEK/CEW/1062 بعنوان'' نابالغوں کی طرف سے ڈرائیونگ پر پابندی'' جاری کیا۔ جاری کردہ سرکولر میں کہا گیا ہے کہ۔۔۔ 104

مرکزی حکومت کے دور کی مختلف محاذوں پر حصولیابیاں

جموں وکشمیر، شمال مشرقی اور نکسل زدہ علاقوں میں تشدد 70 فیصد تک کم: وزیر داخلہ امیت شاہ

سری نگر: ۱۹، نومبر //

مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے مودی سرکار کے 10 سالہ دور اقتدار کی حصولیابیوں کا ذکر کرتے ہوئے منگل کو کہا کہ مرکز میں بی جے پی کی قیادت والی حکومت نے گزشتہ 10 سالوں میں جموں وکشمیر، شمال مشرقی اور نکسل زدہ علاقوں میں تشدد میں 70 فیصد کامیابی سے کمی لائی ہے۔ جے کے این ایس مانیٹرنگ



ڈیسک کے مطابق گجرات کے تاریخی شہر گاندھی نگر میں واقع راشٹریہ رکھشا یونیورسٹی میں 50 ویں آل انڈیا پولیس سائنس کانفرنس کی افتتاحی تقریب سے خطاب کرتے ہوئے، مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے اس اعتماد کا اظہار کیا کہ آنے والی دہائی ہندوستانی فوجداری انصاف کے نظام کو دنیا میں سب سے زیادہ سائنسی اور تیز ترین بنائے گی۔ انہوں نے کہا کہ برسوں سے، تین علاقوں کو بہت پریشان سمجھا جاتا تھا، جموں۔۔۔۔ 107

جموں وکشمیر قانون ساز اسمبلی کا پہلا بجٹ اجلاس

اگلے سال جنوری فروری میں منعقد ہونے کا امکان

سرینگر/19 نومبر//

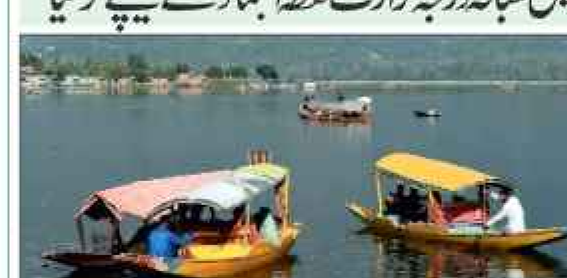
جموں وکشمیر قانون ساز اسمبلی کا پہلا بجٹ اجلاس اگلے سال جنوری فروری میں منعقد ہونے کا امکان ہے تاہم کم تعداد کے باعث بجٹ اجلاس کے دوران وزیر اعلی سمیت دیگر وزراء کو مشکل کام کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ اسی دوران جموں کشمیر قانون ساز اسمبلی کے اسپیکر کا کہنا ہے کہ بجٹ سیشن کب ہوگا اس کا حتمی فیصلہ جموں کشمیر حکومت کے حد اختیار میں ہے۔ سی این آئی کے مطابق جموں وکشمیر قانون ساز اسمبلی کا پہلا بجٹ اجلاس اگلے سال جنوری فروری میں منعقد ہونے کا امکان ہے۔ خیال رہے کہ جموں کشمیر کو مرکزی زیر انتظام علاقے میں تبدیل کرنے کے بعد یہ پہلا اجلاس ہوگا اور حکومت کیلئے وزیر اعلی سمیت صرف چھ وزراء کے ساتھ اپوزیشن کو سنبھالنا ایک مشکل کام ہوگا۔ اسی دوران قانون ساز اسمبلی کے اسپیکر عبدالرحیم راتھر نے بتایا کہ بجٹ سیشن کب بلایا جائے گا۔۔۔ 106

21 دسمبر کو 40 روزہ چلہ کلان کی آمد سے 33 روز قبل

کشمیر کے بیشتر علاقوں میں شبانہ درجہ حرارت نقطہ انجماد سے نیچے گر گیا

سری نگر: ۱۹، نومبر //

21 دسمبر کو 40 روزہ چلہ کلان کی آمد سے ٹھیک 33 روز قبل کشمیر وادی میں درجہ حرارت تنزلی کا شکار ہوا ہے، کیونکہ پیر اور منگل کی درمیانی رات سیاحتی مقامات پہلگام اور گلمرگ سمیت کم از کم 9 علاقوں میں شبانہ پارہ نقطہ انجماد سے نیچے گر گیا۔ اس دوران موسمیاتی مرکز سری نگر نے 30 نومبر تک موسم



خشک رہنے کی پیش گوئی کرتے ہوئے کہا کہ 23 نومبر کی رات سے 24 نومبر تک کشمیر وادی اور جموں خطے میں الگ تھلگ مقامات پر ہلکی برف باری اور بارش ہونے کا امکان ہے۔ جے کے این۔۔۔ 105

جموں وکشمیر میں نیشنل کانفرنس اور کانگریس

اتحاد میں بعض مسائل پر تقسیم کی خبریں بے بنیاد: جی اے میر

سرینگر/19 نومبر//

جموں وکشمیر میں نیشنل کانفرنس اور کانگریس اتحاد میں بعض مسائل پر تقسیم کی خبروں کو مسترد کرتے ہوئے سینئر کانگریس لیڈر اور پارٹی کے سابق سربراہ غلام احمد میر نے کہا کہ دونوں کے درمیان باہمی مفاہمت ہے، اور ابھی تک کوئی دراڑ نہیں ہے۔ سی این آئی کے مطابق اننت ناگ میں منعقدہ ایک تقریب کے موقع پر نامہ نگاروں سے بات کرتے ہوئے سینئر کانگریس لیڈر غلام احمد میر نے نیشنل کانفرنس اور کانگریس اتحاد کے درمیان دراڑ کی خبروں کی تردید کی۔ دفعہ 370 کی بحالی پر سرکاری طور پر تبصرہ کرتے ہوئے، کانگریس کے سینئر لیڈر نے کہا کہ دونوں پارٹیوں کے کام کرنے کے مختلف ڈومین ہیں کیونکہ۔۔۔۔ 111

وزیر خارجہ کی چینی ہم منصب وانگ یی کے ساتھ ملاقات

جی ٹوئنٹی سربراہی اجلاس کے موقع پر سرحدی کشیدگی میں کمی پر تبادلہ خیال کیا گیا

سرینگر/19 نومبر//

وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے چینی وزیر خارجہ وانگ یی کے ساتھ G20 سربراہی اجلاس کے حاشیہ پر سرحدی کشیدگی میں پیشرفت کے سلسلے میں بات چیت کی۔ اس موقعہ پر وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے کہا کہ مجھے یہ جان کر خوشی

ہوئی کہ زمینی طور پر، اس مفاہمت پر عمل درآمد منصوبہ بندی کے مطابق ہوا ہے۔ سی این آئی مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے چینی ہم منصب وانگ یی کے ساتھ ملاقات کی۔ جے شنکر نے G20 سربراہی اجلاس کے موقع پر اپنے چینی ہم منصب سے ملاقات میں خوشی کا۔۔۔ 110

منشیات فروشوں کیخلاف پولیس کی فیصلہ کن مہم جاری

سرینگر/19 نومبر//

منشیات فروشوں کیخلاف کارروائی جاری رکھتے ہوئے ضلع پولیس کولگام نے ریہ پورہ کھڈونی کولگام میں ایک بدنام زمانہ منشیات فروش کا 01 کروڑ روپے سے زائد مالیت کا دو منزلہ رہائشی مکان قرق کی۔ سی این آئی کے مطابق منشیات فروشوں کے خلاف اپنی کارروائی جاری رکھتے ہوئے کولگام پولیس نے بدنام۔۔۔۔ 109

جموں کشمیر میں بجٹ اجلاس سے قبل بھارتیہ جنتا پارٹی

ہائی کمان کی میٹنگ 22 نومبر کو دہلی میں منعقد ہوگی

سرینگر/19 نومبر//

جموں کشمیر میں بجٹ اجلاس سے قبل ایک اہم اقدام میں بھارتیہ جنتا پارٹی ہائی کمان 22 نومبر کو دہلی میں ہونے والی میٹنگ میں جموں وکشمیر میں بڑی تنظیمی تبدیلیوں پر تبادلہ خیال کرنے کیلئے تیار ہے۔ میٹنگ میں جموں وکشمیر کے آئندہ بجٹ اجلاس کیلئے پارٹی کی حکمت عملی پر توجہ مرکوز کی جائے گی، جس سے خطے کے سیاسی کیلنڈر میں ایک اہم تقریب ہونے کی توقع ہے۔ سی این آئی کے مطابق 22 نومبر کو نئی دہلی میں بی جے پی کی ایک اعلی سطحی میٹنگ منعقد ہونے والی ہے جس میں جموں کشمیر کے بی جے پی کی حکمت عملی کا جائزہ لیں گے۔ بی جے پی صدر جے پی نڈا اور مرکزی وزیر داخلہ امیت شاہ جموں۔۔۔۔ 108

پارلیمنٹ کا سرمائی اجلاس 25 نومبر سے شروع ہوگا

حکمت عملی طے کرنے کیلئے اتوار کو روایتی آل پارٹی میٹنگ طلب/کرن رجیجو

سرینگر/19 نومبر//

مرکزی حکومت نے پارلیمنٹ کے سرمائی اجلاس سے قبل اتوار کو روایتی آل پارٹی میٹنگ بلائی ہے جس میں اپوزیشن کو اپنے قانون سازی کے ایجنڈے سے آگاہ کیا جاسکے اور ساتھ ہی ان مسائل پر بات چیت کی جاسکے جن پر پارٹیاں پارلیمنٹ میں بحث کرنا چاہتی ہیں۔ سی این آئی

کے مطابق پارلیمنٹ کا سرمائی اجلاس 25 نومبر سے شروع ہوکر 20 دسمبر کو ختم ہوگا۔ اس سیشن سے قبل مرکزی حکومت نے پارلیمنٹ کے سرمائی اجلاس سے قبل اتوار کو روایتی آل پارٹی میٹنگ بلائی ہے۔ پارلیمانی امور کے وزیر کرن رجیجو نے ایکس پر ایک پوسٹ میں کہا کہ یہ میٹنگ 24 نومبر کی صبح پارلیمنٹ کے آنے والے سرمائی اجلاس۔۔۔۔ 114

انتخابات سے قبل جو منشور رکھا گیا

تمام وعدوں کو پورا کیا جائے گا: ڈاکٹر فاروق عبداللہ

سرینگر/19 نومبر//

نیشنل کانفرنس نے اگلے 5 سال کی حکومت سازی کیلئے ایک منظم اور موثر لائحہ عمل مرتب کیا ہے کی بات کرتے ہوئے پارٹی کے صدر ڈاکٹر فاروق عبد اللہ نے کہا کہ اس بارے میں پارٹی نے عوام کے سامنے انتخابات سے قبل اپنا منشور رکھا تھا، حکومت کی پوری کوشش ہوگی کہ تمام وعدوں کو پورا کیا جائے اور تمام خطوں میں مساوات کی بنیاد پر تعمیر و ترقی کے کام ہونگے۔ اللہ کے فضل وکرم سے شروعات ہوئی ہے اور اُمید ہے کہ آگے چل کر حکومت کیلئے عوامی راحت کے کاموں میں آسانی ہوگی۔ سی این آئی کے مطابق 7 روزہ دورہ جموں سمیٹتے ہوئے ایک تقریب سے خطاب کرتے نیشنل کانفرنس کے صدر ڈاکٹر فاروق عبد اللہ نے کہا کہ بھاجپا نے جموں کے عوام کا صرف استحصال کیا۔۔۔ 113

شمالی کمان کے فوجی کمانڈر نے کشتواڑ کا دورہ کیا

سیکورٹی اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا، فوجیوں سے بھی بات چیت کی

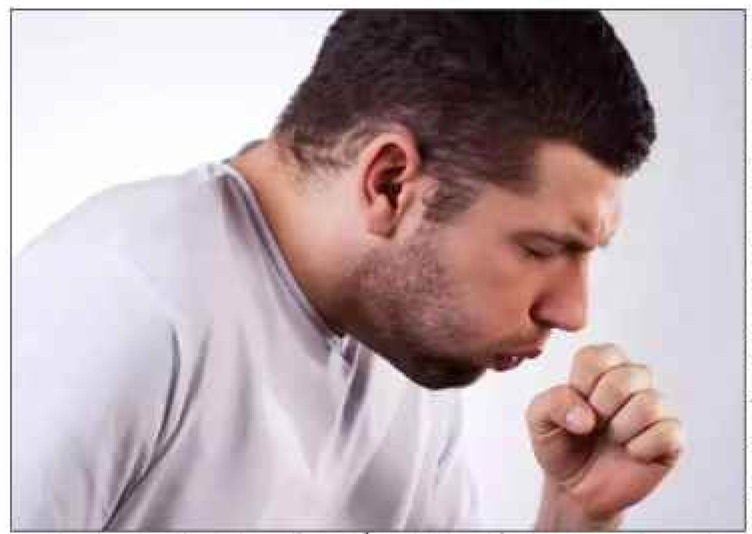
سرینگر/19 نومبر//

سیکورٹی اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لینے کیلئے فوج کے شمالی کمان کے کمانڈر لیفٹننٹ جنرل سچندر اکمار نے خطہ چناب کے کشتواڑ علاقوں کا دورہ کیا۔ اس موقعہ پر انہوں نے فوجی اہلکاروں سے بھی بات چیت کی اور انہیں کسی بھی ہنگامی صورتحال سے نمٹنے کیلئے تیار رہے۔ سی این آئی کے

مطابق شمالی فوج کے کمانڈر لیفٹننٹ جنرل سچندر اکمار نے کشتواڑ میں فوجیوں کی آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا۔ شمالی کمان نے ایکس پر لکھا کہ فوجی کمانڈر نے جنرل آفیسر کمانڈنگ وائٹ نائٹ کور کے ساتھ کشتواڑ کا دورہ کرکے وہاں آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا۔ اس میں کہا گیا کہ لیفٹننٹ جنرل کمار نے فوجیوں کی بہادری۔۔۔۔ 112

”تپ دق“ قابل علاج متعدی مرض

تپ دق (ٹی بی) ایک قابل علاج متعدی یعنی ایک دوسرے کو لگنے والی بیماری ہے۔ جب ٹی بی کا مریض کھانستا ہے تو ہوا کے ذریعے اس کے بلغم میں موجود بیکٹیریا دوسروں تک پہنچ جاتا ہے، اس طرح دوسرا شخص بھی ٹی بی کا مریض بن جاتا ہے۔ یہ ایک قسم کا انفیکشن ہے، جس کا سبب جراثیم ہوتے ہیں۔ یہ جراثیم عموماً پھیپھڑوں کو متاثر کرتے ہیں، تاہم یہ جسم کے دیگر حصوں بشمول گردے، ریڑھ کی ہڈی اور دماغ کو بھی متاثر کر سکتے ہیں۔ تپ دق کی **2** قسمیں ہوتی ہیں، ایک مخفی یا پوشیدہ تپ دق جو ایک سے دوسرے کو نہیں لگتا، دوسرا اصل تپ دق جو متعدی ہوتا ہے یعنی ایک سے دوسرے کو لگ سکتا ہے۔ فعال تپ دق کی بیماری ”مائیکو بیکٹیریم ٹیوبرکلوسس“ جیسے ایک بیکٹیریا کے انفیکشن کی وجہ سے ہوتی ہے۔ جو شخص مخفی تپ دق کے انفیکشن میں مبتلا ہوتا ہے، اس میں اس مرض کی کوئی بھی علامت ظاہر نہیں ہوتی اور نہ ہی وہ خود کو بیمار محسوس کرتا ہے، تاہم جب مریض کے خون کا ٹیسٹ کیا جاتا ہے تو اس وقت پتہ چلتا ہے کہ وہ طفری جراثیم کے انفیکشن میں مبتلا ہے۔ مخفی ٹی بی میں مبتلا شخص دوسرے لوگوں تک جراثیم پھیلانے کی صلاحیت نہیں رکھتا جو افراد مخفی ٹی بی میں مبتلا ہوتے ہیں، ان میں بیماری کی علامتیں کم ابھرتی ہیں، کیوں کہ ان کے جسم میں جراثیم غیر فعال ہوتے ہیں، تاہم پوشیدہ ٹی بی میں مبتلا افراد کا مدافعتی نظام اگر کمزور ہو تو پھر جراثیم فعال ہو جاتے ہیں اور وہ حقیقی ٹی بی کے مرض میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ پوشیدہ ٹی بی میں مبتلا افراد کا علاج اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کیا جاتا ہے کہ وہ کہیں فعال ٹی بی کے مرض میں مبتلا نہ ہو جائے۔ اس کی تشخیص کے لیے بلغم کا ٹیسٹ کروایا جاتا ہے۔ اس کی ایک قسم **Drug resistant TB** کہلاتی ہے۔ اگر تپ دق کے مریض پر دوائیں اثر نہ کر رہی ہوں تو پھر کہا جاتا ہے کہ اسے ڈرگ ریزسٹنٹ ٹی بی ہو گئی ہے۔ ٹی بی کے جراثیم پر ادویہ کا اثر نہ ہونے کی دو اہم وجوہ ہوتی ہیں۔ ایک یہ کہ متاثرہ فرد جب دوا مقررہ مقدار اور تعداد میں باقاعدگی سے نہ کھا رہا ہو۔ دوسری وجہ یہ ہو سکتی ہے کہ اس فرد کو ٹی بی جس مریض سے منتقل ہوئی ہے اسے ڈرگ ریزسٹنٹ ٹی بی لاحق ہو۔ تپ دق کے جراثیم جسم میں داخل ہونے کے بعد ضروری نہیں کہ یہ انسان کو بیمار کر دیں۔ یہ جسم کے اندر خاموش یا خوابیدہ حالت میں بھی رہ سکتے ہیں۔ طبی اصطلاح میں اسے **Latent TB** کہا جاتا ہے۔ ایک رپورٹ کے مطابق ہر سال لاکھوں لوگ اس بیماری کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ کوئی ایسی بیماری نہیں، جس کا علاج ممکن نہیں ہے۔ لیکن ظاہری علامات کی بنیاد پر تپ دق کی تشخیص بہت مشکل ہوتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بعض دیگر امراض کی علامات بھی تپ دق کی علامات کے مشابہ ہوتی ہیں۔ اس کی حتمی تشخیص بیکٹیریا کی موجودگی کے یقینی شواہد مل جانے کے بعد ہی ممکن ہوتی ہے۔ اس کے کچھ ٹیسٹ براہ راست بیکٹیریا کی موجودگی کی نشان دہی کے لیے کیے جاتے ہیں۔ دوسرے ٹیسٹ جیسے ایکسرے وغیرہ ممکنہ مریض پر بیکٹیریا کے اثر کا مشاہدہ کرنے کے لیے کیے جاتے ہیں۔



اس کا علاج بھی موجود ہے اور اس کی ادویات بھی لیکن ان کے باوجود اقوام متحدہ کے عالمی ادارہ صحت کی رپورٹس کے مطابق تپ دق دنیا میں اموات کی ایک بڑی وجہ بن چکی ہے۔ پاکستان میں ہر سال تقریباً **5** لاکھ افراد ٹی بی سے متاثر ہوتے ہیں، جس میں تقریباً ایک تہائی علاج کے لیے کہیں بھی رجسٹر نہیں ہوتے اور ان کے ذریعے یہ مرض پھیلتا رہتا ہے۔ تپ دق **5** سے **15** سال تک کے بچوں میں زیادہ پائی جاتی ہے۔ عالمی ادارہ صحت کی رپورٹ کے مطابق پوری دنیا میں **74000** بچے ہر سال تپ دق سے جان کھو بیٹھتے ہیں اور ہر سال نصف ملین اس کے نئے مریض بچے سامنے آتے ہیں۔ یہ ایک متعدی بیماری ضرور ہے لیکن سو فی صد قابل علاج ہے۔ اس کو ابتدائی مرحلہ میں ہی بروقت اور آسانی سے کنٹرول کیا جا سکتا ہے۔ اس کے علاج کا دورانیہ **6** سے **9** مہینے تک ہوتا ہے۔

علامات

اس کی علامات کا دارومدار اس بات پر ہوتا ہے کہ جسم کا کون سا حصہ متاثر ہوا ہے۔ عموماً تپ دق کے جراثیم پھیپھڑوں کو نشانہ بناتے ہیں۔ اسے ”پلموزی ٹیوبرکلوسس“ کہا جاتا ہے۔ ایکسٹرا پلموزی ٹیوبرکلوسس تپ دق کی وہ شکل ہے جب پھیپھڑوں کے علاوہ جسم کا کوئی حصہ اس سے متاثر ہوتا ہے، تاہم یہ دونوں اقسام بیک وقت بھی پائی جا سکتی ہیں۔ تپ دق کی عمومی علامات میں مسلسل **3** ہفتے سے زائد بلغم کے ساتھ ہونے والی کھانسی، کھانسی کے ساتھ خون آنا، تیز بخار، بہت زیادہ سردی کا محسوس ہونا، وزن میں کمی، سوتے ہوئے بہت زیادہ پسینہ آنا، تھکاوٹ کی وجہ سے ہر وقت نیند کا طاری رہنا، کھانے کی خواہش ختم ہو جانا، گلے کی سوجن، خاص طور پر لمفی گلینڈز کا سوج جانا، پھیپھڑوں میں بعض اوقات پانی بھر جانا، سینے سے سیٹی کی آوازوں کا آنا، آواز کا بہت زیادہ بیٹھ جانا، سینے میں درد شامل ہیں۔

قدرتی چیزوں سے علاج

سیب: سیب کا استعمال تپ دق کے مریض کے لیے نہایت مفید ہے۔ روز ایک گلاس سیب کا جوس پینے سے جسم میں ہونے والی کمزوری دور ہو جاتی ہے۔

سنگترہ: پھیپھڑوں کی تپ دق میں مبتلا مریضوں کے لیے سنگترہ بے حد فائدے مند ثابت ہوتا ہے۔ اس کا روز ایک گلاس جوس پینے سے پھیپھڑے صحت مند ہو کر دوبارہ افعال ہو جاتے ہیں۔ ایک گلاس سنگترے کے رس میں ایک چائے کا چمچ شہد اور چٹکی بھر نمک ڈال کر پئیں۔ اس جوس کا باقاعدہ استعمال مرض سے نجات دلاتا ہے۔

کیلا: ایک پیالی ناریل کے پانی میں ایک کیلا چھیل کر اس میں ملائیں اور اچھی طرح سے اسے پھینٹ لیں، پھر اس میں ایک کپ دہی اور ایک چائے کا چمچ شہد ملائیں۔ یہ ایک مربہ کی شکل تیار کرلے گا اور اسے روزانہ کھائیں یہ تپ دق میں بے حد مفید ہے۔

کلونجی: آدھا چائے کا چمچ کلونجی پیس کر پانی کے ساتھ کھائیں، یہ تپ دق کے لیے بے حد فائدہ مند ہے۔

اخروٹ: دو اخروٹ کوٹ لیں۔ اس میں ایک چائے کا چمچ پیسا ہوا لہسن اور اس مقدار کا مکھن بھی شامل کریں۔ ان تینوں اشیاء کو ملا کر ان کا ایک چمچ روز کھائیں۔

ادرک: ایک چائے کا چمچ ادرک لیں اس میں اتنی ہی مقدار میں شہد ڈال کر اسے صبح و شام کھائیں۔

بچاؤ: تپ دق سے بچاؤ کے ممکنہ اقدامات میں سب سے ضروری اس کے جراثیم کو ایک سے دوسرے فرد تک پہنچنے سے روکنا ہے۔ اس سے بچاؤ کی ویکسین بھی موجود ہے جو ”بی سی جی“ کہلاتی ہے، مگر یہ صرف بچوں کو لگائی جاتی ہے، بالغ افراد میں یہ موثر نہیں ہوتی۔ اگر کسی گھر میں کوئی فرد ٹی بی سے متاثر ہو تو اس کے کھانے پینے کے برتن، تولیہ اور استعمال کی دوسری چیزیں الگ کر دینی چاہئیں۔ علاوہ ازیں مریض اور گھر میں موجود لوگوں کو فیس ماسک کا استعمال لازمی کرنا چاہیے، تاکہ اس کے جراثیم صحت مند افراد میں منتقل نہ ہو سکیں۔

چھاتی کا سرطان

چھاتی کا سرطان خواتین کی صحت کو متاثر کرنے والا اہم مسئلہ ہے، جس کی تشخیص اور اس کے علاج کی جلد شناخت کاری کی ضرورت ہے۔ ایک رپورٹ کے مطابق ہر سال پاکستان میں تقریباً ہزاروں خواتین کو بریسٹ کینسر کی تشخیص ہوتی ہے۔ یہ اس وقت ہوتا ہے جب تغیرات نامی تبدیلیاں جین میں ہوتی ہیں جو خلیوں کی نشوونما کو منظم کرتی ہیں۔ تغیرات خلیوں کو غیر کنٹرول شدہ طریقے سے تقسیم اور ضرب لگاتے ہیں۔ چھاتی کا کینسر چھاتی کے خلیوں میں تیار ہوتا ہے۔ عام طور پر یہ ”لوبولس“ یا ”چھاتی کی نالیوں“ میں بنتا ہے۔ لوبول وہ غدود ہیں جو دودھ پیدا کرتے ہیں اور نالیاں دودھ کو غدود سے نپل تک پہنچاتے ہیں۔ کینسر آپ کے چھاتی کے اندر فیٹی ٹشو یا ریشہ دار کنکٹی ٹشو میں بھی ہو سکتا ہے۔ کینسر کے بے قابو خلیات اکثر چھاتی کے دوسرے صحت مند ٹشو پر حملہ کرتے ہیں اور بازوؤں کے نیچے لمف نوڈس تک جا سکتے ہیں۔ لمف نوڈس ایک بنیادی راستہ ہے جو کینسر کے خلیوں کو جسم کے دوسرے حصوں میں منتقل کرنے میں مدد کرتا ہے۔ اکتوبر کو ”بریسٹ کینسر“ کی آگاہی کے مہینہ کے طور پر منایا جاتا ہے۔

خطراتی عوامل... چھاتی کے سرطان کے حوالے سے عام تاثر یہ پایا جاتا ہے کہ یہ مرض صرف عورتوں میں ہوتا ہے، جب کہ ایسا نہیں ہے، یہ مرض مردوں میں بھی ہو سکتا ہے۔ عورتوں کو بریسٹ کینسر ہونے کا خطرہ مردوں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے، اس لیے یہ مرض عورتوں میں ہی زیادہ دیکھنے کو ملتا ہے۔

عمر...... بڑھتی عمر ایک خطرے کا عامل ہے۔ **40** سال سے کم عمر کی خواتین میں اس مرض کا خطرہ کم ہوتا ہے، تاہم بڑھتی عمر میں اس مرض کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

خاندانی پس منظر

بریسٹ کینسر کے اسباب میں سب سے بڑا سبب جینز کی تبدیلی ہے، اگر کسی کے خاندان میں بریسٹ کینسر کے مریض ہوں تو دوسرے لوگوں کے متاثر ہونے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

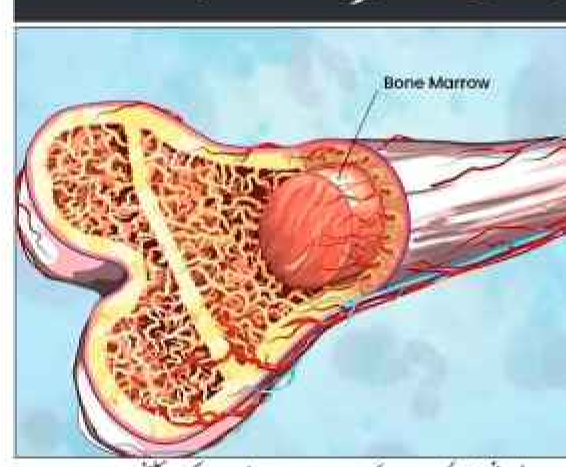
ذاتی صحت...... اگر کسی کو ایک بریسٹ میں کینسر کی تشخیص ہو جائے تو دوسرے میں اس کے ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ ☆ ریڈی ایشن ☆ حیض کا جلدی آنا ☆ دیر سے حیض کا بند ہونا ☆ موٹاپا ☆ نیکوٹین اور الکوحل کا استعمال ☆ ہارمون تبادلہ تھراپی۔

اقسام...... چھاتی کے کینسر کی کئی مختلف اقسام ہیں۔ ☆ ڈکٹل کارسنوما: یہ دودھ کی نالی سے شروع ہوتا ہے اور یہ سب سے عام قسم ہے۔ ☆ لوبولر کارسنوما: یہ لوبولس میں شروع ہوتا ہے۔ حملہ آور چھاتی کا کینسر اس وقت ہوتا ہے جب کینسر کے خلیے لوبولس یا نالیوں کے اندر سے ٹوٹ جاتے ہیں اور قریبی ٹشو پر حملہ کرتے ہیں۔ اس سے جسم کے دوسرے حصوں میں کینسر پھیلنے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ نان انویسو چھاتی کا کینسر اس وقت پیدا ہوتا ہے جب کینسر اپنی اصل جگہ کے اندر رہتا ہے، دوسرے حصوں میں پھیلا نہیں ہوتا، تاہم یہ خلیات بعض اوقات ناگوار چھاتی کے سرطان کی طرف بڑھ سکتے ہیں۔

علامات...... چھاتی کے سرطان کی ہر قسم مختلف علامات کا سبب بن سکتی ہے۔ ان میں سے بہت سی علامات ایک جیسی ہیں، لیکن کچھ مختلف بھی ہو سکتی ہیں۔ چھاتی کے عام سرطان کی علامات مندرجہ ذیل ہیں۔ ☆ چھاتی یا بغلوں میں گلٹی نمودار ہونا ☆ چھاتیوں کے سائز یا ساخت میں تبدیلی ☆ چھاتی میں جلد کی تبدیلی ☆ نپل کا دھنس جانا یا اس میں سے مواد کا نکلنا ☆ چھاتی پر ایک نیا نپل نمودار ہونا ☆ چھاتیوں کی جلد سرخ ہو جانا ☆ چھاتی میں درد ہونا ☆ نپل سے رطوبت بہنا، کچھ کیسز میں خون بھی بہہ سکتا ہے۔

تشخیص...... چھاتی کے سرطان کی تصدیق کے لیے مندرجہ ذیل ٹیسٹ کیے جاتے ہیں۔ ☆ میمو گرافی ☆ الٹرا ساؤنڈ ☆ بایوپسی بایوپسی بریسٹ کینسر کی تشخیص کے لیے اہم ہوتی ہے، اس میں چھوٹی گلٹی کا نمونہ لیا جاتا ہے اور تصدیق کیا جاتا ہے کہ یہ گلٹی کینسر کی ہے یا نہیں۔ کچھ ذہنوں میں یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ بایوپسی سے بریسٹ کینسر پھیلا سکتا ہے، جب کہ ایسا نہیں ہوتا بایوپسی بریسٹ کینسر کو پھیلانے کا ذریعہ نہیں بلکہ یہ اس کی بروقت تشخیص کا طریقہ کار ہے اور اس سے **90** فی صد جانیں بچائی جا سکتی ہیں۔

بون میرو ٹرانسپلانٹ



بون میرو انسانی جسم کی ہڈیوں کے درمیان پایا جانے والا ایک اسپنج دار مادہ ہے، یہ وہ جگہ ہے جہاں جسم کے زیادہ تر خون کے خلیات تیار اور محفوظ ہوتے ہیں، یہ خون کے سرخ و سفید خلیات اور پلیٹلیٹس بناتا ہے۔ یہ مادہ ہڈیوں میں اسٹیم سیل اور دیگر مادے تیار کرتا ہے، جس کے نتیجے میں انسانی جسم میں خون کے خلیے بننے کا عمل شروع ہوتا ہے۔ واضح رہے کہ خون بنیادی طور پر تین خلیات (**cells**) سفید خلیات، سرخ خلیات اور پلیٹلیٹس خلیات سے مل کر بنتا ہے۔

ہر قسم کے خون کے خلیے کا ایک اہم کام ہوتا ہے۔

☆ خون کے سرخ خلیے جسم کے تمام بافتوں (**Tissues**) تک آکسیجن لے جاتے ہیں۔

☆ پلیٹلیٹس خون کے جمنے میں مدد کر کے خون بہنا بند کرتے ہیں۔

☆ سفید خون کے خلیے انفیکشن سے لڑتے ہیں۔

بون میرو ٹرانسپلانٹ کیا ہے؟

بون میرو ٹرانسپلانٹ ایک طبی طریقہ علاج ہے جو کسی کے غیر صحت مند بون میرو کو صحت مند خلیوں سے بدل دیتا ہے۔ متبادل خلیات ڈونر کے جسم سے لیے جا سکتے ہیں۔ یہ جسم میں خون کے سرخ خلیات، سفید خون کے خلیات اور پلیٹلیٹس بنانے کی صلاحیت کو بحال کرتا ہے۔ بون میرو ٹرانسپلانٹ کو اسٹیم سیل ٹرانسپلانٹ بھی کہا جاتا ہے۔ یہ لیوکیمیا، اے پلاسٹک انیمیا، تھیلے سیمیا، سکل سیل انیمیا، مائیلوما، لیمفوما، خون اور مدافعتی نظام کی دیگر بیماریاں جو بون میرو کو متاثر کرتی ہیں کے علاج کے لیے کیا جاتا ہے۔

بون میرو ٹرانسپلانٹ کو **1968** سے لیوکیمیا، اے پلاسٹک انیمیا، سکل سیل انیمیا، مائیلوما، لیمفوما، مدافعتی نظام کی خرابی، اور کچھ ٹھوس ٹیومر کینسر جیسی بیماریوں کے علاج کے لیے کامیابی سے استعمال کیا جا رہا ہے۔ بون میرو ٹرانسپلانٹ، بون میرو کی جگہ لے لیتا ہے جو بیماری سے خراب ہو چکا ہے، جیسے لیوکیمیا یا لیمفوما، صحت مند خون کے خلیے کسی عطیہ دہندہ سے ٹرانسپلانٹ کیے جاتے ہیں، تاکہ وہ نئے خون کے خلیے تیار کریں اور نئے صحت مند میرو کی افزائش کریں۔

بون میرو ٹرانسپلانٹ کی ضرورت کیوں پیش آتی ہے؟

لیوکیمیا، اے پلاسٹک انیمیا، تھیلے سیمیا اور خون کی دیگر بیماریوں میں جب خون بننے کا عمل متاثر یا بند ہو جاتا ہے تو مریض کے سگے بھائی بہن یا والدین سے ٹشو میچ کرنے کے بعد ڈونر سے ہڈیوں کا تھوڑا سا گودا مریض کو منتقل کیا جاتا ہے، یہ بون میرو دینے والے کے لیے ایک بے ضرر عمل ہوتا ہے، جس سے بون میرو دینے والے ڈونر کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔

”آسٹیو پروسس“ خاموش اور مسلسل بڑھنے والی بیماری

کبھی سوچا ہے یہ ہمارے جسم میں موجود ہڈیاں کیوں ہیں اور ان کی کیا اہمیت ہے۔

☆...... ہماری ہڈیاں ہماری صورت گری کرتی ہیں۔

☆...... ہمارے اعضا کی حفاظت کرتی ہیں۔

☆...... ہمیں حرکت کرنے میں مدد کرتی ہیں۔

☆...... یہ اپنے اندر کیلشیم اور دیگر معدنیات کو ذخیرہ کرتی ہیں۔

بظاہر سخت اور ساکت نظر آنے والی ہڈیاں دراصل زندہ ٹشوز ہیں جن میں مسلسل تبدیلی آتی رہتی ہے۔ اور نئے ٹشو ان کی جگہ لیتے رہتے ہیں۔ اس سارے عمل میں ہڈیوں میں موجود خاص سیل **Osteoblast** اور **Osteoclast** حصہ لیتے ہیں۔ **Osteoblasts** جو ہڈیوں کے بننے اور گروتھ میں مدد کرتے ہیں اور نئے ٹشوز بناتے ہیں جب کہ **Osteoblasts** پرانی اور بوسیدہ ہڈی کے ٹشوز کو گھلا دیتے ہیں۔ اس طرح بوسیدہ ٹشو کی جگہ نئے ٹشوز لے لیتے ہیں یا بوسیدہ ٹشوز **Replace** ہو جاتے ہیں جو **Osteoblast** بناتے ہیں۔ اس قدرتی عمل کو ہڈیوں کی تشکیل نو یا (**Remodeling**) کہا جاتا ہے۔ اس عمل سے ہمارے جسمانی ڈھانچے کی تقریباً **20** فی صد پرانی ہڈیاں ہر سال نئی ہڈیوں میں تبدیل ہوتی رہتی ہیں۔ ہڈیوں کی تشکیل نو ہماری جسمانی صحت کے لئے بہت ضروری ہے، کیوں کہ یہ عمل ہمارے ڈھانچے کو مضبوط رکھتا ہے اور جسم میں معدنیات کے توازن کو برقرار رکھتا ہے۔ **30** سال کی عمر تک ہماری ہڈیوں میں **Osteoblastic Activity** زیادہ ہوتی ہے اور **35** سال کی عمر کے بعد **Osteoblastic Activity** رفتہ رفتہ بڑھنے لگتی ہے۔

ہماری ہڈیاں بیمار بھی ہو جاتی ہیں۔ ان کی کچھ بیماریوں میں مندرجہ ذیل بیماریاں شامل ہیں۔

Osteoperia ہڈیوں کا کمزور اور پتلا ہونا۔

Osteoprosis ہڈیوں کا بھربھرا ہونا۔

Rickets بچوں میں ہڈیوں کا ٹیڑھا ہونا۔

Osteomalasia ہڈیوں کا ٹیڑھا پن۔

Fracture ہڈیوں کا ٹوٹ جانا اور کچھ اقسام کے کینسر آتے ہیں۔

آج ہم آسٹیو پروسس (**Osteoprosis**) یا ہڈیوں کے بھربھرا پن جسے ہم ہڈیوں کی خشکی بھی کہہ سکتے ہیں، اس پر بات کریں گے۔ ایک اندازے کے مطابق دنیا بھر میں **200** ملین افراد آسٹیو پروسس بیماری کا شکار ہیں۔ **50** سال سے زائد عمر کی ہر تین میں سے ایک عورت اور ہر پانچ میں سے ایک مرد آسٹیو پروسس کا شکار ہے۔ یہ مرض مردوں کی نسبت عورتوں میں زیادہ ہوتا ہے۔ ”پیڑ کو دیمک لگ جائے یا آدم زاد کو غم“ میں تھوڑی ترمیم اگر کی جائے کہ پیڑ کو دیمک لگ جائے یا انسان کو آسٹیو پروسس تو اس کا بچنا مشکل ہو جاتا ہے۔ اگر بروقت تشخیص نہ ہو سکے، کیوں کہ آسٹیو پروسس بھی ایک طرح سے ہڈیوں کی دیمک ہے۔ یہ ایک خاموش بیماری ہے، جس کی علامات عام طور پر ظاہر نہیں ہوتیں یا یوں سمجھیں کہ آسٹیو پروسس خاموش مگر مسلسل بڑھنے والی بیماری ہے بروقت تشخیص اور علاج کے بغیر یہ رفتہ رفتہ ہڈیوں کو اس حد تک کمزور کر دیتی ہے کہ وہ ٹوٹنے لگتی ہیں۔ ایک اچانک ٹھوکر، جھٹکا، گرنا یا پھر صرف

کھانسی جس کا صحت مند انسان پر اثر نہیں ہوتا مگر آسٹیو پروسس سے متاثر انسان میں ہڈی ٹوٹنے کا سبب بن سکتی ہے۔ اس مرض میں مبتلا مریض کو پسلیوں، کلائی اور ریڑھ کی ہڈی متاثر ہوتی ہے۔ گویا یہ ایک خاموش بیماری ہے۔ مگر ہمیں فکر رکھنا چاہیے کہ ہمارے قد میں ایک یا ایک انچ سے زیادہ کمی تو واقع نہیں ہوئی۔ ☆ کمر دہرے یا جھکے ہوں یا بیٹھنے کے انداز میں جھکاؤ تو نہیں بڑھ رہا یا کمر کے نچلے حصے میں مستقل درد ہو رہا ہے یا پھر سانس لینے میں دشواری ہو رہی ہے۔ اگر ایسا ہو تو ہڈیوں کے امراض کے ماہر سے رجوع کرنا چاہیے۔ اگر ہم جائزہ لیں کہ کن لوگوں کو اس بیماری میں مبتلا ہونے کا زیادہ خطرہ ہے تو **50** یا **50** سال سے زیادہ عمر کی خواتین اس بیماری سے زیادہ متاثر ہوتی ہیں۔

☆...... خواتین میں اس کی بڑی وجہ مینوپاز ہے، کیوں کہ اس میں خون میں ایسٹروجن ہارمون کی کمی واقع ہو جاتی ہے جو ہڈیوں کو گھلنے سے روکتا ہے۔

☆...... قبل از وقت حیض کا رک جانا جیسے کسی آپریشن کے نتیجے میں، قدرتی طور پر کم عمری میں

☆...... موروثیت۔ اگر خاندان میں یہ مرض موجود ہے تو اس مرض کا شکار ہونے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔

☆...... کچھ ایسی ادویات بھی ہیں جو آسٹیو پروسس کی وجہ بن جاتی ہیں۔ مثلاً کارٹی زون کا طویل عرصے تک استعمال، مرگی کی دوائیاں، چھاتی کے کینسر کے علاج کی دوائیاں۔

☆...... کچھ روزمرہ کے معمولات کے نتیجے میں بھی آسٹیو پروسس ہو سکتا ہے۔

☆...... غیر متحرک رہنا ☆...... ورزش نہ کرنا

☆...... سگریٹ نوشی کرنا ☆...... کولا ڈرنکس کا بے تحاشا استعمال

☆...... غذا میں کیلشیم اور وٹامن ڈی کی کمی

...آسٹیو پروسس کی تشخیص...

اس مرض کی تشخیص کے لیے **BMD** ٹیسٹ یعنی **Bone mineral Density Test** کروایا جاتا ہے۔ اس سے ہڈیوں کی موٹائی یعنی **Bone mars** اور مضبوطی معلوم کی جاتی ہے۔ یوں بروقت ہڈیوں کے بھربھرے پن کا شکار ہو کر فریکچر سے پہلے ہی مرض کا پتا چل جاتا ہے اور بروقت علاج بھی ممکن ہو جاتا ہے۔ اس کے علاج کے لیے ورزش بہت ضروری ہے۔

انسانی جسم کا اہم منرل ”کیلشیم“

کیلشیم ہمارے جسم میں پایا جانے والا ایک اہم منرل ہے۔ یہ ہڈیوں، دانتوں، پٹھوں اور دل کو صحت مند رکھنے کے ساتھ ساتھ پورے جسم کو فعال رکھنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس کی کمی ہمارے جسم میں کئی بیماریوں کا باعث بنتی ہے۔ اس منرل کو حاصل کرنے کے لیے کیلشیم سے بھرپور مختلف غذاؤں کا استعمال کرنا چاہیے۔ روزانہ ایک گلاس دودھ پینے سے جسم کو مطلوبہ مقدار میں یہ منرل حاصل ہو سکتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ کئی دوسری غذاؤں سے بھی کیلشیم کی کمی کو پورا کیا جا سکتا ہے۔ آج کل کیلشیم کی کمی ایک عام مسئلہ بن چکا ہے۔ ہر دوسرا شخص اس کا شکار ہو رہا ہے۔ اس کی کمی کی علامات کیا ہوتی ہیں اور اس کی کمی کو کیسے پورا کیا جا سکتا ہے۔ اس بارے میں ذیل میں چند علامات، علاج اور غذاؤں کے بارے میں موجود ہے۔

......علامات......

پٹھوں میں کھنچاؤ

پٹھوں میں کھنچاؤ اور درد کیلشیم کی کمی کی ابتدائی علامات ہیں، ٹانگوں اور بازوؤں میں چلنے میں، اٹھنے بیٹھنے میں درد محسوس ہونا۔ اس کے ساتھ ساتھ ہاتھوں اور پیروں کا سن ہونا بھی اس کی کمی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔

انگلیاں سن ہونا

یہ جسم میں کیلشیم کی کمی کی سب سے بڑی اور پہلی وجہ ہوتی ہے۔ اس کمی ہونے پر اکثر افراد توجہ نہیں دیتے۔ انگلیوں کا سن ہونا یا سو جانا، اس بات کی علامت ہوتی ہے کہ آپ کا جسم کیلشیم کی کمی کا شکار ہو رہا ہے۔

سستی اور غنودگی طاری رہنا

کیلشیم کی کمی کے باعث ہر وقت سستی اور غنودگی طاری رہتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس میں جسم میں کیلشیم کی کمی کی سطح کو متوازن کیا جاتا ہے۔ ہمارا جسم ایک وقت میں مخصوص تعداد میں کیلشیم کو جذب کر سکتا ہے۔ کچھ لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ بہت زیادہ کھانے سے کیلشیم کی کمی کو پورا کیا جا سکتا ہے لیکن ایسا نہیں ہے۔ بلکہ آہستہ آہستہ کم مقدار میں سارا دن میں وقفے کے ساتھ کھانا بہتر ہوتا ہے۔

تھکاوٹ محسوس ہونا

اس کی کمی کی صورت میں جسم شدید تھکاوٹ محسوس کرتا ہے اور ہر وقت سستی، کاہلی اور توانائی کا فقدان رہتا ہے۔ اس کی مزید علامات میں سر کا ہلکا محسوس ہونا، چکر آنا، دماغ کے آگے دھند کا چھا جانا، توجہ میں کمی وغیرہ۔

چیزوں کا بھولنا اور معاملات کو حل کرتے وقت دماغ کا الجھن کا شکار ہونا بھی شامل ہیں۔ خوش گوار اور پرسکون نیند میں مدد دینے والے کیمیکل میلاٹونن کو خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اگر جسم کو مطلوبہ مقدار میں یہ منرل حاصل نہ ہو تو میلاٹونن کا اخراج نہیں ہو پاتا، جس کے نتیجے میں پرسکون نیند نہیں ملتی۔

دل کی دھڑکن تیز ہونا

اگر دل کی دھڑکن معمول سے تیز رہنے لگے اور آپ کو ایسا کئی دن تک محسوس ہو تو یہ بھی کیلشیم کی کمی کی علامت ہو سکتی ہے۔ اس مسئلے کے حل کے لیے فوری ڈاکٹر سے رجوع کر کے مکمل معائنہ کروانا چاہیے۔

یادداشت کا کمزور ہونا

کیلشیم کی کمی کی ایک علامت چیزیں بھول جانا بھی ہے۔ اس کی وجہ عام طور پر ہر وقت طاری تھکاوٹ ہوتی ہے جو باتوں کو ذہن میں نقش نہیں ہونے دیتی۔

ناخن اور جلد

کیلشیم کی کمی ناخن کی ساخت کو بدل دیتی ہیں اور اس کی کمی کی وجہ سے ناخن خشک اور کھردرے ہو جاتے ہیں اور ٹوٹنے بھی لگتے ہیں۔ کیلشیم کی کمی کی علامات جلد پر بھی ظاہر ہوتی ہیں اور جلد کی بہت ساری بیماریاں کیلشیم کی کمی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔

بھارت نائجیریا کیساتھ اسٹریٹجک شراکت داری کو اعلیٰ ترجیح دیتا ہے/ وزیر اعظم

ابوجہ// وزیر اعظم نریندر مودی نے اتوار کو نائجیریا کے صدر بولا احمد تینوبو کے ساتھ بات چیت کے دوران کہا کہ ہندوستان نائجیریا کے ساتھ اپنی اسٹریٹجک شراکت داری کو اعلیٰ ترجیح دیتا ہے اور وہ دفاع، توانائی اور تجارت سمیت مختلف شعبوں میں تعلقات کو فروغ دینے کی سمت کام کرے گا۔ میٹنگ میں اپنے ٹی وی پر نشر ہونے والے ابتدائی کلمات میں مودی نے دہشت گردی، علیحدگی پسندی، بحری قزاقی اور منشیات کی اسمگلنگ کو بڑے چیلنجوں کے طور پر شناخت کیا اور کہا کہ دونوں ملک ان سے نمٹنے کے لیے مل کر کام کرتے رہیں گے۔ وزیر اعظم مودی ملک کے پہلے دورے پر اتوار کی صبح ابوجا پہنچے تھے۔ وزیر اعظم نے کہا کہ ہم نائجیریا کے ساتھ اپنی اسٹریجک شراکت داری کو اعلیٰ ترجیح دیتے ہیں... مجھے یقین ہے کہ ہماری بات چیت کے بعد ہمارے تعلقات میں ایک نیا باب شروع ہوگا۔ مودی نے تقریباً 60,000 پر مشتمل ہندوستانی تارکین وطن کمیونٹی کو ہندوستان-نائجیریا تعلقات کا ایک اہم ستون قرار دیا اور ان کی فلاح و بہبود کو یقینی بنانے کے لیے تینوبو کا شکریہ ادا کیا۔ وزیر اعظم نے یہ بھی اعلان کیا کہ ہندوستان گزشتہ ماہ کے سیلاب سے متاثر نائجیریا کے لوگوں کے لیے 20 ٹن امدادی سامان بھیج رہا ہے۔ انہوں نے گزشتہ سال ہندوستان کی میزبانی میں گروپنگ کے سربراہ اجلاس میں افریقی یونین کے G20 کا مستقل رکن بننے کا بھی حوالہ دیا اور اسے ایک اہم نتیجہ قرار دیا۔ وفود کی سطح کی بات چیت سے پہلے مودی اور ٹینوبو نے صدارتی ولا میں ون آن ون ملاقات کی۔ وزیر اعظم کا پرتپاک استقبال بھی کیا گیا۔ دونوں فریقین وفود کی سطح پر ہونے والی بات چیت کے بعد متعدد معاہدوں پر دستخط کرنے کا امکان ہے۔ مودی تین ملکوں کے دورے کے ایک حصے کے طور پر نائجیریا میں ہیں۔ ابوجا سے وہ G20 سربراہی اجلاس میں شرکت کے لیے برازیل جائیں گے۔ ان کی آخری منزل گیانا ہوگی۔ اکتوبر 2007 میں اس وقت کے وزیر اعظم منموہن سنگھ کے افریقی ملک کے دورے کے دوران ہندوستان-نائجیریا تعلقات کو "اسٹریٹجک پارٹنرشپ" کا درجہ دے دیا گیا تھا۔ نائجیریا چھ دہائیوں سے زیادہ عرصے سے ہندوستان کا قریبی ساتھی رہا ہے۔ نائجیریا کے 1960 میں آزاد ہونے سے دو سال قبل، نئی دہلی نے نومبر 1958 میں لاگوس میں اپنا سفارتی گھر قائم کیا۔ واضح رہے نائجیریا وزیر اعظم نریندر مودی کو معزز گرینڈ کمانڈر آف دی آرڈر آف دی نائجر (GCON) ایوارڈ سے نوازنے کے لیے تیار ہے، جس سے وہ 1969 میں ملکہ الزبتھ کے بعد یہ اعزاز حاصل کرنے والے دوسرے غیر ملکی معزز ہیں۔ یہ اعلان اس وقت کیا گیا جب پی ایم مودی اپنے تین ملکوں کے پہلے مرحلے میں نائجیریا پہنچے۔ مودی کے دورے کا مقصد ہندوستان اور نائجیریا کے درمیان اسٹریٹجک تعلقات کو گہرا کرنا ہے، یہ شراکت داری حالیہ برسوں میں نمایاں طور پر بڑھی ہے۔ ابوجا پہنچنے پر، پی ایم مودی کا نائجیریا کے وفاقی دارالحکومت علاقہ کے وزیر نیسوم وائیکے نے گرمجوشی سے استقبال کیا، جنہوں نے انہیں ابوجا کے 'شہر کی چابی' پیش کی۔ وزیر اعظم مودی نے ایک بیان جاری کیا جس میں نائجیریا میں ان کے پہلے پڑاؤ کا اشارہ دیا گیا۔ صدر بولا احمد تینوبو کی دعوت پر یہ میرا نائجیریا کا پہلا دورہ ہوگا، جو مغربی افریقی خطے میں ہمارا قریبی ساتھی ہے۔ میرا یہ دورہ ہماری اسٹریٹجک شراکت داری کو استوار کرنے کا ایک موقع ہوگا جو جمہوریت میں مشترکہ یقین پر مبنی ہے۔ میں ہندوستانی برادری اور نائجیریا کے دوستوں سے ملنے کا بھی بے تابی سے منتظر ہوں جنہوں نے مجھے ہندی میں پرتپاک خیر مقدم کے پیغامات بھیجے ہیں۔ ہندوستان اور نائجیریا گرمجوشی، دوستانہ اور گہرے دو طرفہ تعلقات سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ پی ایم مودی کا یہ دورہ 17 سالوں میں ہندوستان کے کسی وزیر اعظم کا نائجیریا کا پہلا دورہ ہے۔ ہندوستان اور نائجیریا کے درمیان بڑھتے ہوئے اقتصادی، توانائی اور دفاعی تعاون کے ساتھ 2007 سے گرمجوشی اور دوستانہ دوطرفہ تعلقات ہیں۔ 200 سے زیادہ ہندوستانی کمپنیوں نے نائجیریا میں کلیدی شعبوں میں 27$ بلین سے زیادہ کی سرمایہ کاری کی ہے، جس سے ایک ترقیاتی شراکت دار کے طور پر ہندوستان کی پوزیشن مستحکم ہوئی ہے۔

وزیر اعظم مودی نے نائجیریا کے صدر بولا احمد ٹینوبو سے ملاقات کی

ابوجا// وزیر اعظم نریندر مودی نے اتوار کو ابوجا کے صدارتی ولا میں نائجیریا کے صدر بولا احمد تینوبو سے ملاقات کی۔ دونوں رہنماؤں نے ابوجا میں ایوان صدر میں ایک میٹنگ کی۔ اس سے قبل، تینوبو نے بھی وزیر اعظم مودی کے نائجیریا کے تاریخی پہلے دورے پر ان کا استقبال کرنے کے لیے اپنی بے تابی کا اظہار کیا۔ ایکس پر ایک پوسٹ شیئر کرتے ہوئے، نائجیریا کے صدر نے لکھا، "میں وزیر اعظم نریندر مودی کے نائجیریا کے پہلے دورے پر ان کا استقبال کرنے کا منتظر ہوں، جو کہ 2007 کے بعد کسی ہندوستانی وزیر اعظم کا ہمارے پیارے ملک کا پہلا دورہ ہے۔ ہماری دوطرفہ بات چیت ہوگی۔ دونوں ممالک کے درمیان اسٹریجک شراکت داری کو وسعت دینے اور اہم شعبوں میں تعاون کو بڑھانے کی کوشش کریں گے۔ میٹنگ کے دوران، پی ایم مودی اور صدر تینوبو اپنی دوطرفہ بات چیت کے دوران نائجیریا اور ہندوستان کے تعلقات کو مزید مضبوط بنانے کی کوشش کریں گے۔ نائجیریا کے صدر دفتر نے ایک بیان میں کہا کہ دونوں رہنما اہم شعبوں میں تعاون کو بڑھانے کے لیے دستخط شدہ مفاہمت کی یادداشتوں کا تبادلہ کریں گے۔ قابل ذکر ہے کہ پی ایم مودی اتوار کو اپنے تین ملکوں کے دورے کے پہلے مرحلے میں نائجیریا پہنچے۔ ان کی آمد پر، وزیر اعظم مودی کا وفاقی جمہوریہ نائجیریا کے دارالحکومت ابوجا میں وفاقی دارالحکومت علاقہ کے وزیر نے گرمجوشی سے استقبال کیا۔ وزیر موصوف نے پی ایم مودی کو ابوجا کی 'شہر کی چابی' پیش کی۔ چابی نائجیریا کے لوگوں کی طرف سے وزیر اعظم پر دیئے گئے اعتماد اور عزت کی علامت ہے۔ پی ایم مودی 17 نومبر سے 21 نومبر تک نائجیریا، برازیل اور گیانا کے تین ملکوں کے دورے پر ہیں۔

ہندوستان AMR کا مقابلہ کرنے میں عالمی کوششوں کی حمایت کرنے کیلئے پرعزم/ انوپریہ

جدہ// صحت اور خاندانی بہبود کی مرکزی وزیر مملکت محترمہ انوپریہ سنگھ پٹیل نے آج جدہ، مملکت سعودی عرب میں چوتھی وزارتی اعلیٰ سطحی عالمی کانفرنس سے اینٹی مائکروبیل مزاحمت (AMR) سے خطاب کیا۔ کانفرنس کا تھیم "اعلان سے نفاذ تک - اے ایم آر کی روک تھام کے لیے کثیر شعبہ جاتی شراکت کے ذریعے کارروائیوں کو تیز کرنا" تھا۔ اس موقع پر خطاب کرتے ہوئے محترمہ پٹیل نے کہا، اینٹی مائکروبیال ریزسٹنس ایک عالمی صحت کا خطرہ ہے، جس کے لیے ون ہیلتھ اپروچ کے ذریعے فوری کارروائی کی ضرورت ہے جو کہ انسانوں، جانوروں اور پودوں کی صحت کے ساتھ ساتھ ماحولیاتی اور دیگر متعلقہ شعبوں میں تعاون کو فروغ دیتا ہے۔ اینٹی مائکروبیل ریزسٹنس (AMR) کے اعلامیے میں کیے گئے وعدوں کو عملی جامہ پہنانے کے لیے عملی اقدامات کے ایک سیٹ کا خاکہ پیش کرتے ہوئے، محترمہ پٹیل نے نگرانی کو مضبوط بنانے، تعاون کو فروغ دینے، اور اینٹی مائکروبیل رسائی میں اہم رکاوٹوں کو دور کرنے کی اہمیت پر زور دیا۔ انہوں نے کہا، "ہندوستان نے ایک جامع نقطہ نظر کی تجویز پیش کی ہے جس کا مقصد تمام شعبوں میں اے ایم آر کا پتہ لگانے اور نگرانی کی صلاحیتوں کو بہتر بنانا ہے، جس سے مقامی اور قومی دونوں سطحوں پر شواہد پر مبنی اینٹی مائکروبائل استعمال کی رہنمائی کے لیے ڈیٹا کے استعمال کو قابل بنایا جائے۔ یہ تمام شعبوں میں مربوط اور قابل عمل نگرانی کے نظام کی تشکیل کی بنیاد رکھے گا۔ ہندوستان کی تجاویز میں اے ایم آر کے خلاف جنگ میں گورننس کو بڑھانے کے لیے پائیدار فنانسنگ اور تحقیقی سرمایہ کاری کو ترجیح دینا، نیز موثر حکمرانی کے لیے واضح جوابدہی کا فریم ورک قائم کرنا شامل ہے۔ ہندوستان اے ایم آر ملٹی پارٹنر ٹرسٹ فنڈ کے قیام اور 2025 میں چار فریقی تنظیموں کے ذریعہ اے ایم آر کے خلاف کارروائی کے ثبوت پر ایک آزاد پینل کے قیام کی بھی حمایت کرتا ہے۔ محترمہ پٹیل نے سیکٹرل اور ملٹی سیکٹرل تعاون اور ہم آہنگی کو مضبوط بنانے کے لیے رکن ممالک کے لیے تعاون بڑھانے پر زور دیا۔ انہوں نے کہا کہ ہندوستان ترقی پذیر ممالک میں، خاص طور پر کم اور درمیانی آمدنی والے ممالک میں اینٹی مائکروبائل، تشخیص، اور ویکسین کی رسائی اور قابل استطاعت میں رکاوٹوں کو دور کرنے کی اہمیت پر بھی زور دیتا ہے۔ ایک اہم حل تجویز کیا گیا ہے کہ مقامی یا علاقائی مینوفیکچرنگ ہب کا قیام اور منصفانہ رسائی کو یقینی بنانے کے لیے ریگولیٹری میکانزم کو مضبوط کیا جائے۔ محترمہ پٹیل نے AMR سے متعلق اموات کی بنیادی شرحوں کا حساب لگانے کے لیے شماریاتی ماڈلنگ میں صلاحیت سازی کی ضرورت پر روشنی ڈالی، جس سے رکن ممالک کو AMR سے متعلق اموات کو 10٪ تک کم کرنے کے عالمی ہدف کی طرف پیش رفت کو ٹریک کرنے میں مدد ملتی ہے جیسا کہ یو این جی اے کے سیاسی اعلامیے میں کہا گیا ہے۔ اس نے اس بات پر بھی زور دیا کہ AMR میں کردار ادا کرنے والے عوامل مختلف ممالک اور خطوں میں مختلف ہوتے ہیں، اور اس لیے چیلنج سے موثر طریقے سے نمٹنے کے لیے اقدامات کو مقامی تناظر کے مطابق بنایا جانا چاہیے۔ ہندوستان AMR کا مقابلہ کرنے میں عالمی کوششوں کی حمایت کرنے کے لیے پرعزم ہے اور اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ حل سیاق و سباق کے مطابق اور پائیدار ہوں۔

تکنیکی ٹیکسٹائل ہندوستان کی اقتصادی ریڑھ کی ہڈی بنیں گے/ گری راج سنگھ

نئی دلی//

ٹیکسٹائل کے مرکزی وزیر جناب گری راج سنگھ نے ہندوستانی بین الاقوامی تجارتی میلے (آئی آئی ٹی ایف) میں خصوصی ہینڈلوم اور دستکاری نمائش کمپلیکس کے تحت ٹیکسٹائل پویلین کا افتتاح کیا۔ چیترا مارگریتا، ٹیکسٹائل کے وزیر مملکت جناب گری راج سنگھ اور جناب پبتر امارگریٹا نے پویلین میں مختلف اسٹالز کا دورہ کیا اور ہینڈلوم کے بنکروں اور کاریگروں کے ساتھ بات چیت کی۔ 43 ویں انڈیا انٹرنیشنل ٹریڈ فیئر (آئی آئی ٹی ایف) میں خطاب کرتے ہوئے، ایچ ایم او ٹی نے ٹیکسٹائل انڈسٹری میں کاربن ریشوں کی اہمیت پر زور دیا اور ہندوستان تکنیکی ٹیکسٹائل کو بڑھاوا دینے پر توجہ مرکوز کر رہا ہے۔ ایچ ایم او ٹی نے مزید کہا کہ ٹیکنیکل ٹیکسٹائل میں 12 عمودی یا شعبے ہیں۔ جناب گریراج سنگھ نے کہا کہ وزیر اعظم نے اس سیکٹر میں آر اینڈ کے لیے پندرہ سو کروڑ دیے ہیں اور ہمارا ملک ٹیکنیکل ٹیکسٹائل اور ٹیکنیکل ٹیکسٹائل کی برآمد پر زیادہ توجہ دینے سے ہندوستان کی اقتصادی ریڑھ کی ہڈی بن جائے گا۔ ایچ ایم او ٹی نے مزید کہا کہ جیسا کہ ہندوستان برسا منڈا کی 150 ویں یوم پیدائش منا رہا ہے، اس تقریب کا تھیم 'قبائلی کمیونٹی' کو معنون ہے۔ جناب گری راج سنگھ نے زور دے کر کہا کہ حکومت بنکروں اور ان کے خاندانوں کے لیے بہتر آمدنی کے مواقع کے لیے ٹیکسٹائل ویلیو چین کو بہتر بنانے کی کوشش کر رہی ہے۔ انہوں نے یہ بھی کہا کہ ہندوستان میں دنیا کی سب سے بڑی ہینڈلوم کمیونٹی ہے جو پائیداری اور توانائی کی کارکردگی پر مرکوز ہے۔

جنرل دویدی کو نیپال کے آرمی چیف کے اعزازی رینک سے نوازا جائیگا

نئی دلی// ہندوستان اور نیپال کے فوجی تعلقات کی مضبوط عکاسی میں ہندوستانی فوج کے سربراہ جنرل اوپیندر دویدی کو کھٹمنڈو میں ایک خصوصی تقریب میں صدر شری رام چندر پوڈیل کی طرف سے نیپالی فوج کے جنرل کے اعزازی عہدے سے نوازا جائے گا۔ دفاعی ذرائع نے اس بات کی تصدیق کی کہ آرمی چیف جنرل اوپیندر دویدی اگلے ہفتے نیپال کے سرکاری دورے پر روانہ ہونے والے ہیں، جو دونوں ممالک کے درمیان ابھرتی ہوئی فوجی سفارت کاری کے ایک اور اہم باب کی نشاندہی کریں گے۔ ہندوستانی اور نیپالی فوجیں آپس میں اچھے تعلقات میں اور ہندوستانی آرمی چیف نیپالی فوج کے اعزازی سربراہ بھی ہیں۔ فوجی تعلقات کا ایک لازمی حصہ دونوں ممالک کے متعلقہ چیف آف آرمی سٹاف کو جنرل کے اعزازی عہدے سے نوازنے کی روایت ہے۔ توقع ہے کہ جنرل دویدی کے دورے سے اس علامتی بندھن کو مزید تقویت ملے گی اور ہندوستان اور نیپال کے درمیان مشترکہ فوجی وراثت کی توثیق ہوگی۔ "یہ دورہ ہندوستان اور نیپال کے درمیان گہرے فوجی تعلقات کی نشاندہی کرتا ہے، جو مشترکہ تاریخ، اسٹریجک مفادات، اور مختلف سیکورٹی اور دفاعی معاملات پر تعاون کی ایک صدی سے زیادہ پروان چڑھے ہیں۔" یہ تقریب کھٹمنڈو میں صدر کی سرکاری رہائش گاہ 'شیتل نواس' میں منعقد کی جاتی ہے جس میں تقریب کے دوران چیف کو ایک تلوار اور طومار پیش کیا جاتا ہے۔ ہندوستان اور نیپال کے درمیان ہمیشہ ایک خاص رشتہ رہا ہے، جسے ثقافتی، تاریخی اور جغرافیائی عوامل سے تقویت ملی ہے۔ یہ رشتہ ایک مضبوط فوجی شراکت داری میں تبدیل ہوا ہے جو علاقائی سلامتی کو بڑھانے میں کلیدی کردار ادا کرتا ہے۔

بھارت کا کینیڈا پر خالصتانی انتہا پسندی کو نظر انداز کرنے کا الزام

نئی دلی// بھارت نے کینیڈا پر الزام لگایا ہے کہ اس نے ملک میں "خالصتانی" انتہا پسندی کی بحالی پر آنکھیں بند کر رکھی ہیں، جس نے "خالصتانی" کے حامیوں کی طرف سے بھارت مخالف اور ہندو مخالف سرگرمیوں میں اضافہ دیکھا ہے۔ حالیہ واقعات میں برامپٹن میں ایک ہندو مندر پر حملہ اور سرے، برٹش کولمبیا میں ایک تصادم شامل ہے۔ دونوں میں "خالصتانی" غنڈے شامل ہیں۔ دہشت گرد تنظیم سکھس فار جسٹس کے رہنما گروپتونت سنگھ پنن، جسے ہندوستان نے دہشت گرد قرار دیا ہے، ان حملوں کے پیچھے سمجھا جاتا ہے۔ کینیڈا کی پولیس کو ان پرتشدد ہجوم کے خلاف موثر کارروائی کرنے میں ناکامی پر تنقید کا نشانہ بنایا گیا ہے، جس کے نتیجے میں ملوث ہونے کے الزامات عائد کیے گئے ہیں۔

پیٹنٹ کی درخواستوں کے معاملے میں ہندوستان اب عالمی سطح پر 6 ویں نمبر پر

نئی دلی//

ورلڈ انٹلیکچول پراپرٹی آرگنائزیشن (WIPO) جو ہر سال ورلڈ انٹلیکچول پراپرٹی انڈیکیٹرز کی رپورٹ شائع کرتی ہے جو کہ عالمی سطح پر ایک جامع تجزیہ فراہم کرتی ہے۔ پیٹنٹ کی درخواستوں کے معاملے میں 2023 میں 64,480 پیٹنٹ فائلنگ کے ساتھ ہندوستان اب عالمی سطح پر 6 ویں نمبر پر ہے۔ یہ رپورٹ ابھرتی ہوئی مارکیٹوں اور اختراعی مراکز پر خصوصی توجہ کے ساتھ اہم عالمی معیشتوں میں پیٹنٹس، ٹریڈ مارکس اور صنعتی ڈیزائن کی ترقی اور ارتقاء کو نمایاں کرتی ہے۔ ان معیشتوں میں سے، ہندوستان عالمی آئی پی کے منظرنامے میں تیزی سے ترقی کرنے والے کھلاڑی کے طور پر نمایاں ہے، جس نے تینوں بڑے آئی پی زمروں یعنی پیٹنٹ، ٹریڈ مارک اور صنعتی ڈیزائن میں نمایاں پیش رفت کی ہے۔ درحقیقت، یہ ہندوستان کو انٹلیکچول پراپرٹی سرگرمی کے لحاظ سے چین، امریکہ، جاپان اور جنوبی کوریا سمیت سرکردہ ممالک میں ڈالتا ہے۔ پیٹنٹ کی عالمی درجہ بندی میں ہندوستان کا اضافہ اس کی وسیع اور متنوع معیشت کے پیش نظر خاص طور پر قابل ذکر ہے، جس میں زراعت جیسے روایتی شعبوں سے لے کر جدید ترین صنعتوں جیسے فارماسیوٹیکل، انفارمیشن ٹیکنالوجی، اور قابل تجدید توانائی شامل ہیں۔ ملک نے پیٹنٹس، ٹریڈ مارکس اور صنعتی ڈیزائن کے لیے سرفہرست 10 ممالک میں جگہ حاصل کرتے ہوئے، دانشورانہ املاک کی فائلنگ میں عالمی رہنما کے طور پر اپنی پوزیشن مستحکم کرلی ہے۔ یہ کامیابی ہندوستان کی بڑھتی ہوئی اختراعی صلاحیت کی نشاندہی کرتی ہے، جس میں ملک پیٹنٹ ایپلی کیشنز، برانڈ کے تحفظ اور ڈیزائن کی اختراع میں نمایاں پیشرفت کر رہا ہے۔ 2024 کی رپورٹ میں سب سے زیادہ قابل ذکر نتائج میں سے ایک عالمی آئی پی لینڈ اسکیپ میں ہندوستان کی غیر معمولی کارکردگی ہے۔ ہندوستان نے 2023 میں پیٹنٹ کی درخواستوں میں غیر معمولی + 15.7 فیصد اضافہ ریکارڈ کیا، مسلسل پانچویں سال دوہندسوں کی ترقی کا سلسلہ جاری رکھا۔ یہ اضافہ ہندوستان کو عالمی پیٹنٹ فائلنگ میں تعاون کرنے والے سرفہرست ممالک میں شامل کرتا ہے، جو کہ عالمی جدت کے مرکز کے طور پر ملک کے بڑھتے ہوئے کردار کا اشارہ دیتا ہے۔ کووڈ۔ 19 بحران کے دوران آئی پی فائلنگ کی لچک معاشی بحالی اور ترقی کو آگے بڑھانے میں دانشورانہ املاک کی پائیدار اہمیت کو مزید واضح کرتی ہے۔ تاریخ میں پہلی بار، 2023 میں ہندوستان کی پیٹنٹ کی درخواستوں میں سے نصف سے زیادہ (55.2 فیصد) رہائشیوں کی طرف سے دائر کی گئیں، جو ایک اہم سنگ میل ہے۔ یہ ہندوستان کی بڑھتی ہوئی گھریلو اختراعی صلاحیتوں کو ظاہر کرتا ہے۔ ہندوستانی کمپنیاں، یونیورسٹیاں، اور تحقیقی ادارے اب نئی ٹیکنالوجیز اور دانشورانہ املاک پیدا کرنے میں اہم کردار ادا کر رہے ہیں۔ ہندوستان نے بھی پچھلے سال کے مقابلے 2023 میں پیٹنٹ حاصل کرنے والوں کی تعداد میں 149.4 فیصد اضافہ دیکھا۔

امریکہ 1,400 سے زیادہ چوری شدہ نوادرات ہندوستان کو واپس لوٹائے گا

نئی دلی//

مین ہٹن ڈسٹرکٹ اٹارنی کے دفتر کے ایک پریس بیان کے مطابق، ریاستہائے متحدہ امریکہ نے تقریباً 10 ملین ڈالر مالیت کے 1,400 لوٹے گئے فن پارے بھارت کو واپس کرنے کا اعلان کیا ہے۔ چوری شدہ نوادرات جن کو واپس کیا جا رہا ہے، ان میں 1980 کی دہائی کے اوائل میں مدھیہ پردیش کے ایک مندر سے چوری ہونے والے ایک آسمانی رقاصہ کا ریت کے پتھر کا مجسمہ بھی شامل ہے۔ اسے لوٹ لیا گیا اور اسے دو حصوں میں تقسیم کر دیا گیا تاکہ اسمگلنگ اور فروخت کو آسان بنایا جا سکے۔ پیشہ ورانہ طور پر دوبارہ اسمبل کیا گیا، اس مجسمے کو بعد میں چور کے ایک کلائنٹ نے میٹروپولیٹن میوزیم آف آرٹ کو عطیہ کر دیا۔ مجسمہ ٹیکسٹائل ڈپارٹمنٹ میں اس وقت تک نمائش کے لیے موجود رہی جب تک کہ اے آرٹ تحسیفٹ یونٹ (ATU) نے 2023 میں پکڑ لیا۔ آج کی وطن واپسی تاریخ کے سب سے بڑے مجرموں میں سے ایک کے ذریعہ نوادرات کی اسمگلنگ کی کئی سالہ بین الاقوامی تحقیقات میں ایک اور رخ کی نشاندہی کرتی ہے۔ ایچ ایس آئی نیویارک کے خصوصی ایجنٹ انچارج ولیم ایس واکر نے کہا کہ ایچ ایس آئی نیویارک اور مین ہٹن ڈسٹرکٹ اٹارنی آفس میں ہمارے ساتھیوں نے ہندوستان اور اس سے باہر کے ہمارے شراکت داروں کے ساتھ اسمگلنگ کے نیٹ ورکس میں خلل ڈالنے اور اسے ختم کرنے کے لیے انتھک محنت کی ہے اور بدلے میں ان قیمتی نمونوں کو بازیافت کیا ہے۔

از دفتر نائب تحصیلدار جڈی بل سرینگر

عنوان: درخواست منجانب محمد مقبول ڈار ولد غلام محمد ڈار ساکنہ گلشن آباد نور باغ باغوان پورہ سرینگر بغرض حصول لیگل ہیئر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کی والدہ متوفیہ عزیزی بیگم ساکنہ گلشن آباد باغوان پورہ مورخہ 10/04/2024 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیئر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ متوفی کنبہ بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
محمد مقبول ڈار	۵۶	بیٹا	سرکاری ملازم	ریٹائرڈ
گل محمد ڈار	۵۴	--	زمینداری	
عبدالرشید ڈار	۵۰	---	...	
حاجرہ دختر---	۴۹	بیٹی	گھریلو کام	
سلیمہ دختر---	۵۷	---	.....	
لطیف احمد ڈار	۴۶	بیٹا	مزدوری	

اس کے علاوہ اور کوئی افراد کنبہ نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار جڈی بل

از دفتر نائب تحصیلدار زونی مر سرینگر

عنوان: درخواست منجانب حاجرہ زوجہ مرحوم مختار احمد گنائی ساکنہ محلہ پازوال پورہ زونی مر سرینگر بغرض حصول لیگل ہیئر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائلہ ہے کہ اس کی شوہر متوفی مختار احمد گنائی ساکنہ محلہ پازوال پورہ زونی مر سرینگر مورخہ 02/03/2017 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیئر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ متوفی کنبہ بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
حاجرہ	۶۹	زوجہ	گھریلو کام	
ضمیر احمد گنائی	۴۰	پسر شادی شدہ	سرکاری ملازم	
عمران احمد	۳۹	پسر----	پرائیوٹ ملازم	
افروزہ	۳۷	دختر----	گھریلو کام	
شاہدہ	۳۵	---	....	

اس کے علاوہ اور کوئی افراد کنبہ نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ 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 پچھواری تحصیل خانصاحب باجلاس محمد یاسین صاحب نائب تحصیلدار

عنوان: درخواست از جانب ریاض احمد بٹ ولد غلام محمد بٹ ساکنہ گروسٹھ کلاں تحصیل خانصاحب اجرائی RBA سرٹیفکیٹ تحت ایس آر او ۲۹۴

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں ہر خاص و عام کو بذریعہ اشتہار آگاہ کیا جاتا ہے کہ سائل نے ایک درخواست نسبت اجرائی RBA سرٹیفکیٹ پیش کی ہے۔ جو کہ فتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ پٹواری حلقہ سے رپورٹ اور ریونیو ریکارڈ طلب کیا گیا ہے جس کے مطابق سائل کے تمام جائیداد منقولہ و غیر منقولہ موضع گروسٹھ کلاں میں موجود ہے اور تا حال بھی وہ ھذا سے ترک سکونت نہیں کی ہے۔ کنبے کی زرعی و غیر زرعی آمدنی ماہوار 15833 روپے تک ہے۔ اور کنبہ ۸ افراد پر مشتمل ہے۔ اور تفصیل افراد کنبہ بذیل درج ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	پیشہ	ماہوار آمدنی
غلام محمد بٹ ولد سونہ بٹ	۵۵	زمینداری	
عتیقہ بانو زوجہ غلام محمد بٹ	۵۴	گھریلو کام	
ریاض احمد بٹ ولد غلام محمد	۲۹	مزدوری	5000
زبیر احمد بٹ ولد غلام محمد	۲۶	مزدوری	5000
جاوید احمد بٹ ولد غلام محمد	۲۳	مزدوری	5000
عشرت دختر غلام محمد	۲۱	زیر تعلیم	
سمیرہ دختر غلام محمد	۱۸	----	
توصیف احمد ولد غلام محمد	۱۴	-----	

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

نائب تحصیلدار پچھواری

سردیوں میں قدرت کا تحفہ ''کینو''

سردیوں کی آمد کے ساتھ ہی آپ کو کینو کی صورت میں ہر جگہ نارنجی رنگ کی بہار نظر آنے لگتی ہے۔ ذائقے کی بات کریں تو دنیا کا سب سے بہترین کینو پاکستان میں دستیاب ہے اور اس کا ذائقہ لوگوں کے دلوں کو خوب بھاتا ہے۔ ہر سال سردیوں کے موسم میں یہ سب سے زیادہ فروخت ہونے والا پھل ہے، جسے بڑی تعداد میں برآمد بھی کیا جاتا ہے۔ کینو کا ترش ذائقہ کیلوریز میں کم اور غذائی اجزا سے بھرپور ہوتا ہے جبکہ اس میں موجود وٹامنز اسے بہترین پھل بناتے ہیں۔ قدرت کا یہ عظیم پھل ان گنت اجزا سے مالا مال ہے، جن میں کاربوہائیڈریٹ، فائبر، پروٹین، وٹامن اے، تھامین، وٹامن سی، فولیٹ، فلیونوئیڈز، فاسفورس، تانبا اور پوٹاشیم جیسی معدنیات شامل ہیں۔

دل کی بیماریوں سے تحفظ: کینو میں موجود وٹامن سی شریانوں کو سخت نہیں ہونے دیتا اور یوں بندہ امراض قلب سے محفوظ رہتا ہے۔ اس سے بلڈ پریشر بھی قابو میں رہتا ہے کیونکہ خون کی شریانیں بہتر ہونے سے خون کا بہاؤ ہموار رہتا ہے اور بلڈ پریشر کا مرض پیدا نہیں ہوتا۔

کینسر سے بچاؤ: کینو میں موجود اینٹی آکسیڈنٹس خلیات اور ڈی این اے کو ٹوٹ پھوٹ سے محفوظ رکھتے ہیں، جو کینسر کی وجہ بنتے ہیں۔ کئی مطالعوں سے کینو کو آنتوں کے سرطان میں بھی مفید پایا گیا ہے۔

زہریلے مادوں کا اخراج: اگر آپ ایک گلاس روزانہ کینو کا جوس پیتے ہیں تو یہ بدن میں صفائی کا کام کرتے ہوئے تمام زہریلے اور فاسد مواد کو ختم کرتا ہے۔ اس عمل کو ڈی ٹاکسی فکیشن کہا جاتا ہے۔

مدافعتی نظام میں بہتری: قدرت نے ہمارے بدن میں امراض سے لڑنے والا ایک شاندار نظام بنایا ہے، جسے مدافعتی نظام (امیون سسٹم) کہا جاتا ہے۔ وٹامن سی اس نظام کو مزید طاقتور کر دیتا ہے۔ وٹامن سی کو ''ایسکاربک ایسڈ'' بھی کہا جاتا ہے، جو بدن میں اینٹی آکسیڈنٹ کا کام کرتا ہے اور جسم کو نقصان پہنچانے والے فری ریڈیکلز کو بننے نہیں دیتا۔ یہ انسانی جسم میں نئی بافتوں کی پیداوار میں بھی مددگار ہوتا ہے۔

جلد اور بالوں کیلئے مفید: کینو وٹامن سی سے بھرپور ہوتا ہے جبکہ اس میں وٹامن اے بھی پایا جاتا ہے، جو بالوں کی نمی برقرار رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ وٹامن سی جلد اور بالوں کے لیے کافی مفید ہے اور اس کی مناسب مقدار صرف جسم کے دفاعی نظام کو ہی مضبوط نہیں کرتی بلکہ ایک پروٹین کولیجن کی مقدار مستحکم رکھنے میں بھی مدد دیتی ہے، جو بالوں اور جلد کے لیے بہت ضروری ہے۔

دماغی افعال میں بہتری: کینو میں موجود مختلف اجزا جیسے پوٹاشیم، وٹامن بی 9 اور اینٹی آکسیڈنٹس دماغ کے لیے فائدہ مند مانے جاتے ہیں۔ پوٹاشیم دماغ کی جانب دوران خون بڑھانے اور اعصابی سرگرمیاں بڑھانے پر توجہ مرکوز کرنے کے لیے ضروری ہے۔ وٹامن بی 9 عمر بڑھنے سے ہونے والی دماغی تنزلی کی روک تھام کر کے الزائمر کے مرض سے بچاتا ہے۔

خون کی کارکردگی میں بہتری: کینو کا استعمال نہ صرف خون کی گردش بڑھاتا ہے بلکہ سرخ خلیات کی پیداوار میں مدد دے کر نیا خون پیدا کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔ اس میں موجود فولیٹ اور وٹامن بی خون کی گردش میں تیزی اور نئے خون کی پیداوار میں مدد دیتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق جو لوگ پوٹاشیم سے بھرپور غذا کھاتے ہیں، ان میں خون کی شریانوں کے مسائل جیسے امراض قلب یا فالج وغیرہ سے موت کا خطرہ 49 فیصد تک کم ہو جاتا ہے۔

ہاضمہ میں بہتری: کینو، فائبر کے حصول کا بہترین ذریعہ ہیں۔ فائبر معدے کی صحت کے لیے بہت ضروری جزو ہے جو کہ قبض، بدہضمی اور دیگر مسائل کی روک تھام کرتا ہے۔

مردوں کے لیے باپ بننے کی بہترین عمر کیا ہے

برسوں سے خواتین کے بارے میں کہا جا رہا ہے کہ وہ بچوں کی پیدائش کے لیے عمر کی تیسری یا چوتھی دہائی کا انتظار مت کریں مگر اب یہ حقیقت سامنے آئی ہے کہ باپ کی عمر بھی اولاد کی صحت پر اثرانداز ہوتی ہے۔ تحقیق کے مطابق ادھیڑ عمر افراد کے بچے پیدائشی طور پر کم صحت مند ہوتے ہیں۔ یہ دعویٰ امریکا میں ہونے والی ایک طبی تحقیق میں سامنے آیا۔ اسٹینفورڈ یونیورسٹی کی تحقیق کے دوران 4 کروڑ سے زائد بچوں کی پیدائش کے ڈیٹا کا جائزہ لے کر والدین کی عمر اور بچے کی صحت پر اس کے اثرات کا تجزیہ کیا گیا۔ نتائج سے معلوم ہوا کہ والد کی عمر اگر 45 سال ہو تو بچوں کی قبل از وقت پیدائش، کم پیدائشی وزن اور زچگی کے بعد طبی امداد جیسے وینٹی لیشن یا دیگر کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ تحقیق میں مزید بتایا گیا کہ والد کی عمر اگر 45 تک ہو تو بچے کی قبل از وقت پیدائش یا کم پیدائشی وزن کا خطرہ 14 فیصد تک بڑھ جاتا ہے۔ محققین کا تو یہ بھی دعویٰ ہے کہ اس عمر کے مردوں کی بیویوں میں بھی دوران زچگی ہائی بلڈ شوگر کا مسئلہ سامنے آسکتا ہے، جس کی وجہ عمر بڑھنے سے مردوں کے اسپرم میں آنے والی تبدیلیاں ہیں۔ محققین کا کہنا تھا کہ اس طرح کے منفی نتائج سے بچنا اس صورت میں ممکن ہے اگر مرد بچوں کی پیدائش کے لیے 45 سال تک کی عمر کا انتظار مت کریں۔ عمر بڑھنے سے ان کے مستقبل کے بچوں کے لیے خطرات بھی بڑھتے چلے جاتے ہیں اور ادھیڑ عمری میں بچوں کے خواہشمند افراد کو اس حوالے سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہیے۔ اس تحقیق کے نتائج طبی جریدے بی ایم جے میں شائع ہوئے۔ والد کا بچے کے ساتھ زیادہ وقت گزارنا مثبت: ایک طبی تحقیق میں دعویٰ کیا گیا ہے کہ بچوں کی پیدائش کے بعد ابتدائی مہینوں میں والد کا ان کے ساتھ وقت گزارنا ان کی شعوری ترقی کے لیے نہایت مثبت ہے۔ آکسفورڈ یونیورسٹی، امپیریل کالج لندن اور کنگز کالج لندن کے ماہرین نے بچوں کی پیدائش کے تین ماہ تک والد کے ان کے ساتھ برتاؤ اور کچھ سال بعد ان بچوں کی شعوری ترقی پر ایک تحقیق کی۔ انفینٹ مینٹل ہیلتھ جرنل میں شائع ہونے والی اس تحقیق کے نتائج میں سامنے آیا کہ وہ بچے جن کے والد ان کی پیدائش کے تین ماہ بعد ان کے ساتھ زیادہ وقت گزارتے اور کھیلتے تھے، ان کا شعور دو سال کی عمر میں کافی بہتر تھا۔ محققین نے کہا کہ ایک بچے کی ترقی میں کئی عوامل اہم ہیں اور والد کا اپنے بچوں کے ساتھ فعال رویہ بھی ان میں سے ایک ہو سکتا ہے۔ امپیریل کالج کے پروفیسر پال رامچندانی نے کہا کہ ابتدائی تین ماہ کے دوران والد اور بچے کا آپسی تعلق، بچے کی شعوری ترقی میں مثبت بہتری کو 2 سال بعد سامنے لاتا ہے۔ تحقیق کے دوران محققین نے والدین کی اپنے بچوں کے ساتھ برتاؤ کی ویڈیوز بنائیں، جن میں ابتدائی تین ماہ میں والدین اپنے بچوں کے ساتھ کھلونوں سے کھیلتے نظر آئے۔ جس کے بعد 2 سال کی عمر میں ان کا ایک ریڈنگ سیشن کیا گیا جس سے ہر بچے کی ذہنی ترقی یعنی مینٹل ڈیولپمنٹ انڈیکس (ایم ڈی آئی) جانچا گیا۔ اس تحقیق میں یہ بھی سامنے آیا کہ والد کے اپنے بچوں کے ساتھ فعال برتاؤ کے باعث لڑکوں اور لڑکیوں دونوں کا ایم ڈی آئی اسکور اچھا رہا۔ پروفیسر رامچندانی نے یہ بھی کہا کہ 'وہ والد جو اپنے بچوں کے ساتھ زیادہ ایکٹو اور بہتر برتاؤ کر رہے ہیں۔

او بلڈ گروپ کے مالک افراد کے لیے چند حقائق

انسانی خون کو 1900 کے اوائل میں 4 مختلف گروپس میں تقسیم کیا گیا تھا اور یہ کوئی راز نہیں کہ کسی فرد کے خون کا گروپ ہنگامی حالات یا محفوظ خون کی منتقلی کے لیے کتنا ضروری ہوتا ہے۔ مگر ہوسکتا ہے کہ آپ کو علم نہ ہو کہ خون کا مخصوص گروپ بھی انسانی صحت پر اثرات مرتب کرتا ہے۔ یہاں آپ او بلڈ گروپ کے حوالے سے سائنسی حقائق اور دلچسپ خیالات کے بارے میں جان سکیں گے۔ بلڈ گروپ مختلف کیوں ہوتے ہیں؟ کیا آپ جانتے ہیں کہ وہ کیا چیز ہے جو کسی مخصوص بلڈ گروپ کو کسی کے لیے جان لیوا اور کسی کے لیے حیات بخش ثابت ہوتی ہے؟ ان چاروں بلڈ گروپس کو جو چیز ایک دوسرے سے الگ کرتی ہے وہ اینٹی جنز ہے یعنی ایسے پروٹین یا کاربوہائیڈریٹ جو خون میں شامل ہو کر اینٹی باڈیز بنانے کا عمل تیز کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر اے بلڈ گروپ میں اینٹی جنز بھی اے ہوتے ہیں جبکہ بی بلڈ گروپ میں ٹائپ بی اینٹی جنز ہوتے ہیں۔ ویسے تو سائنسدان خون کے گروپس کو 35 کی تعداد میں تقسیم کرتے ہیں (یعنی انسانوں اور جانوروں کے گروپس) مگر دنیا کی نوے فیصد انسانی آبادی 8 بلڈ گروپس کی حامل ہوتی ہے یعنی اے پازیٹو، اے نیگیٹو، بی پازیٹو، بی نیگیٹو، او پازیٹو، او نیگیٹو، اے بی پازیٹو، اے بی نیگیٹو۔ اے پازیٹو اور او پازیٹو ایسے بلڈ گروپس ہیں جو مجموعی طور پر 65 فیصد تمام انسانی بلڈ گروپس پر مشتمل ہیں جبکہ اے بی نیگیٹو سب سے زیادہ نایاب ہوتا ہے۔ او بلڈ گروپ کے مالک افراد کسی کو بھی خون دے سکتے ہیں: او پازیٹو خون کا گروپ رکھنے والے افراد تمام چاروں گروپس کو خون دے سکتے ہیں، مگر ایسے افراد کو جن کا گروپ پازیٹو ہوگا جیسے او پازیٹو، اے پازیٹو، بی پازیٹو اور اے بی پازیٹو۔ او نیگیٹو بلڈ گروپ میں خون کے سرخ خلیات تمام 8 سب گروپس کو منتقل کیے جاسکتے ہیں اور انہیں یونیورسل ڈونر مانا جاتا ہے، مزید براں او نیگیٹو بلڈ خون رکھنے والے نومولود بچے امراض سے دوسروں کے گروپس کے مقابلے میں زیادہ محفوظ ہوتے ہیں۔ او بلڈ گروپ والوں کو صرف او بلڈ گروپ کے مالک ہی خون دے سکتے ہیں او پازیٹو گروپ رکھنے والے افراد او پازیٹو اور او نیگیٹو بلڈ گروپس کے مالک افراد سے خون لے سکتے ہیں۔

چند سیکنڈز میں جسم کی تھری ڈی اسکیننگ دکھانے والا طبی اسکینر تیار

کیلیفورنیا: ایک عشرے کی بھرپور محنت کے بعد پورے جسم کی اسکیننگ کرنے والا پی ای ٹی یا پوزیٹران ایمیشن ٹوموگرافی اسکینر تیار کیا گیا ہے جو موجودہ پیٹ اسکینر سے 40 گنا تیز رفتار ہے اور صرف ایک اسکین میں پورے جسم کا تھری ڈی ماڈل تیار کر سکتا ہے۔ اسے ایکسپلورر کا نام دیا گیا ہے، جس میں پی ای ٹی اور ایکس رے کمپیوٹر ٹوموگرافی کو باہم ملا کر استعمال کیا گیا ہے۔ کئی سال کی مسلسل محنت کے بعد اس کا پہلا نمونہ 2016ء میں سامنے آیا تھا جو قدرے چھوٹا تھا اور اس کے بعد پورے انسانی قد کے برابر اسکینر حال ہی میں بنایا گیا ہے۔ اسے یونیورسٹی آف کیلی فورنیا ڈے وس اور چین میں شنگھائی امیجنگ ہیلتھ کیئر نے مشترکہ طور پر بنایا ہے۔ اسکینر کے حیرت انگیز نتائج دیکھ کر ماہرین بہت خوش ہیں اور ان کے مطابق اسے مریضوں کے علاج اور تحقیق میں بھرپور طریقے سے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یونیورسٹی آف کیلی فورنیا میں نیوکلیئر میڈیسن کے ماہر اور اسکینر انجینئر رامسے بداوی نے کہا کہ 'اگرچہ یہ حیرت انگیز تصاویر اور تفصیل دکھاتا ہے لیکن اس میں تصاویر جوڑنے کا عمل مزید بہتر بنایا جائے گا، یہ عام پی ای ٹی اسکینر کے مقابلے میں بہت آگے ہے، اب تک ایسا کوئی آلہ نہیں بن سکا جو اس طرح کا تفصیلی جسمانی ڈیٹا ظاہر کرسکے۔ ایکسپلورر 20 سے 30 سیکنڈ میں پورے جسم کا اسکین بنالیتا ہے جو روایتی پی ای ٹی اسکینر کے مقابلے میں 40 گنا حساس اور تیز ہے۔ اس کے لیے مریض کو ریڈیائی ٹریسر کی کم مقدار دی جاتی ہے اور اس کے بدلے تفصیلی تصاویر لی جاسکتی ہیں جس کی بدولت سالماتی سطح پر بھی مرض کو جاننے میں مدد ملے گی۔

خوشگوار مزاج کے لیے بہترین غذائیں

صحت بخش اور متوازن غذا کا استعمال جسم کے لیے بہت ضروری ہوتا ہے مگر ایسا کرنا اس وقت بہت مشکل ہوسکتا ہے جب دن برا گزر رہا ہو، مگر کچھ غذائیں ایسی ہوتی ہیں جو جسمانی وزن میں کمی اور صحت ہی بہتر نہیں بناتی، بلکہ وہ مزاج کو خوشگوار بنانے کے لیے بھی فائدہ مند ہیں۔ یہ غذائیں درج ذیل ہیں۔

چاکلیٹ: جب آپ مایوسی کا شکار ہوں تو چاکلیٹ کا استعمال بہت فائدہ مند ثابت ہوتا ہے اس کا ذائقہ ذہن کو تحریک دیتا ہے اور آپ کو خوش باش بناتا ہے۔ ایک تحقیق میں یہ بات سامنے آئی کہ چاکلیٹ کا ذائقہ، خوشبو یا بناوٹ بھی لوگوں کو خوش باش بنا دیتی ہے، چاکلیٹ سے دماغ میں اچھا محسوس ہونے والے کیمیکل ڈوپامائن کی مقدار بڑھنے میں مدد ملتی ہے۔

چائے اور کافی: یہ گرم مشروبات صرف ذہن کو ہی نہیں جگاتے بلکہ مزاج کو بھی خوشگوار بناتے ہیں، جس کی وجہ دماغی مالیکیول ایڈینوسائن کے اثرات کو کیفین کی جانب سے بلاک کرنا ہے، کیفین ڈوپامائن اور گلیوٹامائن نامی کیمیکلز کو دماغ میں حرکت میں لاتا ہے جو کہ زیادہ الرٹ، مزاج کو بہتر بناتے ہیں۔ آسان الفاظ میں یہ گرم مشروبات ڈپریشن کا خطرہ کم کرتے ہیں۔

مچھلی: مچھلی اومیگا تھری فیٹی ایسڈز سے بھرپور ہوتی ہے جو کہ چڑچڑے پن اور ڈپریشن سے لڑنے میں مدد دینے والا جز ہے، اومیگا تھری یادداشت کو بہتر بنانے کے ساتھ توجہ مرکوز کرنے کی صلاحیت بھی بہتر بناتا ہے۔

انڈے: انڈے کسی بھی شکل میں کھائیں، صحت کے لیے بہت زیادہ فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ مسلز بنانے کے شوقین افراد کے لیے اس میں موجود پروٹین بہترین ہوتا ہے جبکہ وٹامن ڈی کی موجودگی جسمانی مدافعتی نظام بہتر کرتا ہے جس سے کھانسی، نزلہ زکام اور چھینکوں وغیرہ سے بچت ہوتی ہے، مگر وٹامن ڈی کا استعمال مزاج کے چڑچڑے پن کو بھی کم کرتا ہے جبکہ جسمانی وزن بھی کم ہوتا ہے۔

اخروٹ: گریاں خصوصاً اخروٹ متوازن غذا کے لیے اچھا انتخاب ہے، کسی بھی وقت اسے کھانا جسم کو میلاٹونین فراہم کرتا ہے جو کہ نیند کا معیار بہتر کرتا ہے بلکہ امراض قلب، ذیابیطس کا خطرہ اور ذہنی تناؤ کے باعث بننے والے ہارمون کی شرح کم کرتا ہے۔ اگر آپ جگمگاتی جلد اور بال چاہتے ہیں تو اخروٹ کو کھانا عادت بنالیں۔

کیلے: کیلے مزاج کو بہتر بناتے ہیں، اس پھل میں موجود جز tryptophan جسم میں سیروٹونین نامی ہارمون کے لیے فائدہ مند ہے، جسے خوشی کا ہارمون بھی کہا جاتا ہے۔ ہر کیلے میں میگنیشیم بھی ہوتا ہے جو کہ خوشگوار مزاج اور صحت بخش نیند کے لیے ضروری ہے۔ سب سے اچھی بات یہ ہے کہ یہ سب فوائد روزانہ صرف ایک کیلے کو کھا کر حاصل کیے جاسکتے ہیں۔

چینی کا کم استعمال: چینی کا استعمال ڈپریشن کا خطرہ بڑھاتا ہے، اس کی وجہ یہ چینی سے جسم کے اندر ورم کا امکان بڑھتا ہے جو دماغی افعال پر منفی اثرات مرتب کرتا ہے۔ جب کوئی فرد چینی سے دوری اختیار کرتا ہے تو ذہنی دھند کا احساس کم ہوتا ہے جبکہ ایک سے 2 ہفتے میں مزاج پر خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اگر میٹھے کا استعمال اعتدال میں رکھا جائے تو مزاج کو چڑچڑے پن سے بچانا ممکن ہوتا ہے۔

چکن: چکن میں ایک امینو ایسڈ ٹرائپٹوفن پایا جاتا ہے جو کہ ریلیف اور سکون کا احساس پیدا کرتا ہے۔ چکن کو کھانے سے دماغ میں سیروٹونین نامی کیمیکل کی مقدار بڑھنے کا بھی امکان ہوتا ہے جو کہ مزاج پر خوشگوار اثرات مرتب کرتا ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

کیا آپ ڈبے کے جوس پینا پسند کرتے ہیں

گزرتے وقت کے ساتھ ساتھ مارکیٹ میں نئے نئے برانڈز، جوس کے ڈبے متعارف کرا رہے ہیں اور لوگوں میں بھی ڈبے کے مشروبات پینے کی عادت میں اضافہ ہو رہا ہے۔ آج کل لوگ تازہ پھل کھانے سے زیادہ ڈبے کے مشروبات پینا پسند کرتے ہیں، حتیٰ کے کسی کو ہسپتال دیکھنے جائیں تو اس کے لیے بھی ڈبے کے جوس لے جانے کا فیشن بن چکا ہے۔ تاہم کیا آپ یہ جانتے ہیں کہ ڈبوں کے مشروبات آپ کی صحت کے لیے کتنے خطرناک ہوسکتے ہیں؟ حال ہی میں سامنے آئی ایک امریکی تحقیق کے مطابق نوجوان آج کل دودھ کی جگہ ڈبے کے جوس کا انتخاب زیادہ کرتے ہیں۔ تحقیق میں چند طلبہ پر تجربہ کیا گیا، جن سے سوالات کیے گئے کہ وہ کس وقت میں کیا پینا پسند کرتے ہیں، جس میں سب سے زیادہ انتخاب ڈبے کے مشروبات کا کیا گیا۔ تحقیق میں سامنے آیا کہ سامنے رکھے پانی، پھل، دودھ اور ڈبے کا جوس میں سے سب سے زیادہ ڈبے کا جوس ہی پیا گیا۔ لیکن کیا آپ جانتے ہیں کہ دودھ اور پھلوں میں ڈبے کے مشروبات سے زیادہ غذائیت پائی جاتی ہے۔ جبکہ کیلشیم، وٹامن ڈی اور فائبر کے لیے بھی دودھ اور پھلوں کا انتخاب کرنا بہتر ہے۔ یہاں ایسی چند وجوہات بیان کی جارہی ہیں جنہیں پڑھ کر اندازہ ہوجائے گا کہ ڈبے کے مشروبات کا انتخاب کیوں ہمارے لیے غلط ہے: 1-فروٹ جوس میں فائبر موجود نہیں ہوتا، جب پھلوں کو بلینڈ کیا جاتا ہے تو اس کے گودے میں فائبر رہ جاتا ہے جو شربت میں نہیں پہنچتا۔ 2-فائبر کے بغیر یہ شربت صرف میٹھا پانی بن جاتے ہیں، پھلوں میں قدرتی طور پر شوگر موجود ہوتی ہے۔

نومولود بچوں میں یرقان کی وجوہات اور اس کا علاج

نومولود بچوں میں سب سے عمومی بیماری یرقان (پیلیا) ہے اور زیادہ تر معاملات میں یہ بغیر کسی خصوصی علاج کے 2 ہفتوں کے اندر خود ہی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ مکمل دورانیے کے زیادہ تر بچوں میں یرقان ایک ہفتے سے زیادہ باقی نہیں رہتا۔ یرقان تب ہوتا ہے جب بلی روبن نامی کیمیکل کی اضافی تعداد بچوں کے خون میں شامل ہوجاتی ہے اور اس کی وجہ خون کے سرخ خلیوں کی تباہی ہوتی ہے۔ یرقان کی طبعیاتی وجوہات بھی ہوسکتی ہیں (مثلاً بچوں کے جگر کا مکمل نشونما تک نہ پہنچنا)، 9 ماہ کی مدت سے پہلے بچے کی پیدائش، بلڈ گروپ کے مسائل (آر ایچ یا اے بی او بلڈ گروپ)، یا پھر ہیپاٹائٹس بھی اس کی وجہ ہوسکتی ہے مگر اس کے امکانات نہایت کم ہوتے ہیں۔ چھاتی کے دودھ پر پلنے والے بچوں کی ایک چھوٹی سی تعداد کو چھاتی کے دودھ کا یرقان بھی ہوسکتا ہے۔ اس کی وجوہات اب تک مکمل طور پر واضح تو نہیں مگر سمجھا جاتا ہے کہ ماں کے دودھ کی ساخت اس کی وجہ ہوسکتی ہے۔ چھاتی کے دودھ پر پلنے والے بچوں کے لیے فارمولا دودھ پر پل رہے بچوں کے مقابلے میں زیادہ بلی روبن ہونا عام ہے مگر اس کے باوجود ماؤں کو اپنے بچوں کو چھاتی کا دودھ پلاتے رہنا چاہیے۔ یرقان کی علامات: یرقان عموماً زندگی کے دوسرے یا تیسرے دن سے شروع ہوتا ہے۔ پہلے بچے کا چہرہ پیلا نظر آتا ہے اور اس کے بعد یہ پیلاہٹ سینے اور ٹانگوں تک پھیل جاتی ہے۔ آنکھوں کی سفیدی بھی پیلی پڑسکتی ہے۔ یرقان کا پتہ چلانے کے لیے بچے کے ناک یا پیشانی پر اپنی انگلی سے دباؤ ڈالیں۔ اگر جلد سفید ہوجائے (چاہے بچے کی رنگت جو بھی ہو) تو یرقان نہیں ہے۔ اگر جلد میں پیلاہٹ دکھائی دے تو فوراً اپنے بچے کے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ چونکہ کئی بچوں کو یرقان ہونے سے پہلے ہی ہسپتال سے ڈسچارج کردیا جاتا ہے اس لیے اس کا پتہ لگانا والدین کی ذمہ داری ہوتی ہے۔ یاد رکھیے کہ یرقان بچوں کے لیے خطرناک ہوسکتا ہے جس سے عموماً بہرا پن، سیریبرل پالسی یا دماغ کو نقصان ہوسکتا ہے جبکہ یہ ہیپاٹائٹس کی موجودگی کی علامت بھی ہوسکتا ہے۔ اگر ڈاکٹر کو شک ہو کہ آپ کے بچے کو یرقان ہے تو وہ خون کے ٹیسٹ یا بلی روبینومیٹر کا استعمال کرتے ہوئے خون میں بلی روبن کی مقدار جانچ سکتے ہیں۔ خون کا ٹیسٹ عموماً صرف تب استعمال کیا جاتا ہے۔

جگر کے کینسر سے بچاؤ کے لیے ''زعفران'' کا استعمال مفید قرار

لندن: کینسر کی وجہ سے ہر سال لاکھوں لوگ موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں مگر حال ہی میں جگر کے سرطان سے بچاؤ کے لیے تحقیقات کی گئیں جس میں زعفران کو مرض سے نجات کے لیے نہایت اہم قرار دیا گیا۔ تفصیلات کے مطابق کینسر کا مرض دنیا بھر میں بسنے والے انسانوں کو تیزی سے متاثر کر رہا ہے، جس کے باعث ہر سال لاکھوں لوگ موت کے منہ میں جا رہے ہیں تاہم طبی ماہرین نے گھریلو مسالے کے استعمال سے جگر کے کینسر کا علاج دریافت کرلیا۔ حال ہی میں ہونے والی تحقیقات میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ ''زعفران'' جگر کے لیے بہت مفید ہے اور یہ کینسر سے محفوظ رکھنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ اس میں پایا جانے والا 'بایو مالیکیول' جگر کی صحت کے لیے بہت اچھا ہے۔ تحقیقاتی ماہرین کا کہنا ہے کہ زعفران میں موجود 'کروسِن' بھی جگر کو صحت مند رکھتا ہے اور یہ بھی کینسر کے مرض کو روکنے میں بہت حد تک مدد فراہم کرتا ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ 'کروسین' کے جگر پر پڑنے والے اثرات کے مختلف تجربات کیے گئے، جس کے نتائج آنے پر یہ بات سامنے آئی کہ زعفران میں موجود خوبیاں جگر کے کینسر کو روکنے کے لیے بے حد مفید ہیں'۔ محققین کا مزید کہنا ہے کہ زعفران کے حوالے سے ہونے والی تحقیقات کے نتائج کو مدنظر رکھتے ہوئے فیصلہ کیا گیا ہے کہ آئندہ کینسر کے لیے بنائی جانے والی ادویات میں یہ مسالہ استعمال کیا جائے گا۔

بچوں کو روزانہ کتنی دیر موبائل استعمال کرنا چاہیے

والدین اپنے بچوں کو روزانہ صرف چالیس منٹ موبائل استعمال کرنے کی اجازت دیں اس سے زیادہ وقت دینے سے اُن کی صحت متاثر ہوسکتی ہے۔ ہماری روزمرہ کے معمول زندگی میں موبائل فون کی اہمیت اور اس کا استعمال مسلسل بڑھتا جا رہا ہے جس کے انسانی صحت پر مضر اثرات مرتب ہو رہے ہیں۔ عصر حاضر کی سب سے اہم ایجاد موبائل فون کو پہلے تو صرف ضرورت کے لیے استعمال کیا جاتا تھا مگر جب سے سوشل میڈیا کی ویب سائٹس متعارف ہوئیں تو اس کا غیر ضروری استعمال تشویشناک حد تک بڑھ گیا۔ موبائل کے زیادہ استعمال کے حوالے سے عالمی طبی اداروں نے مختلف تحقیقات میں صارفین کو متنبہ بھی کیا کہ وہ اسمارٹ ڈیوائس کو غیر ضروری ہاتھ نہ لگائیں۔ اے آر وائی ڈیجیٹل کے پروگرام 'گڈ مارننگ پاکستان' میں میزبان ندا یاسر کے ہمراہ گفتگو کرتے ہوئے ڈاکٹر شہلا نے موبائل فون استعمال کرنے کے نقصانات سے تفصیلی طور پر آگاہ کیا۔ ڈاکٹر شہلا کا کہنا تھا 'ہر چیز استعمال کرنے کے مثبت اور منفی پہلو ہوتے ہیں جس کا مکمل انحصار اور اختیار انسان پر خود ہی ہوتا ہے البتہ کسی بھی شخص کی بری عادت اُسے تباہی کی طرف ضرور لے جاتی ہے'۔ اُن کا کہنا تھا کہ 'گاڑی ڈرائیو کرتے وقت موبائل فون استعمال کرنے کی وجہ سے ٹریفک حادثات کی تعداد دگنی ہوگئی جبکہ ہر دوسرے شخص میں اس کی وجہ وہم کا مرض بھی پیدا ہوگیا کیونکہ فون کی گھنٹی ہر وقت کانوں میں محسوس ہوتی ہے'۔ ڈاکٹر شہلا کا کہنا تھا کہ 'موبائل استعمال کرنے کی وجہ سے سب سے زیادہ نیند متاثر ہوئی، آجکل کے نوجوان رات کو بستر پر موبائل ساتھ لے کر سوتے ہیں، اگر انہیں اس کے نقصانات کا اندازہ ہو تو اس سے چھٹکارا حاصل کریں گے'۔ اُن کا کہنا تھا کہ 'جب ہم رات کو سونے کے لیے لیٹتے ہیں تو جسم میں موجود ہارمون 'میلاٹونین' کا اخراج ہوتا ہے جو کینسر کے مرض کو روکنے میں سب سے بڑا دفاعی ہتھیار ہے، اگر ہلکی سی بھی روشنی ہو تو دماغ کو یہی پیغام ملتا ہے کہ ابھی دن ہے اور اس وجہ سے نیند متاثر ہوتی ہے اور ہارمون کا اخراج بھی نہیں ہوتا'۔ ڈاکٹر شہلا کا کہنا تھا کہ 'سگنلز کی وجہ سے موبائل میں سے الیکٹرک میگنیٹک (تابکاری) شعاعیں نکلتی ہیں جو انسانی صحت کے لیے بہت زیادہ نقصان دہ ہے اس لیے سوتے وقت اسمارٹ ڈیوائس کو اپنے سے بہت دور رکھیں، اسے بند کردیں یا پھر فلائٹ موڈ پر لگا دیں تاکہ صحت متاثر نہ ہو'۔ اُن کا مزید کہنا تھا کہ 'موبائل کے مسلسل استعمال کی وجہ سے گردن کے پٹھے اکڑ جاتے ہیں'۔

روزنامہ
وطن
سرینگر

کیا آپ وہ اُستاد ہیں؟

تحریر
بے نظیر فیصل

میں اپنے قلب وروح کی گہرائی سے ان اساتذہ کی تعظیم تکریم وتعریف کرتا ہوں جو واقعی تدریس کے شوقین ہیں۔ وہ استاد جو دوسروں کے لیے تحریک بننا چاہتا ہے۔ وہ استاد جو ہر وقت اپنی ملازمت سے خوش ہوتا ہے۔ وہ استاد جسے اسکول کا ہر بچہ پسند کرتا ہے۔ وہ استاد جسے بچے ساری زندگی یاد رکھتے ہیں۔ کیا آپ وہ استاد ہیں؟

میرے مطابق ایک استاد کو تدریس سے لطف اندوز ہونا' اپنے طلباء کی زندگی میں انقلابی تبدیلی پیدا کرنا' مثبت سوچ کا حامل ہونا وغیرہ کئی ایسی صفات وعادات ہیں جو بحیثیت معلم و استاد ہر استاد میں ہونی چاہیے۔ درحقیقت، کئی ایسی عادات ہیں جو ایک معمولی استاد کو موثر استاد بناتی ہیں لیکن مندرجہ ذیل وہ عادات ہیں جو مجھے سب سے اہم لگتی ہیں اور بہت سی دیگر کردار کی خصوصیات کو بھی ان میں باندھا جاسکتا ہے۔

۱۔ تدریس سے لطف اندوز ہونا:

تدریس کا مطلب ایک بہت ہی لطف اندوز اور فائدہ مند کیریئر کا میدان ہوتا ہے (اگر چہ بعض اوقات مطالب اور تھکا دینے والا!)۔ آپ کو صرف اسی صورت میں استاد بننا چاہیے جب آپ بچوں سے محبت کرتے ہیں اور اپنے دل سے ان کی دیکھ بھال کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں۔ اگر آپ ان کے ساتھ تفریح نہیں کر رہے ہیں تو آپ بچوں سے تفریح کی توقع نہیں کر سکتے ہیں! اگر آپ صرف کسی نصابی کتاب سے ہدایات پڑھتے ہیں تو یہ غیر موثر ہے۔ اس کے بجائے، اپنے اسباق کو زیادہ سے زیادہ متعامل اور مشغول بنا کر زندہ کریں۔ تدریس کے لیے آپ کے شوق کو ہر دن چمکنے دیں۔ ہر تدریسی لمحے سے بھرپور لطف اندوز ہوں۔

۲۔ فرق پیدا کرنا:

ایک کہاوت ہے، بڑی طاقت کے ساتھ، بڑی ذمہ داری آتی ہے"۔ ایک استاد کی حیثیت سے، آپ کو اپنے پیشے کے ساتھ آنے والی بڑی ذمہ داری سے آگاہ ہونے اور اسے یاد رکھنے کی ضرورت ہے۔ آپ کا ایک مقصد یہ ہونا چاہیئے کہ آپ طلباء کی زندگی میں فرق پیدا کریں۔ مگر کیسے؟ جب وہ آپ کے کلاس روم میں ہوں تو انہیں خاص اور محفوظ ہونے کا احساس دلائے۔ ان کی زندگی میں مثبت اثر ہیں۔ کیونکہ آپ کبھی نہیں جانتے کہ کسی خاص دن آپ کے کلاس روم میں داخل ہونے سے پہلے آپ کے طلباء پر کیا گزر رہی ہیں یا وہ آپ کی کلاس کے بعد کن حالات میں گھر جارہے ہیں۔ لہٰذا، صرف اس صورت میں کہ انہیں گھر سے کافی مدد نہیں مل رہی ہے، کم از کم آپ کے مشفق رویئے سے ایک مثبت فرق پیدا ہوگا جو آپ انہیں فراہم کر سکتے ہیں۔

۳۔ مثبتیت پھیلانا:

ہر روز کلاس روم میں مثبت توانائی لائیں۔ آپ کے پاس ایک خوبصورت مسکراہٹ ہے لہٰذا، اسے دن بھر زیادہ سے زیادہ بکھیرنا نہ بھولیں۔ میں جانتا ہوں کہ آپ کو اپنی ذاتی زندگی میں اپنے مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے لیکن ایک بار جب آپ اپنی کلاس روم میں داخل ہوجاتے ہیں تو آپ کو دروازے میں قدم رکھنے سے پہلے یہ سب پیچھے چھوڑ دینا چاہیے۔ آپ کے طلباء آپ سے زیادہ مستحق ہیں کہ آپ ان پر اپنی مایوسی نکالیں۔ چاہے آپ کیسا ہی محسوس کر رہے ہوں، آپ کو کتنی نیند آئی ہے یا آپ کتنے مایوس ہیں، کبھی بھی اس کو ظاہر نہیں ہونے دیں گے۔ یہاں تک کہ اگر آپ کا دن برا گزر رہا ہے، طلباء کے سامنے اداکاری کا ماسک پہننا سیکھیں اور انہیں آپ کو سپر ہیرو کے طور پر سوچنے دیں (یہ آپ کا دن بھی بنادے گا) کوئی ایسا شخص بنیں جو ہمیشہ مثبت، خوش اور مسکراتا رہے۔ ہمیشہ یاد رکھیں کہ مثبت توانائی متعدی ہے اور اسے پھیلانا آپ پر منحصر ہے۔ دوسرے لوگوں کی منفیت آپ کو اپنے ساتھ نیچے نہ لانے دیں۔

۴۔ ذاتی ہونا:

یہ تفریحی حصہ ہے اور ایک موثر استاد ہونے کے لیے بالکل

اہم ہے! اپنے طلباء اور ان کی دلچسپیوں کو جانیں تاکہ آپ ان سے جڑنے کے طریقے تلاش کرسکیں۔ انہیں اپنے بارے میں بتانا بھی نہ بھولیں! اس کے علاوہ، ان کے سیکھنے کے انداز کو جاننا ضروری ہے تاکہ آپ ان میں سے ہر ایک کو ایک فرد کے طور پر پورا کرسکیں۔ اس کے علاوہ، اپنے طلباء کے والدین کو بھی جاننے کی کوشش کریں۔ والدین سے بات کرنے کو ایک ذمہ داری کے طور پر نہیں دیکھا جانا چاہیے بلکہ ایک اعزاز کے طور پر دیکھا جانا چاہیے۔ اسکول کے سال کے آغاز میں، یہ معلوم کریں کہ وہ (والدین) سال کے کسی بھی وقت کسی بھی چیز کے بارے میں آپ کے پاس آسکتے ہیں۔ اس کے علاوہ، اپنے ساتھیوں کو ذاتی سطح پر بھی جاننے کی کوشش کریں۔ اگر آپ اسکول کے اندر اور باہر ایک مضبوط معاون نیٹ ورک تلاش کر سکتے ہیں تو آپ بہت زیادہ خوش ہوں گے۔

۵۔ پرعزم ہونا:

چاہے آپ سبق دے رہے ہوں، رپورٹ کارڈ لکھ رہے ہوں یا کسی ساتھی کو مدد کی پیشکش کر رہے ہوں- اپنا ۱۰۰ فیصد دیں۔ اپنی تدریس بخوبی انجام دیں کیونکہ آپ تدریس سے محبت کرتے ہیں نہ کہ اس لیے کہ آپ ایسا کرنے کے پابند محسوس کرتے ہیں۔ یہ خود کی نشوونما کے لیے کریں، دوسروں کو ترغیب دینے کے لیے ایسا کریں۔ ایسا کریں تاکہ آپ کے طلباء کو آپ کی تعلیم سے زیادہ سے زیادہ حاصل ہو۔ اپنے لیے، طلباء، والدین، اسکول اور ہر اس شخص کے لیے ۱۰۰ فیصد دیں جو آپ پر یقین رکھتا ہے۔ کبھی ہار نہ مانیں اور اپنی پوری کوشش کریں یہ سب کچھ آپ کر سکتے ہیں۔ (میں بہر حال بچوں کو بھی بتاتا ہوں!)

۶۔ منظم رہنا:

طلباء کے کام کی نشان دہی یا فائلنگ پر کبھی پیچھے نہ پڑیں۔ اس کے اوپر رہنے کی پوری کوشش کریں اور اپنے سر کاموں کا انبار نہ لگنے دیں! اپنے کام کی طویل دوڑ میں ایسا کرنا آپ کا بہت وقت بچائے گا۔ خود کو ایک منظم منصوبہ ساز معلم بنانا اور منصوبہ بندی کرنا بھی ضروری ہے کیونکہ آخری لمحے کے سبق کے منصوبوں کے موثر ہونے کا امکان بہت کم ہوتا ہے۔ آخر میں، ایک ڈائری کو ہاتھ میں رکھیں اور جیسے ہی آپ کے ذہن میں ایک متاثر خیال تشکیل پائے اپنے خیالات کو ڈائری میں قلم بند کرلیں پھر ان خیالات کو عملی جامہ پہنانے کا منصوبہ بنائیں۔

۷۔ وہ کھلے ذہن کا ہونا:

ایک استاد کی حیثیت سے، ایسا وقت آنے والا ہے جہاں آپ کا رسمی یا غیر رسمی طور پر مشاہدہ کیا جائے گا (یہی وجہ ہے کہ آپ کو ہر وقت ۱۰۰ فیصد دیتے رہنا چاہیے)۔ آپ کے پرنسپل، اساتذہ، والدین اور یہاں تک کہ بچوں کی طرف سے آپ کا مسلسل جائزہ لیا جارہا ہوگا اور تنقید کی جارہی ہوگی۔ جب کوئی آپ کی تدریس پر تنقید کریں تو تلخی محسوس کرنے کے بجائے تعمیری تنقید کا سامنا کرتے وقت کھلے ذہن کا حامل بنیں اور ایک لائحہ عمل بنائیں و ثابت کریں کہ آپ ایک موثر استاد ہیں جو آپ بننا چاہتے ہیں۔ یاد رکھیں اس دنیا میں کوئی بھی شخص کامل نہیں ہے اور بہتری کی ہمیشہ گنجائش ہوتی ہے۔ بعض اوقات، دوسرے دیکھتے ہیں کہ آپ کیا دیکھنے میں ناکام رہتے ہیں۔

۸۔ معیارات طے کرنا:

اپنے طلبا اور اپنے لیے معیارات بنائیں۔ شروع سے ہی اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ (طلباء) جانتے ہیں کہ کیا قابل قبول ہے بمقابلہ کیا نہیں۔ مثال کے طور پر، طلباء کو یاد دلائیں کہ آپ (معلم) کس طرح کام مکمل کرنا چاہیں گے۔ کیا آپ وہ استاد ہیں جو چاہتے ہیں کہ آپ کے طلباء اپنی پوری کوشش کریں اور ان کے ہاتھ بہترین اور صاف ستھرا کام آئے؟ یا آپ وہ استاد ہیں جو کم

نقب زنی کے واقعات میں اضافہ
ناخوشگوار سماجی بدلاؤ کا نتیجہ یا کچھ اور؟

وادی میں پچھلے کچھ عرصے سے چوری اور نقب زنی کی وارداتوں میں تشویشناک اضافہ درج کیا جارہا ہے جس کے نتیجہ میں جہاں مختلف علاقوں میں لاکھوں روپے مالیت کا مال، مویشی اور دیگر ساز وسامان اڑا لیا گیا ہے وہیں لوگوں کے اندر اس قدر تشویش پھیل چکی ہے کہ اب دن کے دوران بھی لوگ گھروں کو خالی چھوڑ کر باہر جانے سے خوف محسوس کر رہے ہیں۔ جنوبی کشمیر کے کولگام ضلع میں چند روز قبل ایک چور نے دن دہاڑے ایک گھر میں گھس کر وہاں موجود ایک عورت سے اس کے کچھ زیورات چھین لئے جس کے نتیجہ میں پورے علاقے میں سراسیمگی پھیل گئی۔ پولیس نے اس حوالے سے اگر چہ ایک کیس درج کر کے تحقیقات شروع کر دی ہے تاہم ابھی تک مذکورہ چور کا کوئی سراغ نہیں ملا ہے۔ جنوبی کشمیر کے کولگام سمیت دیگر اضلاع میں متعدد مقامات پر پچھلے کچھ عرصے سے نقب زنی کی واردات پیش آرہی ہیں اور اس دوران گھروں کے اندر قیمتی ساز وسامان کو لوٹنے کے ساتھ ساتھ نقدی پر بھی ہاتھ صاف کیا گیا۔ متعدد واقعات میں مویشی تک نقب زنوں نے اڑا لئے اور اس طرح سے چوری کی ان وارداتوں کے نتیجہ میں لوگوں کے اندر زبردست تشویش اور سراسیمگی پھیلی ہوئی ہے۔ ایک زمانہ تھا جب ہماری وادی میں لوگوں کے پاس زیادہ پیسہ یا دھن دولت نہیں ہوا کرتا تھا مگر اُن ایام میں وادی کے اندر سماجی سطح پر بھی اور خاندانی سطح پر بھی اس قدر امن اور چین وسکون پایا جاتا تھا کہ لوگ اس علاقے کو زمین کی جنت کے نام سے پکارتے تھے۔ یہ وہ زمانہ تھا جب وادی کے اندر لوگ دکھ درد میں ایک دوسرے کا ساتھ دیا کرتے تھے اور اگر کسی گاؤں یا محلہ میں کوئی شخص غریب یا مفلوک الحال ہوتا تھا تو لوگ اس کی مدد کو آجاتے تھے اور اس کو یا اسکے بال بچوں کو ہر طرح کی امداد بہم پہنچاتے تھے تاکہ اُسے مسائل ومشکلات کا سامنا نہ کرنا پڑے۔ اس زمانے میں لوگ اونچے اونچے اور پختہ محلات میں رہائش پذیر نہیں ہوا کرتے تھے بلکہ امیر سے امیر شخص بھی مٹی کے گھر میں امن وسکون اور چین کے ساتھ زندگی گزارا کرتا تھا۔ تاہم جب سے ہماری وادی میں آپسی بھائی چارے، ہمدردی اور انسانیت کے جذبے کی جگہ دھن دولت اور مفادات نے لی تب سے ہمارے سماج کے اندر ہر چیز تبدیل ہو چکی ہے اور تلخ حقیقت اب یہ ہے کہ ہمارے یہاں اب لوگوں کی عزت ووقار محض اور محض دھن دولت، گاڑیوں اور بنگلوں کے ساتھ منسلک ہے اور نتیجہ یہ ہے کہ ہم انسانی اقدار کو بھلاتے ہوئے ایک ایسے مقام پر پہنچ چکے ہیں جہاں ہمارے لئے یا اخذ کرنا مشکل ہی نہیں بلکہ ناممکن بن گیا ہے کہ سماج کے اندر آئے اس منفی بدلاؤ کو روکنے یا کسی حد تک کم کرنے کے لئے ہمیں کیا کرنا ہوگا۔ پوری وادی کے اندر اب کوئی علاقہ ایسا نہیں ہے جہاں لوگوں نے کنکریٹ عمارات تعمیر کر کے دیہی علاقوں کو بھی شہروں جیسا روپ نہ دیا ہو۔ ہمارے سماج کے اندر دیکھا دیکھی کے اس منفی جذبے کے نتیجہ میں لوگ اپنی زندگیوں کا مقصد بھول بیٹھے ہیں اور اب ہر کسی کو لگتا ہے کہ وہ جس قدر ہو سکے، پیسہ کمالے اور ایسا کرتے ہوئے اُسے اس بات کا کوئی خیال نہیں رہتا کہ اس کی جانب سے کمایا جانے والا پیسہ حلال ہے یا حرام۔ اس عمل کے دوران ہمارا سماجی تانا بانا بکھر گیا ہے اور ایک طرح کا معاشی اور اقتصادی عدم توازن پیدا ہو گیا ہے۔ اسی مالی عدم توازن کا نتیجہ ہے کہ جب لوگوں کو اپنا من چاہا معیار زندگی حاصل ہوتا ہوا دکھائی نہیں دیتا ہے تو وہ اس کے حصول کے لئے جائز و ناجائز کی تمیز کھو دیتے ہیں اور بعض دفعہ چوری اور نقب زنی جیسے اقدامات اٹھاتے ہیں۔ چوری کے بڑھتے ہوئے واقعات کی روکتھام کے لئے ضروری ہے کہ سماجی سطح پر اقدامات کئے جائیں اور جو لوگ بغیر محنت کے آسمان کی بلندیوں کو چھو لینا چاہتے ہیں اُن کو کاؤنسل کر کے زندگی کی حقیقتوں سے آشنا کیا جائے۔

پرورش کا ابتدائی مرحلہ اور والدین کی ذمہ داریاں

تحریر
سید تنویر احمد

بچوں کی تربیت والدین کی ایک اہم ذمہ داری ہے۔ ناقص تربیت اور اس میں کوتاہی سے آنے والی نئی نسل کا مستقبل تباہ و برباد ہو سکتا ہے، اس لیے والدین کو ان کی تربیت اور نگہداشت کے تئیں بہت ہی حساس اور سنجیدہ ہونے کی شدید ضرورت ہے۔ عموماً بچوں کی تربیت کے سلسلے میں والدین میں اس وقت فعالیت آتی ہے جب بچہ اپنی توتلی زبان سے بولنے کی ابتدا کرتا ہے۔ یاد رکھیں، یہ کوشش اس وقت سے ہی شروع ہوجانی چاہیے جب والدین رشتہ ازدواج میں منسلک ہونے جارہے ہوتے ہیں۔ رشتہ ازدواج انسانی فطرت کی آسودگی کا ایک صالح طریقہ ہے۔ اس سے انسان کو جہاں ایک طرف نفسیاتی آسودگی حاصل ہوتی ہے وہیں نسلوں کو آگے بڑھانے کا ایک بہترین ذریعہ بھی میسر ہوتا ہے۔ اس سے نظام معاشرہ مستحکم ہوتا ہے اور نسل آگے بڑھتی ہے۔ بچے کی اچھی پرداخت و پرورش کر کے معاشرے کا ایک مثالی فرد بنانا والدین کی ذمہ داری ہے جس کے لیے ابتدائی ایام سے ہی نتیجہ خیز منصوبہ بندی ہونی چاہیے۔ اس منصوبہ بندی کا آغاز بچہ کا ماں کے پیٹ میں آنے سے پہلے ہی ہوجانا چاہیے۔ یعنی زوجین اول ملاقات کے وقت سے ہی ایک نیک، صالح اور معاشرے کا معیاری فرد بننے والا بچہ پیدا ہونے کی خواہش کے ساتھ جب باہم ملیں تو صاف ستھرے ہوں، خوش اسلوبی سے ملیں، مسنون دعائیں پڑھیں، اس کے نتیجے میں اللہ جو تحفہ اولاد کی شکل میں عطا کرے گا وہ یقیناً آپ کی آنکھوں کی ٹھنڈک بنے گا۔ اس لیے لازمی ہے کہ والدین خود رشتہ ازدواج میں بندھنے سے پہلے ہی بچوں کی تربیت کے طور طریقے سیکھ لیں۔ یہ تربیت مختلف طریقوں سے حاصل کی جاسکتی ہے، لائبریریوں، بک اسٹالوں میں موجود کتابوں اور نیٹ و دیگر مستند ذرائع سے۔ ذریعہ کوئی بھی ہو لیکن معلومات

لازمی طور پر لے لینی چاہیے۔

بچوں کی تربیت کے سلسلے میں یہ نکتہ بھی بہت اہم ہے کہ جب ماں حاملہ ہوجاتی ہیں تو اسی وقت سے پیٹ میں پل رہے بچے پر ماں کے افکار وخیالات کے اثرات پڑنے شروع ہوجاتے ہیں۔ ایک مخصوص مدت کے بعد بچہ خارجی ماحول سے متاثر ہونے لگتا ہے۔ اس پر متعدد تجربات ہوئے ہیں۔ ایک تجربہ میں کچھ حاملہ عورتوں کو دوران حمل ایک مخصوص قسم کی موسیقی سنائی گئی۔ ولادت کے بعد دیکھا گیا کہ بچہ اس مخصوص موسیقی سے اتنا مانوس ہو چکا تھا کہ جب اسے وہی مخصوص موسیقی سنائی جاتی تو بچہ آسودگی اور سکون محسوس کرتا اور جب کوئی دوسری موسیقی سنائی جاتی تو وہ بے چینی محسوس کرنے لگتا۔ یہ بات بہت مشہور ہے کہ اسرائیل میں حاملہ خواتین کو تناؤ سے محفوظ رکھنے کا خاص اہتمام کیا جاتا ہے۔ وہاں کی مائیں اپنے بچوں کی تربیت کا آغاز اس وقت سے ہی کر دیتی ہیں جب وہ جنین کی شکل میں ہوتا ہے۔ اس حالت میں ماؤں کو صاف ستھری فضا میں سانس لینے، خوش رہنے کے مواقع فراہم کیے جاتے ہیں۔ جب حمل کے تین ماہ گزر جاتے ہیں تو ماؤں کو ہر طرح کے ذہنی دباؤ سے دور رکھنے کے ساتھ اچھا لٹریچر پڑھنے کو دیا جاتا ہے اور انہیں آسان ریاضی (سمپل میتھمٹک پرابلم) حل کرنے کے لیے کہا جاتا ہے۔ اس میں حکمت یہ ہے کہ آج دنیا میں ترقی کرنے کے لیے ریاضی مشق بہت ضروری ہے۔ جب ماں ریاضی مشق کرتی ہیں تو ان کی یہ صلاحیت بچے میں منتقل ہوتی ہے اور وہ بچہ بڑا ہو کر عبقری شخصیت کا مالک بنتا ہے۔ آج کے دور میں اسرائیل بڑے بڑے سائنسداں پیدا کر رہا ہے۔ ظاہر ہے یہ جنین کی اچھی دیکھ ریکھ کا نتیجہ ہو سکتا ہے۔

اسلامی تعلیمات میں بھی حاملہ ماؤں کو جہری انداز میں تلاوت قرآن کی ترغیب دی گئی ہے۔ اس مدت میں مائیں صدقات وخیرات کا زیادہ سے زیادہ اہتمام کریں۔ خوشگوار ماحول میں رہیں، اچھی باتیں سنیں۔ نماز کی پابندی کریں۔ نماز سے بچے کی نشوونما پر مثبت اثرات پڑتے ہیں۔ بچہ ماں کے عمل اور اطراف کے خارجی ماحول کے اثرات قبول کرتا ہے۔ جب بچہ اپنی ماں سے قرآن کی تلاوت سنے گا تو اس کے اثرات اس پر پڑیں گے۔ وہ انہی چیزوں سے مانوس ہوگا جو ماں کے پیٹ میں سنا یا محسوس کیا ہوگا۔ ماؤں کو چاہیے کہ وہ تاریخ کی اہم شخصیتوں کی تربیت میں ان کے والدین کے طور طریقے اور ان کی گود میں پرورش پانے والی ہستیوں کے کمالات کا مطالعہ کریں۔ یہ دیکھا گیا ہے کہ حمل کے دوران کچھ مائیں اپنا وقت موبائل پر لایعنی پروگرامس دیکھنے میں گزارتی ہیں۔ موبائل پر عریاں مناظر دیکھنے، غیر اخلاقی مضامین پڑھنے اور نازیبا حرکات وسکنات سے گریز کریں۔ آپ آنے والے ایک نئے مہمان کے استقبال کی تیاری میں ہیں، لہٰذا کوئی ایسا عمل ہرگز نہ کریں جو اس کی تربیت کو منفی سمت میں لے جانے کا موجب بنے۔ بچوں کی معیاری تربیت کے لیے مائیں ٹریننگ لیں۔ ان کی کونسلنگ ہونی چاہیے۔ گھر کے تمام افراد، خاص طور پر بزرگ خواتین کی ذمہ بڑھ جاتی ہے کہ وہ آنے والے نئے مہمان کی تیاری کے لیے بچے کی ماں کو ہر اعتبار سے چست و چوبند رکھنے کی سعی کریں۔ اس مدت میں زوجین کے باہمی تعلقات شیریں اور احترام پر مبنی ہونا زیادہ ضروری ہے۔ ان کے حمل کو تمام اہل خانہ بالخصوص شوہر خصوصی اہمیت دیں۔ خاندان کے لوگ یہ نہ سمجھیں کہ ایک نیا بچہ گھر میں آرہا ہے بلکہ بچے کی شکل میں اللہ کی جانب سے ایک نعمت آپ کو مل رہی ہے۔ اس عزم کے ساتھ اس کی تربیت کیجئے کہ وہ بچہ بڑا ہو کر عظیم کارنامہ انجام دے اور نوع انسان کے لیے قیمتی سرمایہ بنے۔ غرض ابتدائی مرحلے کی تربیت پر خصوصی توجہ دے کر ایک نوزائیدہ کو مستقبل کا عبقری انسان بنایا جاسکتا ہے۔

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
بھاری تعداد میں ووٹ ڈالیں۔ انہوں نے کہا کہ اسمبلی انتخابات کے دوران لوگوں نے اپنے ووٹ کا استعمال کیا اور جموں کشمیر میں ایک منتخب حکومت وجود میں آئیں۔ دفعہ 370 کی منسوخی کے بارے میں انہوں نے کہا "دفعہ 370 کی منسوخی ایک ایسا واقعہ ہے جسے کالعدم نہیں کیا جا سکتا"۔ انہوں نے کہا کہ اس کی کتاب بند ہو چکی ہے اور اب وہ دوبارہ نہیں کھل سکتی ہے۔ منوج سنہا نے کہا کہ جموں کشمیر میں امن قائم ہے اور ہر طرف ترقی ہو رہی ہے یہ سب ممکن دفعہ 370 کی منسوخی کے بعد ہوا۔

102
کے بعد 28 اکتوبر کو تہاڑ جیل حکام کے سامنے خود سپردگی کی تھی۔ 10 ستمبر کو عدالت نے انجینئر رشید کو عبوری ضمانت دی تھی، جسے انجینئر رشید کے نام سے جانا جاتا ہے، تاکہ وہ جموں وکشمیر اسمبلی انتخابات کے لیے مہم چلا سکیں اور ان کی باقاعدہ ضمانت کی درخواست پر حکم نامہ موخر کر دیا۔ نو منتخب رکن اسمبلی 2019 سے تہاڑ جیل میں بند ہیں جب این آئی اے نے اسے 2017 کے دہشت گردی کی فنڈنگ کیس میں غیر قانونی سرگرمیاں (روک تھام) ایکٹ (یو اے پی اے) کی دفعات کے تحت گرفتار کیا تھا۔

103
موت ہوگئی۔ واقعہ کے بعد گاڑی کا ڈرائیور موقع سے فرار ہو گیا۔ شہری کی شناخت محمد شفیع خان ولد محمد یعقوب خان ساکن اوموہ ویریناگ کے طور پر کی گئی ہے۔ پولیس کے ایک سینئر آفیسر نے اسکی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ معاملے کی نسبت کیس درج کر کے تحقیقات شروع کر دی گئی ہے اور مفرور ڈرائیور کی تلاش بڑے پیمانے پر جاری ہے۔

104
یہ انتہائی تشویشناک بات ہے کہ طالب علموں میں کم عمر گاڑی چلانے کے واقعات میں اضافہ ہو رہا ہے، جسکے نتیجے میں سڑک کے المناک حادثات ہوتے ہیں اور عوامی تحفظ کو خطرہ لاحق ہوتا ہے۔

105
ایس کولی تفصیلات کے مطابق عالیہ برف باری کے بعد وادی کشمیر میں پارہ گرنے کیساتھ ہی رات کی سردی میں شدت آگئی ہے۔ دوران شب منفی 3.6 ڈگری سینٹی گریڈ اور منفی 3.9 ڈگری سینٹی گریڈ درجہ حرارت کیساتھ یہ سیاحتی مقام پہلگام اور شوپیان سرد ترین مقامات رہے۔

106
جو کہ مرکز کے زیر انتظام علاقے میں عمر عبداللہ کی حکومت کا پہلا اجلاس ہوگا، حکومت کی طرف سے لیا جاتا ہے۔ انہوں نے اشارہ دیا کہ بجٹ اجلاس کا دورانیہ تقریباً وہی ہوگا جیسا کہ سابقہ ریاست جموں وکشمیر میں وزراء کی کم تعداد کے باوجود ہوا کرتا تھا۔ بلکہ جنہیں نیشنل کانفرنس حکومت میں وزیر خزانہ کی حیثیت سے کئی بجٹ پیش کرنے کا اعزاز حاصل ہے، وہ جموں پہنچے اور آنے والے دنوں میں سلسلہ وار میٹنگیں منعقد کریں گے تاکہ اسمبلی کے اگلے اجلاس کا لائحہ عمل طے کیا جا سکے۔ تاہم، ذرائع نے بتایا کہ سیشن جنوری کے آخر یا فروری کے شروع میں بلائے جانے کا امکان ہے

107
کشمیر، شمال مشرق، اور نکسلائیٹ سے متاثرہ علاقے۔ ہم نے ان تینوں خطوں کی سیکورٹی میں نمایاں بہتری کی ہے۔ وزیر داخلہ امت شاہ نے کہا کہ پچھلے 10 سالوں کے اعداد و شمار کا اس سے پہلے کے عرصے سے موازنہ کرنے سے پتہ چلتا ہے کہ ہم تشدد میں 70 فیصد کمی کرنے میں کامیاب رہے ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ مجھے یقین ہے کہ یہ ایک بہت بڑی کامیابی ہے۔ لوگوں کی ایک بڑی تعداد نے اس (تشدد) کو کم کرنے کے لیے حکومت کی کوششوں کی پورے دل سے حمایت کی ہے۔ مرکزی وزیر داخلہ نے کہا کہ منشیات کی تجارت پر قابو پانے کے معاملے میں بھی گزشتہ 10 سالوں میں منشیات کی ضبطی میں ایک دہائی پہلے کے مقابلے میں کئی گنا اضافہ ہوا ہے۔ امت شاہ نے کہا کہ اس سال 3 نئے فوجداری قوانین کے نفاذ کے بعد فرسٹ انفارمیشن رپورٹ (ایف آئی آر) کے اندراج کی تاریخ سے 3 سال کے اندر سپریم کورٹ کی سطح سے لوگوں کو انصاف فراہم کیا جائے گا۔ مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے کہا کہ آنے والے 10 سال ہندوستان کے فوجداری انصاف کے نظام کو جدید ترین، سب سے زیادہ سائنسی اور تیز ترین بنانے کا وقت ہے۔ امت شاہ نے کہا کہ جب سے میں پیدا ہوا ہوں، میں نے یہ طعنے سنے ہیں کہ عدالت سے انصاف میں تاخیر ہو جاتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ میں آپ کو یقین دلانا چاہتا ہوں کہ تین نئے فوجداری قوانین کے نفاذ کے بعد، ملک کے کسی بھی پولیس اسٹیشن میں ایف آئی آر کے اندراج کے تین سال کے اندر سپریم کورٹ سے انصاف ملے گا۔ مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ کا کہنا تھا کہ تین نئے فوجداری قوانین بشمول بھارتیہ نیائے سنہتا (بی این ایس)، بھارتیہ شہری تحفظ سنہتا (بی این ایس ایس) اور بھارتیہ ساکشیہ ادھینیم (بی ایس اے) برطانوی دور کے انڈین پینل کوڈ (آئی پی سی) اور کوڈ آف کریمنل پروسیجر (سی آر پی سی) اور انڈین ایویڈینس ایکٹ، بالترتیب کی جگہ اس سال یکم جولائی سے نافذ ہوئے ہیں۔ امت شاہ نے کہا کہ ایک دہائی پہلے 11 ویں سے ہندوستان 5 ویں سب سے بڑی معیشت بن گیا۔ انہوں نے مزید کہا کہ انہیں یقین ہے کہ یکم اپریل 2028 سے پہلے ہندوستان تیسری سب سے بڑی معیشت بن جائے گا۔ ان کے مطابق، گزشتہ 10 سالوں میں، ہندوستان نے معیشت، ٹیکنالوجی، سیکورٹی، تعلیم، تحقیق اور ترقی، یا بنیادی ڈھانچے اور تجارت کے لحاظ سے، ہر شعبے میں دنیا کی قیادت کرنے کے لیے ترقی کی ہے، اور اس ترقی نے ملک کے چیلنجوں میں اضافہ ہی کیا ہے۔ مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے کہا کہ جب آپ کسی نظام میں ترقی کرتے ہیں، تو آپ کسی کو بدل دیتے ہیں، جو مزاحمت پیدا کرتا ہے۔ آپ کو مزاحمت کا تجزیہ کرنے کے بعد ترقی کرنی ہوگی۔ انہوں نے کہا کہ ہندوستان نے اپنے انتخابات بخوبی انجام دیے اور دنیا کو حیرت میں ڈال کر کووڈ 19 وبائی مرض کو اچھی طرح سے ہینڈل کیا۔ انہوں نے کہا کہ جب دنیا ہماری طاقتوں کو پہچانتی ہے تو ہمارے چیلنجز بڑھتے ہیں، اور ہمیں ان چیلنجز کو ذہن میں رکھ کر خود کو تیار کرنا ہوگا۔ انہوں نے کہا کہ ان کی حکومت نے داخلی سلامتی اور فوجداری نظام انصاف کے حوالے سے زبردست تبدیلیاں کی ہیں اور یہ تبدیلیاں سخت محنت، بہتر ہم آہنگی اور شمولیت کی متقاضی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ان کی حکومت نے اس بات کو یقینی بنایا کہ ہمارے شہریوں کا تحفظ نئے فوجداری قوانین کے مرکز میں رہے اور وہ آئین کے تحت ان کو دیے گئے حقوق سے فائدہ اٹھا سکیں۔ انہوں نے کہا کہ نئے قوانین میں ٹیکنالوجی کے تمام نظاموں کو شامل کیا گیا ہے، اور اس بات کو بھی یقینی بنایا گیا ہے کہ ٹیکنالوجی میں جتنی بھی تبدیلیاں آئیں، کسی کو قانون میں تبدیلی کرنے کی ضرورت نہیں پڑے گی۔

108
کشمیر کے بی جے پی کے سینئر لیڈروں سے ملاقات کریں گے جن میں ریاستی صدر ست شرما اور جنرل سکریٹری (تنظیم) اشوک کول شامل ہیں۔ ملاقات کے دوران جموں وکشمیر کے آئندہ بجٹ اجلاس کیلئے پارٹی کی حکمت عملی پر توجہ مرکوز کی جائے گی، جس سے خطے کے سیاسی کیلنڈر میں ایک اہم تقریب ہونے کی توقع ہے۔ اس کے ساتھ ہی، بی جے پی قیادت نے بوتھ اور منڈل اکائیوں سے لیکر یونٹ سطح تک تمام سطحوں پر پارٹی کے تنظیمی ڈھانچے کی ایک جامع تنظیم نو کو نافذ کرنے کا فیصلہ کیا ہے۔ ذرائع نے اس بات کی بھی تصدیق کی کہ بی جے پی ہائی کمان نے جموں وکشمیر کے لیڈروں سے کہا ہے کہ وہ جاری رکنیت سازی مہم کے بارے میں تفصیلی رپورٹس تیار کریں۔ یہ تنظیمی تبدیلی اس وقت آئی ہے جب بی جے پی اپنے سیشن سے پہلے اپنی پوزیشن مضبوط کر رہی ہے، جس کی نظر خطے میں اپنی جیت کو مضبوط کرنے اور آنے والے انتخابی چیلنجوں کی تیاری پر ہے۔ ان اعلیٰ سطحی میٹنگوں کے نتائج سے جموں وکشمیر میں پارٹی کی حکمت عملی اور سیاسی پوزیشن پر نمایاں اثر پڑنے کی امید ہے۔

109
زمانہ منشیات فروش محمد اشرف بٹ ولد غلام رسول بٹ ساکن رہپورہ کھنہ ولی کولگام کا 15 مرلہ اراضی کے ساتھ جائیداد (دو منزلہ رہائشی مکان کو) قرق کیا۔ مذکورہ رہائشی مکان کا قیمت تقریباً ایک کروڑ مالیت بتائی جاتی ہے اور رہائشی مکان این ڈی پی ایس ایکٹ 1985 کے تحت قرق کیا گیا۔ یہ جائیداد اولین نظر میں مالک کی جانب سے منشیات اور سائیکوٹراپک مادوں کی غیر قانونی اسمگلنگ سے حاصل کی گئی تھی۔ مذکورہ منشیات فروش اس وقت سنٹرل جیل کپوارہ میں بند ہے۔ مناسب طور پر وہ پولیس اسٹیشن قاضی گنڈ کے مقدمہ ایف آئی آر نمبر 43/2024 میں ملوث ہے۔ کولگام پولیس منشیات کے نیٹ ورک کو ختم کرنے اور اس بات کو یقینی بنانے کے عزم کو واضح کرتی ہے کہ اس طرح کے جرائم میں ملوث افراد کو قانون کا سامنا کرنا پڑے گا۔ علاقے کے مقامی لوگوں نے غیر منقولہ املاک کو قرق کرنے کے سلسلے میں پولیس کے اقدام کو سراہا ہے۔

110
اظہار کیا۔ انہوں نے قازان میں برکس سربراہی اجلاس کے موقع پر قائدین، وزیر اعظم نریندر مودی اور چینی صدر شی جن پنگ کے درمیان ہونے والی ملاقات کو بھی نوٹ کیا۔ جے شنکر نے کہا "دونوں پلیٹ فارمز میں ہمارا تعاون حتمی نتائج کو تشکیل دینے میں قابل ذکر تھا۔ لیکن یہ ہمیں بین الاقوامی سیاست میں ہمارے دونوں ممالک کی اہمیت کی یاد دہانی تھی"۔ اس معاہدے نے مشرقی لداخ میں تناؤ کو کم کیا اور مزید سفارتی مصروفیات کی راہ ہموار کی۔ انہوں نے بین الاقوامی فورمز پر دونوں ممالک کی اہمیت کو اجاگر کیا اور کہا کہ یہ اہم گواہی کے طور پر کھڑا ہے کہ ہمارے دو طرفہ تعلقات اتنے اہم کیوں ہیں۔ تعلقات میں اگلے قدم اٹھانے پر قازان میں قائدین کے درمیان اتفاق رائے کو یاد دلاتے ہوئے، جے شنکر نے زمینی سطح پر بات چیت کے نفاذ کو دیکھ کر خوشی کا اظہار کیا۔ انہوں نے کہا "مجھے یہ جان کر خوشی ہوئی کہ زمینی طور پر، اس مفاہمت پر عمل درآمد منصوبہ بندی کے مطابق ہوا ہے۔" جے شنکر نے بتایا کہ وزیر اعظم مودی اور شی جن پنگ نے ہدایت دی ہے کہ وزرائے خارجہ اور خصوصی نمائندے جلد از جلد ملاقات کریں۔ جے شنکر نے نوٹ کیا کہ وہ وانگ یی کے ساتھ اگلے اقدامات کے بارے میں بات کرنے کے منتظر ہیں جیسا کہ دونوں رہنماؤں نے تصور کیا تھا۔ وزیر خارجہ کے مطابق جنہوں نے سوشل میڈیا پلیٹ فارم ایکس پر اپنی میٹنگ کی تفصیلات شیئر کیں، انہوں نے لداخ میں حالیہ علیحدگی میں پیشرفت کو نوٹ کیا اور دو طرفہ تعلقات میں اگلے اقدامات پر تبادلہ خیال کیا۔

111
ایک علاقائی امنگوں کی نمائندگی کرتا ہے، جب کہ دوسرا قومی مفاد کے لیے کھڑا ہے۔ انہوں نے کہا "دیا جاتا ہے کہ نیشنل کانفرنس ایک علاقائی سیاسی جماعت ہے، اور علاقائی ایجنڈا ان کی اولین ترجیح ہے۔ جبکہ کانگریس ایک قومی سیاسی جماعت ہے اس لیے اس کے معاملات قومی نقطہ نظر کے مطابق چلیں گے۔" میر نے مزید کہا "نہ ہم نیشنل کانفرنس بنیں گے اور نہ ہی وہ کانگریس بنیں گے، بعض مسائل پر باہمی مفاہمت ہے، اور ہمارا نظریہ دہائیوں سے کسی نہ کسی جگہ سے ملتا ہے"۔ میر نے کہا "اگر آپ دونوں کے درمیان معمولی جھڑپوں کی بات کریں گے تو یہ اپنی جگہ رہے گی، لیکن ایسی باتیں ہماری باہمی افہام و تفہیم پر اثر انداز نہیں ہوں گی۔"

112
اور آپریشنل تیاری کا اعتراف کیا اور چوکسی اور تیاری کے اعلیٰ معیار کو برقرار رکھنے کے لیے فوجیوں کو سراہا۔ انہوں نے مزید کہا کہ دورے کے دوران شمالی کمان کے فوجی کمانڈر نے فوجیوں کی حوصلہ افزائی کی اور انہیں کسی بھی ہنگامی صورتحال سے نمٹنے کیلئے تیار رہنے کو کہا۔

113
اور اپنے حقیر سیاسی مفادات کیلئے مذہبی بنیادوں پر یہاں کے عوام سے ووٹ حاصل کئے اور تعمیر و ترقی کے لحاظ سے اس خطے کو یکسر نظر انداز کیا۔ انہوں نے کہا کہ دربار موو صرف کشمیر اور جموں کے لوگوں میں آپسی ہم آہنگی کا باعث تھا بلکہ جموں کی معیشت کیلئے ریڑھ کی ہڈی کی حیثیت رکھتا تھا۔

114
کے پیش نظر بلائی گئی ہے۔ انہوں نے کہا کہ آئین کو اپنانے کی 75 ویں سالگرہ کے موقع پر سمودھن سدن کے سنٹرل ہال یا پارلیمنٹ کی پرانی عمارت میں ایک تقریب کا انعقاد کیا جائے گا۔ خیال رہے کہ حکومت کی طرف سے اجلاس سے پہلے ایک آل پارٹی میٹنگ بلائی جاتی ہے تاکہ اپوزیشن کو اپنے قانون سازی کے ایجنڈے سے آگاہ کیا جا سکے اور ساتھ ہی ان مسائل پر بات چیت کی جا سکے جن پر پارٹیاں پارلیمنٹ میں بحث کرنا چاہتی ہیں۔

GOVERNMENT OF JAMMU AND KASHMIR

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER, MECHANICAL IRRIGATION DIVISION SRINAGAR NEAR J&K BANK,(Zaldagar)

Telefax No. 0194-2952696 e.mail Id: xenmidsrinagar@gmail.com

Gist of Short-Term e-NIT No. 17 OF 2024-25, Dated:-18-11-2024

For and on behalf of Lt. Governor of UT of J&K, Executive Engineer, Mechanical Irrigation Division, Srinagar, invites e- tenders on item rate basis by e-tendering mode for:-

S No	Particulars of the work	Tender fee (In Rs.)	Estimated Cost "Rs" in Lacs	EMD Amount	50 % Exemption Allowed for SSI/MSE	Completion Period	Class/ Registration Type (Qualification criteria)
1	2	3	4	4	5	6	7
2	Replacement of 630AMP 4 pole, 415 volt MCCBs at LIS Manasbal of MISD Ganderbal.	100.00	1.14	2% of Estimated cost	Yes	7 days	Electrical Contractors/ SSI Unit Holders/ Workshop holders/ other firms having relevant experience

The bidding process shall be completed online in two covers viz. **Cover '1st'** consisting of Tender Document fee, EMD in the form of CDR/FDR, Pre-qualification. **Cover '2nd'** shall consist of Financial Bid in the prescribed BOQ.

The critical dates are as tabulated below:-

i	Publish Date	18-11-2024 at 1600 hrs
ii	Document Download/sale start Date	18-11-2024 from 1600 hrs
iii	Clarification start date	N.A
iv	Bid submission start date	18-11-2024 from 1600 hrs
v	Clarification end date	N.A
vi	Bid submission/ Document Download/sale end date	02-12-2024 upto 1400 hrs
vii	Date and time of Bid opening	03-12-2024 at 1230 hrs

The bid uploaded on the website up to due date and time will be opened on scheduled date /time or any other date convenient to the tender opening authority in the office of the Executive Engineer, Mechanical Irrigation Division, Zaldagar Srinagar.

All other terms and conditions shall remain same as laid down in PWD Form No. 25 & 33.

Position of funds	Budgetary Provisions
Position of AAA	Accorded under order No. 09-MCO OF 2023-24 Dated: - 14-08-2024
Position of Technical sanction	Sanctioned vide No. 50 of 2024-25 respectively

Sd/-
Executive Engineer,
Mechanical Irrigation Division,
Srinagar

DIPK-8245/24
Dtd. 18-11-2024

THE DISTRICT LEGAL SERVICES AUTHORITY PULWAMA

Notification
Dated:- 13-11-2024

Subject:-Holding of 4th National Lok-Adalat on 14-12-2024.

As directed by JK Legal Services Authority, vide Calendar / Plan of Action for the month of December 2024, 4th National Lok- Adalat is scheduled to be organized at District Court Complex Pulwama and in subordinate courts of District Pulwama on 14th December 2024 in which all cases pre and post litigation pending before the courts shall be taken up for amicable settlement. ***The conciliatory, pre-lok Adalats sessions and sittings shall commence from 09-12-2024 and shall continue till 13-12-2024.***

All the Judicial Officers at District Headquarter Pulwama & other Subordinate Judicial Officers are requested to identify the cases to be taken up in the said National Lok-Adalat and the list of such cases be furnished to DLSA Pulwama by or before 07-12-2024.

Chairman
District Legal Services Authority
(Pr. District & Sessions Judge)
Pulwama

DIPK-8228/24
Dtd. 18-11-2024

Office of the Principal

Altaf Memorial Govt. Degree College, Kilam, Kulgam

(NAAC Accredited Grade "C")

No. AMGDCK/24/509 Date. 18-11-2024

Auction Notice

We hereby invite interested parties to participate in the auction of unserviceable items, which include furniture, plastic items and electronic equipment. The details of the auction are as follows:

- **Date:** 25th Nov, 2024
- **Time:** 2:30 PM
- **Venue:** AMGDC, Kilam Kulgam
- **Items:** Unserviceable furniture and electronic items (detailed list available upon request)

Terms and Conditions:

1. **Inspection:** Interested bidders may inspect the items on 22nd November 2024 at the venue. No inspection will be allowed after this date.
2. **Condition of Items:** All items are auctioned on an "as-is, where-is" basis. The auctioneer and the organizing entity make no warranty or guarantee, either express or implied, regarding the condition, usability, or quality of the items.
3. **Eligibility to Bid:** Participation is open to individuals aged 18 years and above, and to companies. Participants must register before the auction by submitting a valid government-issued ID.
4. **Registration Fee:** No Fee is required to participate in the auction.
5. **Bidding Process:**
   - The highest bid received by the close of each item auction will be considered the winning bid.
6. **Payment:**
   - The winning bidder must make a full payment of the bid price immediately after winning.
   - Payment must be made in cash or via an accepted payment method as specified by the auction organizer.
7. **Collection of Items:**
   - Items must be collected from the venue within 2 working days. The buyer is responsible for arranging transportation for item removal.
   - Items not collected within the specified time may incur storage fees or be forfeited without refund.
8. **Liability:** The auctioneer and the organizing entity are not responsible for any loss, theft, or damage to items after the auction. The responsibility for all items transfers to the buyer upon full payment.
9. **Right to Reject Bids:** The Principal reserves the right to reject any bid that does not meet the reserve price or any bid deemed inappropriate.
10. **Changes and Cancellation:** The Principal reserves the right to alter or cancel the auction at any time prior to its commencement. Any changes will be communicated to registered participants.

DIPK-8206/24
Dtd. 18-11-2024

Sd/- Principal

ازدفتر نائب تحصیلدار زونی مر سرینگر
عنوان: درخواست منجانب شیخ امتیاز عزیز ولد مرحوم شیخ عبدالعزیز ساکنہ آرم پورہ لالبازار سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کی والدہ سلیمہ عزیز ساکنہ آرم پورہ لالبازار مورخہ 14/04/2022 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ متوفی کنبہ بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
شیخ امتیاز عزیز	۴۸	پسر شادی شدہ	تجارت	30000
شیخ اعجاز عزیز	۴۵	پسر	ریٹائر ملازم	Pension

اس کے علاوہ اور کوئی افراد کنبہ نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار زونی مر

ازدفتر نائب تحصیلدار زونی مر سرینگر
عنوان: درخواست منجانب منظور احمد چھوٹا ولد غلام نبی چھوٹا ساکنہ نیو کالونی لالبازار سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کی اہلیہ متوفی محبوبہ زوجہ منظور احمد چھوٹا ساکنہ نیو کالونی لالبازار مورخہ 20/09/2024 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ متوفی کنبہ بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
منظور احمد	۶۵	شوہر	تجارت	20000
طفیل	۳۲	پسر بلا شادی شدہ	تجارت	
نگہت	۴۰	دختر شادی شدہ	گھریلو کام	
نصرت	۳۸	دختر شادی شدہ	گھریلو کام	

اس کے علاوہ اور کوئی افراد کنبہ نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار زونی مر

ازدفتر نائب تحصیلدار زونی مر سرینگر
عنوان: درخواست منجانب غلام حسن کانتھ ولد ثناءاللہ کانتھ ساکنہ ویگ دربار زونی مر سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کی والدہ حاجرہ زوجہ ثناءاللہ کانتھ ساکنہ ویگ دربار زونی مر مورخہ 21/06/2024 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ متوفی کنبہ بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
غلام حسن کانتھ	۵۴	پسر شادی شدہ	سرکاری ملازم	LPC
محمد امین کانتھ	۶۳	پسر	ریٹائر ملازم	pension
غلام محمد کانتھ	۷۰	پسر	....	......
زرینہ	۵۹	دختر شادی شدہ ازخانہ بیرون	گھریلو کام	
نیلوفر	۴۶	---	....	

اس کے علاوہ اور کوئی افراد کنبہ نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار زونی مر

ازنیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب محمد اقبال میر پسر غلام حسن میر ساکنہ موضع گوم احمد پورہ تحصیل پٹن ضلع بارہمولہ حال مائیگرنٹ گنڈ توگام تحصیل سمبل بانڈی پورہ نسبت migration سرٹیفکیٹ بحق خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق رپورٹ پٹواری حلقہ و بیانات نمبردار گوم احمد پورہ و گنڈ توگام و چوکیدار گوم احمد پورہ و توگام سائل محمد اقبال میر پسر غلام حسن میر نے موضع گوم احمد پورہ تحصیل پٹن بارہمولہ سے قبل از سات سال ترک سکونت اختیار کر کے موضع گنڈ توگام تحصیل سمبل بانڈی پورہ میں رہائش اختیار کی جسکے نسبت سائل مذکور اپنے حق میں تحت ضابطہ migration سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار گوم احمد پورہ

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE AFTAB

In the case of:
1. ALI MOHD GANIE S/O GHULAM RASOOL GANIE
2. JALLA BANO D/O GHULAM RASOOL GANIE
OTH R/O,S OF GALWANPORA BUDGAM.

[CAVEATOR]

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..

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE MAIN TUFAIL AHMAD

In the case of:
1. GULSHAN BANO D/O GH. NABI BHAT R/O SHAR SHALI W/O MOHD SHABAN BHAT AT PRESENT KHREW PAMPORE PULWAMA

[CAVEATOR]

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..

اتر ریلوے

ٹینڈر نوٹس

ڈپٹی چیف انجینئر/تعمیر/اتر ریلوے، جالندھر شہر کے ذریعہ صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے درج ذیل کام کے لئے ای ٹینڈر سسٹم کے ذریعہ ٹینڈر طلب کیے جاتے ہیں:

کام کا نام اور جگہ	لدھیانہ۔ ملاپور سیکشن کی ڈبلنگ کے سلسلے میں باقی کام جیسے 20 نمبر تا پ II (ڈی ایس) کوارٹروں کی تعمیر، بلاک سیکشن میں باؤنڈری وال، پلیٹ فارم شیلٹر، سیکشن اور یارڈ میں پری کاسٹ کنکریٹ ان سیٹو پانی نکاسی، سمپ ویل، کنکریٹ روڈ، مال آفس کی تعمیر، موجودہ کوارٹروں کو توڑنا، بلڈنگ کو ہٹانا اور اسٹیشن سے ریلوے زمین کے باہر سے چار چھوٹے پلوں کا حقیقی کام، ایس ایس ای/ریلوے موگا اور ایس ایس ای/ریلوے لدھیانہ کے آفس اور ورکشاپ کی تعمیر اور دیگر متعلقہ کام۔
کام پورا کرنے کی مدت	09 (نو) ماہ
کام کی تخمینہ لاگت	1186.15 لاکھ روپے
زر بیعانہ (آن لائن جمع کروانی ہوگی)	7,43,100/- روپے
ٹینڈر جمع کرنے اور کھلنے کی تاریخ اور وقت	ٹینڈر 18.12.2024 کو 11.30 بجے تک اپلوڈ کیا جا سکتا ہے۔ آئی آر ای پی ایس ویب سائٹ یعنی www.ireps.gov.in پر بولی لگانے والے ای ٹینڈر میں حصہ لے سکتے ہیں۔ ٹینڈر 18.12.2024 کو 11.30 بجے کھولا جائے گا۔
پتہ جہاں سے ٹینڈر خریدا جا سکتا ہے	ٹینڈر دستاویز www.ireps.gov.in پر دستیاب ہے۔ مذکورہ ٹینڈر دستاویز آئی آر ای پی ایس ویب سائٹ یعنی www.ireps.gov.in پر 04.12.2024 سے 18.12.2024 تک آن لائن جمع کرنے کیلئے دستیاب ہوگا۔ مذکورہ ٹینڈر کے سلسلے میں دیگر تمام ضابطہ اور شرائط ٹینڈر دستاویز میں دی گئی ہیں۔ تفصیلی ٹینڈر نوٹس مذکورہ آفس کے نوٹس بورڈ پر بھی دیکھا جا سکتا ہے۔

3562/2024 No.1-W-2024-25-Dy.CE-C-JUC Dated:20.11.2024

صارفین کی خدمت میں مسکراہٹ کے ساتھ

ازنیابت کپواری تحصیل خانصاحب باجلاس محمد یاسین صاحب نائب تحصیلدار
عنوان: درخواست ازجانب عاشق احمد نجار ولد عبدالستار نجار ساکنہ کپواری تحصیل خانصاحب اجرائی OBC سرٹیفکیٹ تحت ایس آر او ۲۹۴

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں ہر خاص وعام کو بذریعہ اشتہار آگاہ کیا جاتا ہے کہ سائل نے ایک درخواست نسبت اجرائی OBC سرٹیفکیٹ پیش کی ہے۔ جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ پٹواری حلقہ سے رپورٹ اور ریونیو ریکارڈ طلب کیا گیا ہے جس کے مطابق سائل کے تمام جائیداد منقولہ وغیر منقولہ موضع کپواری میں موجود ہے اور تاحال کبھی بھی وہ ھذا سے ترک سکونت نہیں کی ہے۔ کنبے کی زرعی وغیر زرعی آمدنی ماہوار 7833 روپے تک ہے اور کنبہ ۷ افراد پر مشتمل ہے۔ اور تفصیل افراد کنبہ بذیل درج ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	پیشہ	آمدنی
عبدالستار نجار ولد غلام قادر نجار	۹۳	عمر رسیدہ	
مختی زوجہ عبدالستار نجار	۶۰	گھریلو کام	
عاشق احمد نجار ولد عبدالستار	۳۶	ترکھان	7000
رخسانہ زوجہ عاشق احمد	۳۵	گھریلو کام	
زہرہ دختر عاشق احمد	۲	نوزائدہ	
امتیاز احمد ولد عبدالستار	۲۴	زیر تعلیم	
نازیہ اختر دختر عبدالستار	۲۴	زیر تعلیم	

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

نائب تحصیلدار کپواری

تربیت

سیدہ تبسم منظور

اللہ رب العزت کی بے شمار نعمتوں، نوازشوں اور احسانات میں سے ایک عظیم نعمت اولاد ہے۔ اس نعمت کی قدر ذرا ان لوگوں سے پوچھ کر دیکھیں جو اس خوشی سے اس نعمت سے محروم ہیں۔ وہ اسے پانے کے لئے اپنا قیمتی وقت اور دولت صرف کرتے ہیں اور اس سے بھی زیادہ دولت خرچ کرنے کے لیے تیار ہوتے ہیں۔ اولاد والدین کے پاس اللہ تعالی کی امانت ہوتے ہیں۔ قیامت کے دن والدین سے ان کے بارے میں سوال کیا جائے گا کے انہوں نے یہ ذمہ داری بخوبی نبھائی یا نہیں اس امانت کی حفاظت کی تھی یا اسے برباد کیا تھا۔

یہی بچے مستقبل میں قوم کے معمار ہوتے ہیں۔ اگر انھیں صحیح تربیت دی جائے تو اس کا مطلب ہے ایک اچھے اور مضبوط معاشرے کے لیے ایک صحیح بنیاد ڈال دی گئی۔ ایک مضبوط ستون کھڑا ہو گیا۔ بچوں کی اچھی تربیت سے ایک مثالی معاشرہ وجود میں آتا ہے۔ جیسے کہ ایک ننھا سا پودا ہی مستقبل میں اچھا گھنا تناور سایہ دار اور پھل دار درخت بن سکتا ہے۔ کبھی بھی کوئی یہ نہیں پوچھتا کہ دولت کتنی ہے گاڑی بنگلے کتنے ہیں بلکہ یہی سوال ہوتا ہے اولاد کتنی ہے۔

اولاد اللہ رب العالمین کا سب سے بڑا قیمتی تحفہ ہے۔۔۔۔۔ یہ تحفہ ایسا ہے جس کے لئے انبیاء کرام نے بھی نیک اور صالح اولاد کی دعائیں مانگی۔ مال و دولت اور اولاد دنیا کے لئے زینت تو ہے ہی لیکن یہ آزمائش بھی ہیں۔ اولاد کی تربیت نہایت ضروری ہے۔ کیوں کہ یہی اولاد آگے چل کر اس روئے زمین کی فلاح کا انحصار ہوگی۔ ماں کی گود ہی اولاد کا پہلا مکتب ہے۔۔۔۔۔ اور ماں کی گود کو اولاد کا پہلا مکتب اس لئے کہا گیا ہے کہ اولاد کی تربیت میں ماں کو ایک اہم اور خاص مقام دیا گیا ہے۔ وہ نیک سیرت اور پاکیزہ مائیں ہی تو تھیں جنہوں نے اسلام کو عظیم مصلحین، علماء اور اولیاء کرام سے نوازا ہے جن کی علمی، اصلاحی اور دعوتی جدوجہد نے مختلف ادوار میں اسلام کو ظلم سے نکال کر صراط مستقیم پر گامزن کیا۔ جب بھی عالم اسلام کو معاشرتی، تہذیبی، اخلاقی اور مذہبی زوال نے گھیر لیا پھر دشمن کی مخالف سازشیں کامیاب ہونے لگیں تو انہیں نیک سیرت ماؤں کے نیک صالح بیٹوں نے عالم اسلام کی رہبری و رہنمائی کی ہے۔ قرآن کی تعلیمات کو عام کیا۔ اپنی جانیں گنوائی اور اسلام کے خلاف اٹھنے والے ہر طوفان کو اپنا راستہ بدلنے پر مجبور کر دیا۔ اس لئے ماں نیک ہوگی تو وہ اپنے بچوں کی تربیت صحیح کر پائے گی۔

بچپن میں ہی کی گئی تربیت بچوں کے دماغ پر اثر انداز ہوتی ہے۔ بچپن میں ہی اگر بچوں کی صحیح دینی و اخلاقی تربیت کی جائے تو بڑے ہونے کے بعد بھی وہ تہذیب و تمیز اور اخلاق پر ہمیشہ قائم رہتے ہیں۔ جیسے پتھر پر کھینچے گئے نقش ہوں۔ ہم سب بہت اچھی طرح جانتے ہیں کے اولاد اللہ رب العزت کا نہایت ہی قیمتی انعام ہے۔ رب العزت نے اپنے کلام میں انہیں زینت اور دنیاوی زندگی میں رونق بیان کیا ہے لیکن یہ رونق و بہار اور زینت اس وقت ہے جب اس نعمت کی قدر کی جائے دین و اخلاق اور تعلیم کے زیور سے انہیں آراستہ کیا جائے۔ بچپن ہی سے ان کی صحیح دیکھ بھال ہو دینی تربیت کا خاص خیال رکھا جائے۔ اسلامی ماحول میں انہیں پروان چڑھایا جائے۔۔۔۔ حقوق صرف اولاد کے ہی نہیں ہوتے بلکہ والدین پر بھی اولاد کے حقوق ہیں۔ ان میں سب سے اہم اُن کی دینی تعلیم اور اچھی تربیت ہے۔ تعلیم اور تربیت میں سب سے زیادہ اہم چیز تربیت ہے جبکہ ہم آدھی سے زیادہ زندگی تعلیم حاصل کرنے پر صرف کر دیتے ہیں۔ ویسے علم تو ابلیس کے پاس بھی بہت تھا۔ اسلام نے عصری تعلیم کو ہرگز منا نہیں کیا لیکن دین کی بنیادی تعلیم کا حصول اور اسلام کے ارکان کا جاننا تو ہر مسلمان پر فرض ہے اور اس پر آخرت کی فلاح و کامیابی کا بھی دارومدار ہے۔ جب تک دین کی بنیادی تعلیم سے آگاہی اور اس پر عمل نہ ہو توحید و رسالت اور آخرت پر صحیح ایمان نہ ہو یا نماز روزہ اور قرآن کی تلاوت سے اور روزمرہ کی زندگی کے احکامات سے غفلت ہو۔ جہنم سے بچنے کی فکر جس طرح خود کو کرنی چاہئے اسی طرح والدین کی یہ بہت ہی اہم ذمہ داری ہے کے وہ اپنی اولاد کی بچپن سے ایسی تربیت کریں کے ان میں دینی شعور پختہ ہو اور بڑے ہو کر وہ زندگی کے جس کسی شعبے میں بھی رہیں ایمان و عمل سے ان کا رشتہ نہ صرف قائم رہیگا بلکہ بہت مضبوط بھی ہوگا۔

دور حاضر میں والدین دنیاوی زندگی کی بہت حد تک بچوں کے بہتر مستقبل کی خوب فکر اور کوشش میں دن رات ایک کرتے ہیں۔ اس کے لئے محنت کرتے ہیں تاکہ وہ معاشرہ میں سرخرو رہیں اور آرام کی زندگی گزار سکیں لیکن اس دنیا کی چھوٹی سی زندگی کے بعد آخرت کی جو کبھی نہ ختم ہونے والی زندگی ہے وہاں کی سرخروئی سے خود بھی غافل رہتے ہیں اور اپنے بچوں کی تربیت میں بھی اس پہلو کو اہمیت نہیں دیتے۔ جتنی عصری تعلیم کے لئے جدوجہد کی جاتی ہے اتنی دینی تعلیم کے لئے نہیں کی جاتی۔ بچوں کا ذہن صاف و شفاف بالکل کورے کاغذ کی طرح خالی ہوتا ہے اس میں جو لکھنا چاہے جو بھی نقش کھینچا جائے وہ مضبوط و پائیدار ہوتا ہے۔ بچپن میں بچے کے لئے علم کا حصول پتھر پر کھینچے نقش کی طرح ہوتا ہے۔ بچپن میں جو چیز دماغ میں بٹھا دی جائے وہ پائیدار اور مضبوط ہوتی ہے جیسے زمین سے آگنے والے نرم و نازک پودوں کی طرح بچوں کے خیالات و فکر اور طرز زندگی کو جس طرح جس رخ پر چاہے با آسانی سے موڑا جا سکتا ہے جب وہ بڑے ہو جائیں اور ان کی عقل پختہ ہو جائے تو ان میں تبدیلی ناممکن تو نہیں لیکن مشکل ضرور ہوتی ہے اس لئے شروع سے ہی مطلب ابتدائی عمر میں ہی بچوں کی نگرانی اور ان کی صحیح تربیت والدین کی اہم ذمہ داری ہے۔ لڑکا ہو یا لڑکی ہو دونوں کی تربیت ایکساں کرنی چاہئے۔ اگر بیٹی کو پردہ کرنے کے لئے کہا جاتا ہے تو بیٹوں کو بھی اپنی نگاہوں کو نیچی کرنے کی تلقین کریں۔ ماں بہن بیٹیوں کی عورت کی عزت کرنا سکھائیں۔

تعلیم جتنی ضروری ہے اس سے زیادہ تربیت ضروری ہے۔ آجکل جو میاں بیوی کے جھگڑے معمولی معمولی باتوں پر طلاق اور خلع کے تقاضے۔ والدین سے بدسلوکی بدتمیزی گھر سے باہر نکالنا دینا، در بدر کی ٹھوکریں کھانے کے لئے اکیلا چھوڑ دینا۔۔ رشتہ داروں میں بھائی بہنوں میں اختلافات پیدا ہونا۔۔ رشتوں ناطوں سے زیادہ مال و دولت اور چیزوں کو ترجیح دینا۔۔ چھوٹی چھوٹی باتوں پر گالی گلوچ کرنا۔۔۔ اپنے سے بڑوں کا احترام نا کرنا اور نا جانے کئی ایسی وجوہات ہیں جو سب کی سب بتا رہی ہیں کہ یہ پڑھی لکھی ایجوکیشنل نسل تربیت سے بالکل پرے ہے۔ اپنی اولاد کو تعلیم کے ساتھ ساتھ تربیت کے زیور سے بھی آراستہ کیجئے تاکہ ایک صاف شفاف اور نیک معاشرہ تشکیل پا سکے۔ ایک بات ذہن نشین کر لیں تعلیم کی کمی کو تربیت ڈھانپ سکتی ہے پر تربیت کی کمی کو تعلیم نہیں ڈھانپ سکتی۔ جتنی تعلیم ضروری ہے اس سے زیادہ تربیت ضروری ہے۔ بچے پالنا کوئی بڑا کام نہیں یہ کام صدیوں سے جانور چرند پرند بڑے بہت اچھی طرح سے کرتے آرہے ہیں۔ بڑا کام ہے بچوں کی اچھی تربیت کرنا۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

اغیار کی نقالی، باعثِ ذلت وخواری

عبدالرشید طلحہ نعمانی

تہذیبوں کی آویزش، ثقافتوں کا ٹکراؤ اور روایتوں کا تصادم کوئی انوکھی بات نہیں، روز اول سے یہ سلسلہ بام عروج پر ہے اور تاقیامت جاری رہیگا۔ بالخصوص اسلامی تہذیب کو ہر زمانے میں نت نئے چیلنجز درپیش ہوئے، صلیبیوں، یہودیوں اور تاتاریوں کے ہاتھوں متعدد مرتبہ اسلامی تمدن و حضارت پر شب خون مارنیا اور چوطرفہ یلغار کرنے کی ناپاک کوششیں کی گئیں؛ مگر ہر بار یا تو اسلام کے کھوالے اپنی تہذیب کے آگے سد سکندری بن کر کھڑے ہو گیا پھر کعبہ کو صنم خانہ سے پاسباں میسر آتے رہے۔ اس وقت بھی اسلامیان برصغیر کے لیے ہندوانہ تہذیب، کشمکش کا ایک ایسا دوراہا ہے؛ جہاں آکر عوام کی اکثریت قلادۂ اسلام گلوں سے نکال پھینکتی ہے اور اغیار کی نقالی کو قابل فخر کارنامہ جھلکتی ہے۔ کتاب وسنت کی اصطلاح میں اسی کو تشبہ کہا جاتا ہے یعنی اپنی ہیئت و وضع تبدیل کر کے دوسری قوم کی وضع قطع اختیار کرلینا، اپنے تہذیبی ورثہ سے دست کش ہو کر دوسروں کی روایات کو حرز جاں بنالینا، اپنی حقیقی شناخت و پہچان کو مسخ کر کے غیروں کے طور طریق کو بہتر تصور کریلنا۔۔۔۔۔ اور یہ ایسا سنگین جرم ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے بد دعا کیطور پر فرمایا: جو جس قوم کی مشابہت اختیار کرے گا وہ اسی میں شمار ہوگا۔ (ابوداؤد)

علماء کرام نے فرمایا کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے اس ارشاد میں عقیدہ و ایمان کیتعلق سے غیروں سے مماثلت و مشابہت مراد نہیں؛ کیوں کہ جو شخص عقیدہ و ایمان کے اعتبار سے غیر اسلامی فکر اختیار کرلے وہ تو پہلے ہی سے مسلمان نہیں، اس حدیث میں عملی اور سماجی زندگی میں غیروں کے تشبہ سے منع فرمایا گیا ہے، اور مختلف مسائل میں حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی توضیح و تشریح نے اس نکتہ کو مزید واضح کیا ہے۔ مثلاً آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے سورج نکلنے، اس کے نصف آسمان پر ہونے اور ڈوبنے کے وقت نماز پڑھنے سے منع فرمایا کہ یہ اوقات عام طور پر آفتاب پرست قوموں کی عبادت کے رہے ہیں، روزہ میں حکم ہے کہ افطار میں جلدی کی جائے، تاخیر نہ کی جائے، کہ یہ اہل کتاب کا طریقہ ہے، یوم عاشوراء کے ساتھ مزید ایک روزہ کا حکم ہوا، اس دن یہود روزہ رکھا کرتے تھے، تاکہ مسلمان اپنی عبادت میں بھی ان سے ممتاز رہیں۔

ان ہدایات سے حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا منشا یہی ہے کہ مسلمان کو ہر شعبۂ زندگی میں دیگر اقوام سے قومی و دینی اعتبار سے ممتاز اور مشخص رہنا چاہیے۔ اس کے باوجود اگر کوئی ان ہدایات کو پس پشت ڈال کر غیروں کی مشابہت اختیار کرتا ہے تو یہ بھی ایک اعتبار سے منافقت ہیاور منافقین کا مقام جہنم کا نچلا طبقہ ہے۔

تشبہ کی مختلف قسمیں:

حضرت حکیم الامت ؒ نے اپنی ایک کتاب میں تشبہ کے اقسام پر تفصیلی روشنی ڈالی ہے، مناسب معلوم ہوتا ہیکہ اس کا کچھ خلاصہ یہاں بھی نقل کردیا جائے؛ تاکہ مزید بصیرت ہوجائے۔

(1) تشبہ بالکفار اعتقادات وعبادات میں کفر ہے اور مذہبی رسومات میں حرام ہے، جیسا کہ نصاری کی طرح سینہ پر صلیب لٹکانا اور ہنود کی طرح زنار باندھنا ایسا تشبہ بلاشبہ حرام ہے۔ تشبہ بالکفار امور مذہبیہ میں حرام ہے جو چیزیں دوسری قوموں کی مذہبی وضع ہیں ان کا اختیار کرنا کفر ہوگا جیسے صلیب لٹکانا، سر پر چوٹی رکھنا "یا جے" پکارنا۔

(2) معاشرت اور عبادات اور قومی شعار میں تشبہ مکروہ تحریمی ہے مثلاً کسی قوم کا وہ مخصوص لباس استعمال کرنا جو خاص انہی کی طرف منسوب ہو، اور اس کا استعمال کرنے والا اسی قوم کا ایک فرد سمجھا جانے لگے جیسے نصرانی ٹوپی اور ہندوانہ دھوتی، یہ سب ناجائز اور ممنوع ہے اور تشبہ میں داخل ہے۔ وعلی ہذا، کافروں کی زبان اور ان کے لب ولہجہ اور طرز کلام کو اس لئے اختیار کرنا کہ ہم بھی انگریزوں کے مشابہ بن جائیں تو بلاشبہ یہ ممنوع ہوگا۔

(3) اور جو چیزیں دوسری قوموں کی نہ قومی وضع ہیں نہ مذہبی ہیں گو ان کی ایجاد ہوں اور عام ضرورت کی چیزیں ہیں جیسے دیا سلائی یا گھڑی یا نئے ہتھیار ریائنی ورزشیں جن کا بدل ہماری قوم میں نہ ہو اس کا برتنا جائز ہے مگر ان جائز چیزوں کی تفصیل اپنی عقل سے نہ کریں بلکہ علماء سے پوچھ لیں۔ ایجادات و انتظامات اور اسلحہ اور سامان جنگ میں غیر قوموں کے طریقے لے لینا جائز ہے جیسے بندوق ہوائی جہاز وغیرہ یہ درحقیقت تشبہ نہیں مگر شرط یہ ہے کہ اس کے استعمال سے نیت وارادہ کافروں کی مشابہت کا نہ ہو، یہ ان ایجادات کا حکم ہے جن کا بدل مسلمانوں کے پاس نہیں اور جو ایسی ایجاد ہوں کہ جس کا بدل مسلمانوں کے پاس موجود ہو تو اس میں تشبہ مکروہ ہے۔

(4) مسلمانوں میں جو فاسق یا بدعتی ہیں ان کی وضع اختیار کرنا بھی گناہ ہے پھر ان سب ناجائز وضعوں میں اگر پوری وضع بنائی تو زیادہ گناہ ہوگا اور اگر ادھوری بنائی تو اس سے کم ہوگا۔ (ماخوذ از انفاس عیسی)

مختصر یہ کہ ہم مسلمانوں کو رحمت دوعالم صلی اللہ علیہ وسلم کی جانب سے ظاہری و باطنی اعتبار سے جو کامل و مکمل اور فطری و پاکیزہ طریقہ زندگی ملاہے، اگر کوئی بدنصیب اسے ترک کر کے کسی اور قوم کی نقل و حرکت اور مشابہت اختیار کرتا ہے، خواہ اخلاق واطوار میں ہو، یا افعال واحوال میں، لباس ومعاش میں ہو، یا تہذیب وتمدن میں، جب کہ وہ طور طریق خاص ان ہی کے ہوں تو ان کی مشابہت اختیار کرنے والا حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا سچا امتی اور عاشق نہیں ہوسکتا۔

صحابہ کرام کا جذبہ ایمانی:

عہد نبوی ﷺ میں جب کوئی شخص مشرف بہ اسلام ہوتا تو اس میں کئی ایک تبدیلیاں رونما ہو چکی ہوتیں، ان میں سے ایک اہم تبدیلی یہ ہوتی کہ اس کی دوستی اور دشمنی کا معیار بدل جاتا ہے۔ جو کل تک اس کے دوست تھے وہ دشمن بن جاتے ہیں اور جو دشمن تھے وہ دوست ہو جاتے ہیں اور ان نئے بننے والے دوستوں کی خاطر وہ اپنے پرانے دوستوں سے لڑائی تک کے لیے تیار ہو جاتا؛ بل کہ اس لڑائی میں اپنی جان اور مال قربان کرنے سے بھی گریز نہیں کرتا۔

حضرت ثمامہ بن اثال رضی اللہ عنہ پہلے کافر تھے، بنو حنیفہ کے سردار تھے، مسیلمہ کذاب کے کہنے پر رسول اللہ ﷺ کو دھوکے سے قتل کرنے نکلے، مگر مسلمانوں نے انہیں گرفتار کرلیا اور مسجد کے ستون کے ساتھ لا کر باندھ دیا۔ رسول اللہ ﷺ ان کے پاس تشریف لائے فرمایا: ثمامہ کہو کیا حال ہے؟ انہوں نے کہا: "اچھا ہے، اگر آپ مجھے قتل کریں گے تو ایک خون والے کو قتل کریں گے (جس کا بدلہ لینے والے موجود ہیں) اور اگر مال چاہتے ہو تو فرمایئے جتنا آپ چاہتے ہیں آپ کو دیدیا جائے گا۔" آپ ﷺ انہیں وہیں چھوڑ کر چلے گئے، پھر اگلے دن ان کے پاس آئے اور ان سے یہی بات فرمائی اور انہوں نے یہی جواب دیا۔ پھر تیسرے دن وہاں سے گذرے اور حال دریافت کیا، انہوں نے وہی جواب دیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا "ثمامہ کو چھوڑ دو!" ثمامہ اس (اسیری کے) دوران قرآن پاک سنتے رہے۔ نبی پاک ﷺ اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کی نماز اور دوسرے حالات دیکھتے رہے۔ جوں ہی انہیں چھوڑا گیا، مسجد کے قریب کھجوروں کے ایک باغ میں گئے، غسل کیا، مسجد میں آئے اور بلند آواز سے پڑھا: "اشھد ان لا الہ الا اللہ، وان محمدا رسول اللہ ﷺ" (صحیح بخاری) اب دیکھیے! اسلام لینے کے ساتھ ہی کیا تبدیلی واقع ہوئی؟ کہنے لگے "یا رسول اللہ ﷺ! اللہ کی قسم! اس روئے زمین پر آپ کے چہرے سے زیادہ بغض مجھے کسی چہرے سے نہیں تھا، اب آپ کا چہرا مجھے سب چہروں سے زیادہ محبوب ہو گیا ہے۔ اللہ کی قسم! روئے زمین پر کوئی دین مجھے آپ کے دین سے زیادہ ناپسندیدہ نہیں تھا اور اب آپ ﷺ کا دین مجھے سب دینوں سے زیادہ پیارا اور محبوب ہے۔ اللہ کی قسم! کوئی شہر آپ کے شہر سے زیادہ برا دکھائی نہیں دیتا تھا اور اب آپ ﷺ کا شہر مجھے سب شہروں سے زیادہ محبوب دکھائی دیتا ہے۔" اس سے اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ ایک مومن صادق کی قلبی وایمانی کیفیت کیا ہونی چاہیے۔

اسی طرح ہندہ بنت عتبہ بن ربیعہ رضی اللہ عنہ جس نے رسول اللہ ﷺ کے چچا حمزہ رضی اللہ عنہ کا مثلہ کیا تھا اور جگر چبایا تھا، جب ایمان لائی تو کہتی ہیں: یا رسول اللہ ﷺ تمام روئے زمین پر آپ ﷺ کے خیمے والوں سے زیادہ کسی خیمہ میں رہنے والوں کے متعلق میری یہ خواہش نہیں تھی کہ وہ ذلیل ہوں اور اب حالت یہ ہوگئی ہے کہ روئے زمین پر آپ کے خیمہ سے بڑھ کر کسی خیمہ کے متعلق میری خواہش نہیں کہ انہیں عزت حاصل ہو (صحیح بخاری)

الغرض: یہ ایک قدرتی چیز ہے کہ ایمانی محبت تمام محبتوں پر غالب ہوتی ہے اور اللہ پاک کا ہم سے تقاضا بھی یہی ہے کہ ہماری طرف آؤ تو پورے آؤ۔ یہ نہیں کہ کچھ دوستی ہم سے اور کچھ دشمنوں سے۔ یہ بات اللہ پاک کو بالکل گوارا نہیں۔ ارشاد باری ہے کہ: "اے وہ لوگو جو ایمان لائے ہو!۔۔۔۔ اسلام میں پورے پورے داخل ہو جاؤ اور شیطان کے قدموں کی پیروی مت کرو۔ یقیناً وہ تمہارا کھلا دشمن ہے۔" (البقرہ: 208)

بسنت ایک غیر اسلامی رسم:

دیوالی، دسہرا اور ہولی کے متعلق تو سب جانتے ہیں کہ یہ ہندوؤں کے مذہبی تہوار ہیں، مگر سنکرانتی اور بسنت وغیرہ کے متعلق یہ غلط فہمی عام پائی جاتی ہے کہ یہ موسمی اور ثقافتی تہوار ہیں۔ ایسا صرف وہی لوگ سمجھتے ہیں جو ان تہواروں میں حصہ تو لیتے ہیں، البتہ ان کا پس منظر جاننے کی زحمت انہوں نے کبھی گوارا نہیں کی، حالاں کہ مورخین کے مطابق یہ خالصتاً ہندوانہ تہوار ہے۔ نامور محقق، مؤرخ اور سائنسدان علامہ ابوریحان البیرونی تقریباً ایک ہزار سال قبل ہندوستان آئے تھے۔ انہوں نے کلر کہار (ضلع چکوال) کے نزدیک ہندوؤں کی معروف یونیورسٹی میں عرصہ دراز تک قیام کیا، وہیں انہوں نے اپنی شہرہ آفاق تصنیف "کتاب الہند" تحریر کی جو آج بھی ہندوستان کی تاریخ کے ضمن میں ایک مستند حوالہ سمجھی جاتی ہے۔ اس کتاب کے باب 76 میں انہوں نے "عیدین اور خوشی کے دن" کے عنوان کے تحت ہندوستان میں منائے جانے والے مختلف مذہبی تہواروں کا ذکر کیا ہے۔ اس باب میں عید "بسنت" کا ذکر کرتے ہوئے علامہ البیرونی لکھتے ہیں "اسی مہینہ میں استوائے ربیعی ہوتا ہے، جس کا نام بسنت ہے، حساب سے اس وقت کا پتہ لگا کر ہندو اس دن عید کرتے ہیں اور برہمنوں کو کھلاتے ہیں، دیوتاؤں کی نذر چڑھاتے ہیں"۔ (کتاب الہند، مترجم: سید اصغر علی: صفحہ 206)

الغرض: بسنت غیر مہذب، بے دین اور لامذہب قوم کا شیوا ہے، ہمیں کب زیبا دیتا ہے کہ مردود وملعون، بے ضمیر قوم کے طرز عمل کو اپنا مشغلہ بنائیں، ہمیں تو نعمت عظمی کیطور پر "ہدایت نامہ انسانیت" عطا ہوا تاکہ ہدایت کے روشن چراغ سے دوسری قوم وملل کے گھرانوں کو روشن کریں نہ کہ اپنے گھروں کی ایمانی شمع کو گل کر کے ظلمت کدہ و کفر بنائیں۔ اس لیے ہم اس بات کی بھرپور کوشش کریں کہ غیروں کی مشابہت سے اپنے آپ کو اور اپنی اولاد کو بچائیں؛ تاکہ کل میدان حشر میں سرخروئی ہمارا مقدر بن سکے۔

سرخرو کشتی رہی ہر حال میں

ڈاکٹر شکیل احمد خان

۱۹۱۶ کی لندن کی ایک سہانی شام، اپنے عہد کی مقبول ترین اداکارہ کے فن کا مظاہرہ، ناظرین سے کھچا کھچ بھرا ہال، تالیوں کی گڑگڑاہٹ، لوگوں کا کھڑے ہو کر خراج پیش کرنا، سب کچھ بہت خوشگوار تھا۔ ہر کوئی اداکارہ سے ملنے کا متمنی تھا۔ بہ ہزار وقت شائقین سے پیچھا چھڑا کر وہ پچھلے دروازے سے نکل پڑی۔ ناظرین میں موجود ایک شخص بھی اداکارہ کے خیالوں میں مگن اپنے گھر روانہ ہوا۔ مشہور ندی تھیمز پر بنے پل پر ملگجے اندھیرے میں اسے ایک ہیولہ دکھائی دیا جو ندی میں چھلانگ لگانے ہی والا تھا۔ آخری لمحے میں اس نے اسے پیچھے سے پکڑ کر بچا لیا۔ روشنی میں اس کے چہرے پر نظر پڑتے ہی وہ انگشت بدنداں رہ گیا۔ خودکشی کرنے جا رہی لڑکی کوئی اور نہیں بلکہ وہی اداکارہ تھی جس کی قربت کے لئے سارا لندن دیوانہ ہو رہا تھا۔ اس نے بے اختیار کہا، "میں سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ تم خودکشی کرنا چاہوں گی! اور وہ بھی اس وقت جب کے سارا لندن تمہاری ایک نظر عنایت کے لئے اس وقت بھی تھیٹر کے اطراف گھوم رہا ہے۔ تمہارے پاس حسن ہے، دولت ہے، صلاحیت ہے، شہرت ہے اور تم کامیابی کی بلندی پر ہو۔ اداکارہ نے بیزارگی سے جواب دیا، "حسن، دولت، شہرت، کامیابی، جائے جہنم میں۔ کیا یہ میری اندرونی بے چینی کا علاج کر سکتی ہے؟" اس تضاد کی شدت مزید بڑھ جاتی ہے جب ہمیں پتہ چلتا ہے کہ یہ اداکارہ کوئی عام فرد نہیں بلکہ ۱۸ویں صدی کی آخری دہائیوں کی یورپ کی مقبول ترین ہستی ایو لاوالیری **LavallierEve** تھی۔

ایو لاوالیری کا اصل نام یوجین فینوگلیو تھا جو ۱۸۶۶ میں فرانس میں پیدا ہوئی۔ ۱۸۸۴ میں شرابی اور وہمی باپ نے ماں کو گولی مار کر خودکشی کر لی۔ دہشت زدہ ایو گھر سے بھاگ نکلی۔ قدرت نے اسے غیر معمولی حسن اور خوبصورت آواز سے نوازا تھا۔ وہ ہر قسم کے جذبات کے بہترین اظہار پر قادر تھی۔ حسن، آواز اور رکھ رکھاؤ نے اسے بہت جلد پیرس کے بہترین تھیٹروں کی جان بنا دیا۔ وہ فرانس کی سب سے زیادہ مقبول **celebrity** بن گئی۔ اس کا لباس اور کنگھی چوٹی کا انداز یورپ میں فیشن کا معیار تسلیم کیا جاتا۔ اس کے استعمال میں رہنے والی پرفیومس، صابن و کاسمیٹکس کی دھوم رہتی۔ اس دوران اس کے تعلقات ایک نواب سے ہوئے جس نے اس کا نام ایو لاوالیری کر دیا۔ یورپی ممالک کے بادشاہ، رانیاں، شہزادے، سفرا، نواب اور سالار جب فرانس آتے تو اس کے حسن، اداکاری اور آواز سے ضرور محظوظ ہوتے۔ پرتگال کا بادشاہ کارلوس، بیلجیم کا بادشاہ لیوپولڈ دوم، انگلینڈ کا بادشاہ ایڈورڈ ہفتم، ہنری آف باوریا وغیرہ اس کے فن کے معترف اور مداح تھے۔ خود ایو کا کہنا تھا، "سونا میرے ہاتھ کا میل تھا، میرے پاس ہر وہ چیز تھی جو دنیا دے سکتی تھی اور جس کی مجھے خواہش تھی، لیکن اس کے باوجود میری روح سب سے زیادہ دکھی اور غمگین تھی"۔ اندرونی بے چینی دور کرنے وہ گناہ کے راستے پر چل پڑی۔ نواب سے پیچھا چھڑا کر ایک تھیٹر ڈائریکٹر سے تعلقات استوار کیے، ایک ناجائز بیٹی کو جنم دیا، دیگر کئی مردوں سے ہر قسم کے روابط رکھے۔ لیکن قلبی سکون اور اطمینان سے محروم ہی رہی۔ ناجائز بیٹی اسے ہراساں کرنے ہر طرح کی حرکتیں کرتی۔ یہاں تک کے ایو بیزار ہو کر خودکشی پر مائل ہوئی۔ آخر کار مذہب میں پناہ لی۔ دنیا کے تام جھام اور رنگینیوں کو ٹھکرا کر ایک غیر معروف دیہات میں سادہ اور تیاگ کی زندگی گزار کر ۱۹۲۹ میں گمنامی کی موت کو گلے لگایا۔ اس داستان حیات کی عصر حاضر میں اور خصوصاً ہمارے لئے کیا معنویت ہے؟

دیکھئے، ٹی وی، اخبارات، اور سوشل میڈیا کے باعث ہم میں سے اکثر لوگ اور خصوصاً نوجوان اس بات کو شدت سے محسوس کرتے ہیں کہ بین الاقوامی سطح پر دیگر اقوام اور ملکی سطح پر اہل وطن کی دوسری برادریوں کے پاس آج اقتدار ہے، عیش وعشرت ہے، تام جھام ہے، قیمتی کاریں، ذاتی ہوائی جہاز اور بوٹ ہیں، محلات ہیں، طاقت، عزت، شہرت اور گلیمر ہے۔ اس کے برعکس ہماری قوم معاشی تنگدستی، سیاسی بے وقعتی، سماجی بے بضاعتی اور معاشرتی پسماندگی کی شکار ہے۔ یہ صورتحال ابتدائی مرحلہ میں فوری طور پر اکثر لوگوں میں احساس محرومی، مایوسی، بے بسی اور بے دلی کی کیفیت پیدا کرتی ہے۔ یہ احساس ہماری قوت عمل کے لئے سم قاتل ثابت ہوتا ہے اور ہمارے جوش و جذبہ کے شعلوں پر برفیلے پانی کی طرح کام کرتا ہے۔ ہم یہاں تک کیوں پہونچ گئے، یہ ایک الگ موضوع ہے۔ یہاں تو بس یہ اجاگر کرنا مقصود ہے کہ ظاہری شان و شوکت سے قطعاً متاثر نہیں ہونا چاہئے۔ کیونکہ یہ اکثر صرف ایک سراب ہوتا ہے۔ ظاہری شان وشوکت، طاقت اور تام جھام کے پیچھے بڑی دکھ بھری داستانیں ہوتی ہیں۔ بے چینی، بے بسی، بے سکونی اور جذباتی وروحانی خلا ہوتا ہے۔

اس کی سیکڑوں مثالیں پیش کی جاسکتی ہیں۔ لیکن اس کا قطعی یہ مطلب نہیں کہ ہم موجودہ قومی حالت میں مست رہیں اور اسے بدلنے کی کوشش نہ کریں۔ اسلام رہبانیت اور فرار کی تعلیم نہیں دیتا۔ دولت، حشمت اور اقتدار خود اپنے اندر کوئی خراب چیز نہیں ہے۔ ہمیں تو آخرت کے ساتھ دنیا کی بھی بھلائی مانگنے کی تعلیم دی گئی ہے۔ لیکن ناجائز طریقوں اور اقدار، ایمان اور محبت کی قیمت پر حاصل کی جانے والی دولت اور گلیمر کبھی بھی خوشی، سکون اور کامیابی کی ضمانت نہیں ہو سکتی۔ جبکہ زندگی میں بنیادی اہمیت قلبی سکون اور محبت کی ہے۔ اصل کامیابی آخرت کی کامیابی ہے۔ اب اپنی ذمہ داریوں کو پورا کرنے، دوسروں کی مدد کر کے آخرت بنانے، اور سکون و اطمینان کی زندگی بتانے کے لئے دولت، شہرت، اقتدار ایک ذریعہ ہو سکتا ہے اور ہوتا ہے۔ ہمیں اپنی پوری صلاحیتوں اور قوت کے ساتھ شرعی حدود میں اسے حاصل کرنے کی بھرپور اور جامع کوشش کرتے رہنا ہے۔ بس اہم بات یہ ہے کہ ہم ذریعہ اور مقصد کے فرق کو نہ بھولیں۔ دولت ذریعہ ہے، اور سکون، محبت، دائمی کامیابی ہمارا مقصد!

دولت سے سکون، محبت اور کردار حاصل نہیں کیا جاسکتا، ہاں، کردار، محبت اور سکون قلب سے دولت و وقار حاصل کیا جا سکتا ہے۔ دنیا میں ہر سال کئی امیر ترین، خوبصورت ترین، طاقتور ترین، قابل ترین افراد دامن اسلام میں پناہ لیتے ہیں۔ ہمارے پاس امیر، خوبصورت، طاقتور اور قابل لوگوں کی قطعی کمی نہیں ہے۔ اب دنیا کے کچھ حصوں میں علاقائی وجوہات اور حکمت عملی کی کمی کے باعث یہ چیزیں کمیاب ہیں تو اسے وقتی کمزوری تو مانا جاسکتا ہے ناکامی نہیں۔ مسلمان اگر سچ مچ مسلمان ہے تو وہ ناکام ہو ہی نہیں سکتا۔ کردار اور ایمان ہو تو پھر کوئی اور چیز ہو یا نہ ہو، وہ کامیاب ہے۔ اس کے ساتھ اگر دولت وحشمت بھی ہو تو سونے پہ سہاگہ! لیکن صرف دولت وحشمت تو دنیاوی سکون، محبت اور کامیابی کی بھی ضمانت نہیں، جیسا کہ ایو لاوالیری کی مثال سے واضح ہے۔ لہذا ہمیں دوسروں کی امارت و تام جھام دیکھ کر نفسیاتی طور پر متاثر نہ ہوتے ہوئے دین و دنیا دونوں کے حصول کے لئے اپنی جدوجہد جاری رکھنا ہے۔ اس حقیقت کو ذہن نشین کر لیں کہ اگر ہم ایمان و کردار کے ساتھ جدوجہد کر رہے ہیں تو ہم ہر حال میں کامیاب ہیں۔ دولت وشہرت کے ساتھ بھی، دولت وشہرت کے بغیر بھی! بقول احسن یوسف زئی

سرخرو کشتی رہی ہر حال میں ہے

ڈوبنے کے بعد بھی پانی میں ہے

تلک نے وہ کر دکھایا جس کا وعدہ کیا تھا/سوریا

سنچورین// یہاں جنوبی افریقہ کے خلاف تیسرے ٹی 20 میں بائیں ہاتھ کے بیٹر تلک ورما کو تیسرے نمبر پر بیٹنگ کرتے دیکھ کر سب کو حیرت ہوئی ہوگی۔ ذہن میں یہ سوال ضرور پیدا ہوا ہوگا کہ مڈل آرڈر میں کھیلنے والا کھلاڑی ٹاپ آرڈر کا کھلاڑی کیسے بن سکتا ہے؟ اس کے پیچھے ایک بہت ہی دلچسپ کہانی ہے، جس کے بارے میں کپتان سوریا کمار یادو نے جنوبی افریقہ کے خلاف تیسرے ٹی 20 میچ میں فتح کے بعد بتایا۔ سوریا کے مطابق نمبر 3 پر کھیلنے کا فیصلہ خود تلک کا تھا اور خود آگے آئے تھے اور مجھ سے یہ موقع مانگا تھا اور میں خوش ہوں کہ اس نے اس موقع کو اچھی طرح سے استعمال کیا۔ اس نے جو کہا وہ کر دکھایا۔ سوریا کمار یادو نے بتایا کہ دوسرے ٹی 20 میچ کے بعد تلک ورما ہوٹل میں میرے کمرے میں آئے اور مجھ سے تیسرے نمبر پر بیٹنگ کا موقع مانگا۔ انہوں نے مجھے بہتر کارکردگی کا یقین دلایا۔ تلک کی بات سن کر میں راضی ہو گیا۔ اس نے اپنے ارادوں کو عملی جامہ پہنانے کا موقع دیا۔ اب مجھے اچھا لگتا ہے کہ اس نے وہی کیا جو اس نے مجھ سے کرنے کو کہا تھا۔ میں ان کے لیے بہت خوش ہوں۔ مداحوں کو معلوم ہوا کہ تلک ورما نے کپتان سوریا کمار یادو کے کمرے میں کیا کہا تھا۔ انہوں نے یہ کام ہندوستانی اننگز کی تیسری گیند سے ہی شروع کر دیا۔ میچ کی دوسری ہی گیند پر اوپنر سنجو سیمسن کے بولڈ ہونے کے بعد تلک ورما بیٹنگ کے لیے کریز پر آئے اور کوئی وقت ضائع کیے بغیر وہ کام کرنے لگے جو انہوں نے اپنے کپتان سے کہا تھا۔ تیسرے نمبر پر بیٹنگ کرنے آئے تلک ورما نے 56 گیندوں پر ناقابل شکست 107 رنز بنائے۔ 191.07 کے اسٹرائیک ریٹ سے کھیلی گئی اس اننگز میں 7 چھکے اور 8 چوکے شامل تھے۔ تلک ورما نے اپنے ٹی 20 انٹرنیشنل کیریئر کی پہلی سنچری بنائی اور ٹیم انڈیا نے مجموعی طور پر 219 رنز بنا کر جنوبی افریقہ میں اپنے سب سے زیادہ ٹی 20 اسکور کا ریکارڈ توڑ دیا۔ اس سے قبل انہوں نے 2007 میں 218 رنز بنائے تھے۔

پاکستان کی منصوبہ بندی کو لگا بڑا جھٹکا

پی او کے میں نہیں گھوم سکتی ہے چیمپئنز ٹرافی

ویب ڈیسک// آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی کا تنازعہ ختم ہونے کا نام نہیں لے رہا ہے اور پاکستان کی جانب سے اس مسئلے پر کیے جانے والے اقدامات کو ایک اور بڑا جھٹکا لگا ہے۔ ہندوستانی کرکٹ ٹیم کے پاکستان دورے سے انکار کے بعد، پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) نے ہندوستان کو اپنے ملک میں بلانے کے لیے ہر ممکن کوششیں شروع کر دی تھیں۔ اس دوران آئی سی سی نے پاکستان کے خلاف بڑا قدم اٹھاتے ہوئے اس کی منصوبہ بندی کو ناکام بنا دیا ہے۔ آئی سی سی نے ایک اہم فیصلہ سناتے ہوئے یہ واضح کیا کہ پاکستان کے زیر انتظام کشمیر (پی او کے) میں چیمپئنز ٹرافی کی ٹرافی نہیں گھمائی جا سکتی ہے۔ اس سے پہلے پاکستان نے یہ اعلان کیا تھا کہ وہ چیمپئنز ٹرافی کی ٹرافی پی او کے میں گھمائے گا۔ جو کہ جس کے بعد ہندوستان نے اس پر اعتراض جتایا تھا۔ ہندوستان نے اس قدم کا سختی سے اعتراض کیا تھا اور آئی سی سی سے اس پر سخت کارروائی کی درخواست کی تھی۔ جس پر آئی سی سی نے پاکستان کی منصوبہ بندی کو رد کرتے ہوئے یہ فیصلہ سنایا۔ چیمپئنز ٹرافی اور ہندوستان۔ پاکستان کے درمیان ہونے والے میچوں کے مقامات پر، بی سی سی آئی کے نائب صدر اور کانگریس کے رہنما راجیو شکلا نے اپنی پوزیشن واضح کرتے ہوئے کہا، "ہم اس معاملے میں بالکل واضح ہیں اور ہماری پالیسی یہ ہے کہ ہم حکومت کے احکام پر عمل کریں گے۔ جو بھی ہدایات حکومت دے گی، ہم ان کے مطابق عمل کریں گے۔ ہم نے یہ بات آئی سی سی کو بھی بتا دی ہے۔" راجیو شکلا نے کہا کہ کھیل کو سیاست سے بالاتر ہونا چاہیے لیکن پاکستان کی جانب سے کی جانے والی کارروائیاں اور دہشت گردی کے معاملات کو دیکھتے ہوئے ہندوستان نے یہ فیصلہ لیا ہے۔ جاوید احمد رانا، جو کہ جموں و کشمیر کے کابینہ وزیر ہیں، نے کہا کہ یہ بہت افسوس کی بات ہے کہ کھیل اور کھیلوں سے جڑی سرگرمیوں کو سیاست میں گھسیٹا جا رہا ہے۔ انہوں نے کہا، "اس میں کوئی شک نہیں کہ پاکستان دہشت گردی پھیلاتا ہے لیکن ہمیں دوستی کا ہاتھ بڑھانا چاہیے۔ کھیلوں اور سماجی سرگرمیوں کو بڑھانا چاہیے۔" کویندر گپتا، جو کہ سابق نائب وزیر اعلیٰ جموں و کشمیر اور بی جے پی کے رہنما ہیں، نے کہا کہ پاکستان جان بوجھ کر ایسی حرکتیں کر رہا ہے، حالانکہ وہ جانتا ہے کہ اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا۔ آئی سی سی نے اس کی مذمت کی اور اسے رد کر دیا، یہ ایک اچھا قدم ہے۔ پاکستان ہمیشہ ایسی چیزوں کو بین الاقوامی سطح پر لانا چاہتا ہے اور ہر بار اسے منہ کی کھانی پڑتی ہے۔ آئی سی سی نے جو کیا ہے وہ ایک اچھا قدم ہے اور مجھے لگتا ہے کہ اسے رد کر کے یہ پاکستان کے منہ پر ایک طمانچہ ہے۔

حکومت نے ہندوستانی کبڈی ٹیم کو بھی پاکستان بھیجنے سے کیا انکار

ویب ڈیسک// ایک طرف حکومت ہند نے بی سی سی آئی سے صاف کر دیا ہے کہ ہندوستانی کرکٹ ٹیم 'چیمپئنز ٹرافی 2025' میں حصہ لینے پاکستان نہیں جائے گی، اور دوسری طرف حکومت ہند نے ہندوستانی کبڈی ٹیم کو بھی پاکستان بھیجنے سے منع کر دیا ہے۔ ہندوستان اور پاکستان کے درمیان 19 نومبر سے دوستانہ میچوں کی سیریز ہونی تھی، لیکن حکومت ہند کے فیصلے نے اس سیریز کی منسوخی کا راستہ ہموار کر دیا ہے۔ دوستانہ میچوں کی سیریز کے لیے ہندوستانی ٹیم کو پاکستان نہ بھیجنے کے فیصلے سے پاکستانی افسران میں مایوسی کی لہر دوڑ گئی ہے۔ پاکستان کبڈی فیڈریشن (پی کے ایف) کے سکریٹری محمد سرور رانا نے اس فیصلے پر گہری مایوسی ظاہر کی ہے۔ انھوں نے کہا کہ ہم ہندوستانی ٹیم کی میزبانی کو لے کر بہت پرجوش تھے، لیکن اب ہمیں یہ سن کر تکلیف ہوئی ہے کہ ہندوستانی ٹیم پاکستان نہیں آئے گی۔ محمد سرور رانا نے اسے دونوں ممالک کے درمیان کبڈی کو فروغ دینے کا ایک بڑا موقع گنوانے والا قدم بتایا ہے۔ ساتھ ہی پاکستان کبڈی فیڈریشن کا کہنا ہے کہ ہندوستانی ٹیم کا دورہ منسوخ ہونے کے بعد اب وہ متبادل نمائشی میچ کے انعقاد پر غور کر رہا ہے۔ ہندوستان اور پاکستان کے درمیان دوستانہ سیریز 19 نومبر سے کرتارپور، لاہور اور بہاولپور میں ہونی تھی۔ 19 نومبر کو پہلا میچ کرتارپور میں ہوتا، پھر 21 نومبر کو لاہور اور 23 نومبر کو بہاولپور میں میچ ہونا طے پایا تھا۔ لیکن اب سبھی تیاریوں پر پانی پھر گیا ہے۔

تیز گیند باز محمد سمیع نے واپس آتے ہی مچا دیا تہلکہ

ویب ڈیسک// تقریباً 1 سال کے لمبے عرصے کے بعد محمد سمیع نے کرکٹ میدان پر دوبارہ واپسی کی ہے۔ انجری سے واپس آتے ہی سمیع نے میدان پر پھر سے تہلکہ مچا دیا۔ رنجی ٹرافی کے ایک میچ میں بنگال کی طرف سے کھیلتے ہوئے انہوں نے 4 بلے بازوں کو اپنا شکار بنایا۔ اس طرح انہوں نے بارڈر-گواسکر ٹرافی کا دروازہ بھی کھٹکھٹا دیا ہے۔ کرکٹ میدان میں ان کی واپسی کا سبھی کو بے صبری سے انتظار تھا۔ انہوں نے 19 اوور کی گیند بازی کر کے یہ ثابت کر دیا کہ وہ مکمل طور پر فٹ ہیں اور ہندوستانی ٹیم میں واپسی کرنے کے لیے پورے طور پر تیار ہیں۔ محمد سمیع نے اپنا آخری میچ تقریباً 1 سال قبل 19 نومبر 2023 کو ون ڈے ورلڈ کپ کے فائنل میں کھیلا تھا۔ ورلڈ کپ کے دوران ہی وہ انجری کے شکار ہو گئے تھے۔ تب سے وہ کرکٹ میدان سے دور واپسی کی تیاری میں مصروف تھے۔ ہندوستانی ٹیم میں واپسی سے قبل انہوں نے رنجی ٹرافی میں کھیلنے کا فیصلہ کیا، تاکہ وہ اپنی فٹنس ثابت کر سکیں۔ رنجی ٹرافی کے میچ میں انہوں نے بنگال کی طرف سے کھیلتے ہوئے اندور کے ہولکر اسٹیڈیم میں زبردست کھیل کا مظاہرہ کیا۔ انہوں نے اپنی 19 اوور کی گیند بازی میں 54 رن دے کر 4 کھلاڑیوں کو پویلین کی راہ دکھائی۔

ہم نے بلے بازی، گیند بازی اور فیلڈنگ میں جارحانہ کارکردگی کا مظاہرہ کیا/سوریہ کمار

سنچورین// ہندوستانی ٹی 20 ٹیم کے کپتان سوریہ کمار یادو نے کہا کہ ہم نے بلے بازی، گیند بازی اور فیلڈنگ میں جارحانہ کارکردگی دکھائی ہے اور میں اس جیت سے بہت خوش ہوں۔ سوریہ کمار نے تلک ورما کی شاندار سنچری کی تعریف کرتے ہوئے کہا کہ تلک نے موقع سے فائدہ اٹھا کر خود کو ثابت کیا۔ سنچورین میچ جیتنے کے بعد صحافیوں سے بات کرتے ہوئے سوریہ کمار نے کہا کہ ہم نے آج اور پرسوں ٹیم میٹنگ میں جو بھی بات کی، ہم نے اس پر عمل کیا۔ میں کھلاڑیوں کی کارکردگی سے بہت خوش ہوں۔ ہم نے بیٹنگ، بولنگ اور فیلڈنگ میں جارحانہ انداز کا ثبوت دیا۔ انہوں نے انکشاف کیا کہ آخری میچ کے بعد ہی تلک نے مجھ سے بات کی تھی کہ وہ تیسرے نمبر پر موقع چاہتے ہیں اور میں نے بھی سوچا کہ انہیں موقع دیا جائے۔ انہوں نے کہا، "وہ (تلک ورما) گقبیر ہا میں میچ ختم ہونے کے بعد میرے کمرے میں آئے تھے اور کہا کہ مجھے تیسرے نمبر پر بلے بازی کا موقع دیجئے۔ میں ٹیم میں اچھی کارکردگی دکھانا چاہتا ہوں۔ میں نے کہا جاؤ اور خود کو ثابت کرو۔ اس نے جو کہا وہ کر دکھایا۔ آج کا دن ان کے اور ان کے خاندان کے لیے بہت خوشی کا دن ہے۔" پلیئر آف دی میچ منتخب ہونے والے تلک ورما نے کہا کہ میرے پاس الفاظ نہیں ہیں، سیریز کے نقطہ نظر سے بھی یہ ایک اہم میچ تھا، اس لیے ایسی اننگ کھیل کر مجھے خوشی ہے۔ اس کا پورا کریڈٹ کپتان سوریہ کمار یادو کو جاتا ہے۔ انہوں نے میچ سے پہلے مجھ سے کہا کہ میں تیسرے نمبر پر بیٹنگ کر سکتا ہوں اس لیے وہ چوتھے نمبر پر بیٹنگ کر سکتے ہیں۔

بارش سے متاثرہ میچ میں سری لنکا نے نیوزی لینڈ کو 45 رنز سے شکست دے دی

دمبولا// سری لنکا نے کوسل مینڈس (143) اور اویشکا فرنینڈو (100) کی سنچری اننگز کے بعد گیند بازوں کی شاندار کارکردگی کی بدولت بدھ کو بارش سے متاثرہ پہلے ون ڈے میں نیوزی لینڈ کو 45 رنز سے شکست دے دی۔ بارش سے متاثرہ میچ میں 221 رنز کے نظر ثانی شدہ ہدف کے تعاقب میں نیوزی لینڈ کی اوپننگ جوڑی ول ینگ اور ٹم رابنسن نے عمدہ آغاز کیا اور پہلی وکٹ کے لیے 88 رنز جوڑے۔ 14ویں اوور میں مہیش تیکشنا نے ٹم رابنسن (35) کو آوٹ کیا۔ یہ شراکت مینڈس کے ہاتھوں اسٹمپ ہو کر ٹوٹ گئی۔ اس کے بعد نیوزی لینڈ نے 21 رنز جوڑے اور مزید چار وکٹیں گنوا دیں۔ ول ینگ (48) کو بھی تیکشنا نے اپنا شکار بنایا۔ ہنری نکولس (چھ)، مارک چیپ مین (دو)، گلین فلپس (نو) رنز بنانے کے بعد آوٹ ہوئے۔ مچل ہے (10)، کپتان مچل سینٹنر (10) اور نیتھن اسمتھ (نو) رنز بنانے کے بعد پویلین لوٹ گئے۔ مائیکل بریسویل (34) اور جیکب ڈفی (چار) رنز بنانے کے بعد ناٹ آوٹ رہے۔ نیوزی لینڈ کی ٹیم 27 اوورز میں نو وکٹوں پر صرف 175 رنز بنا سکی اور 45 رنز سے میچ ہار گئی۔ سری لنکا کی جانب سے دلشان مدوشنکا نے تین وکٹیں حاصل کیں

چیمپئنز ٹرافی؛ شیڈول میں تاخیر، براڈ کاسٹرز کو بڑے نقصان کا خدشہ

ویب ڈیسک// چیمپئنز ٹرافی میں بھارتی ٹیم کی شرکت سے انکار کے بعد انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کے براڈ کاسٹنگ رائٹس خریدنے والی کمپنی کا صبر بھی جواب دے گیا۔ رپورٹس کے مطابق براڈ کاسٹنگ کمپنی کے رائٹس خریدنے والی کمپنی نے آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی کے شیڈول کا اعلان کرنے کیلئے دباؤ ڈالنا شروع کر دیا۔ میڈیا رپورٹس میں دعویٰ کیا گیا ہے کہ آئی سی سی نے براڈ کاسٹرز کو 2027 تک کے میڈیا رائٹس 3 ارب ڈالرز میں دیے تھے اور یقین دلایا تھا کہ اس سرکل میں پاک بھارت میچز لازمی ہوں گے۔ تاہم چیمپئنز ٹرافی میں بھارتی حکومت کی جانب سے اپنی ٹیم سیکیورٹی بہانہ بنا کر بھیجنے سے انکار کے بعد پاکستان نے بھی سخت موقف اپناتے ہوئے تمام ایونٹس میں روہت الیون کیخلاف کھیلنے سے انکار پر آئی سی سی پریشانی کا شکار ہے۔ بی سی سی آئی کے انکار سے سب سے زیادہ نقصان براڈ کاسٹرز کو ہوگا کیونکہ پاک بھارت مقابلے سے ہی کمائی ہونا تھی۔ اب شیڈول کے اعلان میں تاخیر سے براڈ کاسٹرز کا بڑا نقصان ہو رہا ہے اور براڈ کاسٹر نے آئی سی سی سے ٹرافی شیڈول کے فوری اعلان کا مطالبہ دہرایا ہے۔ واضح رہے کہ بھارتی حکومت کی جانب سے سیکیورٹی کا بہانہ بنا کر ٹیم کو پاکستان بھیجنے سے انکار پر بورڈ آف کنٹرول انڈیا (بی سی سی آئی) نے انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کو آگاہ کر دیا ہے تاہم پی سی بی نے ناراضگی کا اظہار کیا ہے۔

دبئی، بھارتی ٹینس سٹار ثانیہ مرزا کھیلوں کی سفیر مقرر

دبئی// دبئی اسپورٹس کونسل نے سابق بھارتی ٹینس اسٹار ثانیہ مرزا کو کھیلوں کا سفیر مقرر کر لیا۔ ٹینس اسٹار نے یہ ناقابل یقین موقع فراہم کرنے پر دبئی اسپورٹس کونسل کا شکریہ ادا کیا۔ انسٹاگرام پر ثانیہ مرزا نے دبئی اسپورٹس کونسل کی جانب سے منعقد کی گئی تقریب کی کچھ تصاویر شیئر کرتے ہوئے لکھا کہ دبئی کے لیے کھیلوں کا سفیر بننا میرے لیے ایک اعزاز ہے۔ اس تقریب میں ثانیہ مرزا کے علاوہ یو ایف سی چیمپئن خبیب نورماگومیدوف اور سابق بھارتی کرکٹر ہربھجن سنگھ سمیت کھیلوں کی دنیا کی کئی دیگر قابل ذکر شخصیات بھی شریک تھیں۔

چیمپئنز ٹرافی: محمد عامر نے بھی بھارتی بورڈ کو آڑے ہاتھوں لے لیا

پاکستانی// ٹیم کے فاسٹ بولر محمد عامر نے بھی چیمپئنز ٹرافی کیلئے بھارتی ٹیم کو پاکستان بھیجنے سے انکار پر تنقید کے نشتر چلا دیے۔ اپنے یوٹیوب چینل پر گفتگو کرتے ہوئے فاسٹ بولر محمد عامر نے بھارتی موقف پر سوال اٹھاتے ہوئے کہا کہ یہ کرکٹ کا نقصان ہے، اور ایسا نہیں ہونا چاہیے تھا۔ آپ ایک ٹیم کی وجہ سے دوسری ٹیموں کو تکلیف نہیں پہنچا سکتے۔ بہتر ہوگا کہ ہندوستان کو ٹورنامنٹ سے باہر رکھا جائے اور ان کی جگہ کسی اور ٹیم کو شامل کیا جائے۔ انہوں نے کہا کہ دیگر ٹیمیں یہاں مقابلہ کرنے کیلئے تیار ہوں تو اسکے باوجود بھارت کا پاکستان میں کھیلنے سے انکار کرنا عجیب سی بات ہے۔ محمد عامر نے کہا کہ پاکستانی قوم کرکٹ سے محبت کرنے والی قوم ہے، بھارت کا ایسا فیصلہ یقینی طور پر شائقین کرکٹ کیلئے نہایتی مایوس کن ہے، جس کا جواز بھی پیدا نہیں ہوتا۔ انہوں نے خبردار کیا کہ بھارت کا انکار پاکستان میں کرکٹ بحالی کیلئے نقصان دہ ہو سکتا ہے، جس کا اثر کرکٹ کے کھیل پر پڑے گا۔ خیال رہے کہ بھارتی حکومت کی جانب سے سیکیورٹی کا بہانہ بنا کر ٹیم کو پاکستان بھیجنے سے انکار پر بورڈ آف کنٹرول انڈیا (بی سی سی آئی) نے انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کو آگاہ کر دیا ہے تاہم پی سی بی نے ناراضگی کا اظہار کیا ہے جس پر ٹورنامنٹ کا مستقبل تاریکی میں ڈوبتا اور دونوں ملکوں کے درمیان تعلق مزید کشیدہ ہو گئے ہیں۔ متعدد رپورٹس میں کہا گیا ہے کہ پاکستان نے اعلان کیا ہے کہ اگر 2025 کی چیمپئنز ٹرافی پاکستان میں نہیں ہوئی تو وہ کسی بھی آئی سی سی ٹورنامنٹ یا ایشیا کپ میں بھارت کے خلاف نہیں کھیلے گا۔

چیمپئنز ٹرافی کیلئے تناؤ، آئی سی سی نے بھارتی بورڈ سے رابطہ کر لیا

لندن// چیمپئنز ٹرافی میں بھارتی کرکٹ ٹیم کی عدم شرکت پر انٹرنیشنل کرکٹ کونسل بی سی سی آئی کی مشاورت کے بعد پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) کو ردعمل دے گی۔ پی سی بی نے دیگر بورڈز کے ساتھ روابط شروع کر دیے تاکہ انھیں بھارتی بورڈ کے رویے سے آگاہ کیا جا سکے۔ پاکستان ہائبرڈ ماڈل کی مخالفت کے موقف پر قائم ہے جس سے آئی سی سی کی مشکلات میں اضافہ ہو گیا ہے۔ ذرائع کے مطابق آئی سی سی کی جانب سے پی سی بی کو ای میل کا فوری جواب ملنا ممکن نہیں، اس میں کچھ دن لگیں گے، پاکستان کی طرف سے بھارتی ٹیم کے انکار کی ٹھوس وجوہات جاننے کی خواہش پر اب آئی سی سی نے بھارتی بورڈ سے رابطہ کر لیا ہے۔ بھارتی بورڈ سے پی سی بی کے سوالات پر تبادلہ خیال کرتے ہوئے ممکنہ جوابات مانگے گئے ہیں، اسی کے بعد پاکستان کرکٹ بورڈ کی ای میل کا جواب دیا جا سکے گا۔

کماموٹو ماسٹرز میں ہندوستان کا سفر پی وی سندھو کی مشیل لی سے ہارنے کے ساتھ ختم

کماموٹو (جاپان)// کماموٹو ماسٹرز ٹورنامنٹ میں ہندوستان کا سفر خواتین کے سنگلز کے راؤنڈ آف 16 میں ہندوستانی بیڈمنٹن کھلاڑی پی وی سندھو کی کینیڈا کی مشیل لی کے ہاتھوں شکست کے ساتھ ختم ہو گیا ہے۔ دو بار کی اولمپک تمغہ جیتنے والی پی وی سندھو نے میچ کی اچھی شروعات کی لیکن وہ اپنی رفتار برقرار نہیں رکھ سکی اور مشیل لی سے 21-17، 16-21، 17-21 سے ہار گئیں۔ پہلے گیم میں سندھو نے اپنے قد کا فائدہ اٹھایا اور جارحانہ انداز میں کھیلا اور کھیل کے وسط میں چار پوائنٹ کی برتری حاصل کی۔ مشیل لی نے فرق کو کم کر کے 15-13 کر دیا، لیکن سندھو نے جلد ہی کنٹرول حاصل کر لیا اور پہلا گیم جیت لیا۔ کامن ویلتھ گیمز کی سابق چیمپئن مشیل لی نے دوسرے گیم میں شاندار کارکردگی دکھا کر سندھو کو پریشان کر دیا۔ سندھو 8-3 سے پیچھے تھیں لیکن وہ اسکور 9-9 پر برابر کرنے پر واپس آئیں اور ہاف ٹائم کے بعد بھی میچ میں برقرار رہیں۔ تاہم لی نے آخری آٹھ پوائنٹس میں سے چھ جیت کر گیم کو فیصلہ کن مقام تک پہنچا دیا۔ فائنل گیم میں دونوں کھلاڑیوں کے درمیان سخت مقابلہ ہوا۔ تاہم 17-16 کی برتری کے بعد سندھو مسلسل پانچ پوائنٹس کھونے کے بعد میچ ہار گئیں اور بی ڈبلیو ایف سپر 500 ایونٹ سے باہر ہو گئیں۔ یہ سندھو کی مشیل لی کے خلاف 15 میچوں میں پانچویں شکست تھی۔

ارشدیپ کی شاندار گیند بازی کی بدولت ہندوستان نے جنوبی افریقہ کو 11 رن سے شکست دی

سنچورین// تلک ورما (ناٹ آوٹ 107) اور ابھیشیک شرما (50) کی طوفانی بلے بازی کے بعد ارشدیپ سنگھ (تین وکٹیں) کی شاندار گیند بازی کی بدولت ہندوستان نے تیسرے ٹی 20 میچ میں جنوبی افریقہ کو 11 رن سے شکست دے دی۔ 220 رنز کے ہدف کے تعاقب میں جنوبی افریقی ٹیم کی جانب سے ریان رکلٹن اور ریزا ہینڈرکس اوپننگ کرنے آئے۔ ہندوستان کی طرف سے پہلا اوور ارشدیپ سنگھ نے کرایا۔ اس اوور میں جنوبی افریقہ نے 7 رنز بنائے۔ جنوبی افریقہ نے ایک اوور کی بیٹنگ کی تھی، جس کے بعد بارش کے بہت سارے کیڑے اسٹیڈیم میں آ گئے جس کی وجہ سے رات 10 بجکر 43 منٹ پر کھیل روکنا پڑا۔ امپائرز نے محسوس کیا کہ کیڑے بلے بازوں کے لیے پریشانی کا باعث بن رہے ہیں۔ کیڑوں کی وجہ سے کھیل بند ہونے کے آدھے گھنٹے بعد رات 11 بج کر 10 منٹ پر کھیل دوبارہ شروع کیا گیا۔ جنوبی افریقہ نے 0/7 کے اسکور کے ساتھ اپنی اننگز جاری رکھی۔ ریان ریکلٹن کو دوسرے اوور میں لائف لائن ملی۔ اکشر پٹیل نے مڈ آف پوزیشن پر کیچ چھوڑا۔ اگلے ہی اوور میں رکلٹن آوٹ ہو گئے۔ انہیں ارشدیپ سنگھ نے بولڈ کیا۔ ریکلٹن نے 15 گیندوں پر 20 رنز بنائے۔ ان کی اننگز میں 2 چوکے اور ایک چھکا شامل تھا۔ ورون چکرورتی نے پاور پلے کے آخری اوور میں ریزا ہینڈرکس کا وکٹ لیا۔ ہینڈرکس 13 گیندوں پر 21 رنز بنانے کے بعد اسٹمپ آوٹ ہو گئے۔ انہوں نے اننگز میں 4 چوکے لگائے۔ پاور پلے میں جنوبی افریقہ نے 2 وکٹیں گنوا دیں۔ اکشر پٹیل نے اننگز کے 9ویں اوور میں ٹرسٹن اسٹبس کو ایل بی ڈبلیو کر دیا۔ اسٹبس ریورس سویپ کھیلنے کی کوشش میں آوٹ ہوئے۔ انہوں نے 12 گیندوں میں 2 چوکے لگا کر 12 رنز بنائے۔ 10ویں اوور میں جنوبی افریقی کپتان ایڈن مارکرم نے چکرورتی کے خلاف 2 چھکے لگائے۔ وہ بھی اسی اوور کی آخری گیند پر کیچ آوٹ ہو گئے۔ مارکرم نے 18 گیندوں پر 29 رنز بنائے۔ 16ویں اوور میں اکشر پٹیل نے ڈیپ مڈ وکٹ باؤنڈری پر ہوا میں چھلانگ لگا کر ایک بہترین کیچ لیا۔ ان کے کیچ نے ڈیوڈ ملر کو پویلین بھیج دیا۔ ملر نے 18 گیندوں پر 18 رنز بنائے۔ انہوں نے 1 چوکا اور 1 چھکا لگایا۔ ملر کی وکٹ ہاردک پانڈیا کے حصے میں آئی۔ ارشدیپ سنگھ نے 18ویں اوور کی چوتھی گیند پر ہینرک کلاسن کو پویلین بھیجا۔ کلاسین کو تلک ورما نے ایکسٹرا کور پوزیشن پر کیچ کیا۔ کلاسن نے 22 گیندوں میں 1 چوکے اور 4 چھکوں کی مدد سے 41 رنز بنائے۔ اس کے بعد مارکو جانسن نے جارحانہ بلے بازی کا مظاہرہ کرتے ہوئے اپنی نصف سنچری مکمل اور ٹیم کی جیت کی امید کو برقرار رکھا۔ لیکن ارشدیپ سنگھ نے انہیں ایل بی ڈبلیو آوٹ کر کے کافی اہم وکٹ لیا اور جنوبی افریقہ کو زبردست دھچکا دیا۔ جانسن نے 17 گیندوں میں چار چوکوں اور پانچ چھکوں کی مدد سے شاندار 54 رن بنائے۔ اس سے قبل جنوبی افریقہ کے کپتان ایڈن مارکرم نے ٹاس جیت کر پہلے گیند بازی کا فیصلہ کیا۔

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,