WATTAN
The Urdu Daily
روزنامہ
وطن
بڈگام

بدھوار
11 دسمبر 2024
WEDNESDAY
11-DECEMBER-2024

صفحہ 08 بابر کے پاس روہت کا ریکارڈ توڑنے کا موقع

صفحہ 08 فخر بیمار میں جلد ہی صحتیاب ہوجائیں گے

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ Vol: 14 | No: 282 | Pages: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■ صفحات: 08 ■ شمارہ نمبر: 282 ■ جلد: 14

جموں وکشمیر کے عوام کو راحت پہنچانے اور مسائل کے ازالہ کی ہر ممکن کوشش کی جائے گی

جموں وکشمیر میں مسائل بہت زیادہ

ہمیں اپنا وعدہ یاد ہے دربار موجلد شروع ہوگا، جموں کی معیشت کو ایک نیا موڑ ملے گا: وزیر اعلیٰ

سرینگر/10 دسمبر//

وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے دربار موو کو دوبارہ نافذ کرنے، جموں کی معیشت کو فروغ دینے کے لیے سیاحت اور مقامی صنعتوں کو فروغ دینے کا وعدہ کیا۔ وائس آف انڈیا کے مطابق جموں کشمیر کے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے دربار موو کو لاگو کرنے کے وعدے کو دہرایا ہے اور کہا ہے کہ اس پر عمل کیا جائے گا۔ انہوں نے کہا کہ جموں اپنی دو سالانہ دربار تحریکوں کے لیے جانا جاتا تھا۔ اس سے دونوں طرف کے لوگوں کے درمیان رابطہ بڑھ گیا۔ بدقسمتی سے، وقت کی کمی کی وجہ سے ہم اس بار شروع نہیں کر سکے، لیکن مستقبل میں ایسا کریں گے۔ وزیر اعلیٰ نے یہ باتیں جموں چیمبر آف کامرس اینڈ انڈسٹری (جے سی سی آئی) کی طرف سے تنظیم کے دفتر میں منعقدہ ایک پروگرام میں کہیں۔ اس موقع پر انہوں نے یہ بھی کہا کہ جموں کی معیشت کو فروغ دینے کے لیے حکومت سیاحت اور مقامی صنعتوں کو فروغ دے گی اور ثقافتی ورثے پر توجہ دی جائے گی۔ وزیر اعلیٰ نے مقامی صنعتوں کو ان کی موجودہ جدوجہد سے بازیافت کرنے میں مدد کے لیے اپنی حکومت کے عزم کا اعادہ کیا۔ انہوں نے جموں وکشمیر کے صنعتی شعبے کو درپیش مسلسل جدوجہد کا اعتراف کیا۔ وزیر اعلیٰ نے کہا کہ مسائل کی کوئی کمی نہیں ہے۔ اگر میں یہ کہوں کہ یہ مسائل صرف پچھلی دہائی میں سامنے آئے ہیں تو یہ گمراہ کن ہوگا۔ یہ مسائل نئے نہیں ہیں، اور یہ صرف جموں وکشمیر کے مرکز کے زیر انتظام علاقہ بننے کا نتیجہ نہیں ہیں۔ تاہم، یونین ٹیریٹری بننے سے یقیناً ان مسائل میں اضافہ ہوا ہے۔ علاقائی جغرافیائی مسائل کا ذکر کرتے ہوئے وزیر اعلیٰ نے کہا کہ ہمارے حالات کی وجہ سے بہت سے مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ جموں وکشمیر ملک کے ایک کونے میں واقع ہے۔ ہماری مارکیٹ بہت چھوٹی ہے، اور ہمارے خام مال کی بنیاد بھی محدود ہے۔ وہ صنعتیں جو خام مال کی درآمد اور تیار شدہ مصنوعات کی برآمد پر انحصار کرتی ہیں وہ حکومتی امداد کے بغیر اپنا وجود برقرار نہیں رکھ سکتیں۔ انہوں نے کہا کہ تاجروں کی مدد کرنا ہماری ذمہ داری ہے۔ وزیر اعلیٰ نے کہا کہ ہر سال ایک کروڑ سے زیادہ یاتری ماتا ویشنو دیوی کے درشن کے لیے جموں آتے ہیں۔ اگر ہم ان یاتریوں میں سے صرف 15 فیصد کو مقامی سیاحتی مقامات کی طرف موڑ سکتے ہیں تو ہمیں فوری طور پر 15 لاکھ سیاح مل جائیں گے۔ ہم نے صرف 15 لاکھ سیاحوں کے ساتھ کشمیر۔۔۔۔101

MLA ہوسٹل میں آتشزدگی ہوسٹل کی عمارت کو نقصان

سرینگر/10 دسمبر//

سرینگر کے مولانا آزاد روڈ پر واقع ایم ایل اے ہوسٹل میں اس وقت سنسنی پھیل گئی جب وہاں ایک عمارت میں آگ نمودار ہوئی۔ آگ کی واردات میں عمارت کو جزوی طور پر نقصان پہنچ گیا۔ سی این آئی کے مطابق مولانا آزاد روڈ سرینگر پر واقع ایم ایل اے ہوسٹل میں اس وقت منگل کے بعد دوپہر سنسنی کا ماحول دیکھنے کو ملا جب ہوسٹل کی عمارت میں آگ نمودار ہوئی۔ عینی شاہدین۔۔۔103

بین الاقوامی سمندری سرگرمیوں کی حفاظت کیلئے پُرعزم

فلسطین کے لوگوں کو انسانی امداد کی محفوظ اور بروقت فراہمی کی اہمیت پر زور دیا: جے شنکر

سرینگر/10 دسمبر//

بین الاقوامی سمندری سرگرمیوں کی حفاظت اور سلامتی کیلئے پرعزم ہے کی بات کرتے ہوئے وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے کہا کہ ہندوستان بین الاقوامی انسانی قانون کی پاسداری پر یقین رکھتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ نئی دہلی نے فلسطین کے لوگوں کو انسانی امداد کی محفوظ اور بروقت فراہمی کی اہمیت پر زور دیا ہے اور ہم جلد از جلد جنگ بندی اور تمام یرغمالیوں کی رہائی کا مطالبہ کرتے ہیں۔ سی این آئی مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق بحرین میں بھارت بحرین ہائی جوائنٹ کمیشن کی چوتھی میٹنگ میں خطاب کرتے ہوئے وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے مغربی ایشیا کے امن اور استحکام پر بات کی۔ انہوں نے کہا کہ یہ ہندوستان کیلئے گہری اسٹریٹجک دلچسپی کا خطہ ہے اور یقینی طور پر حالیہ دنوں میں، یہ ایک ایسا خطہ ہے جہاں خاص۔۔۔۔102

جموں وکشمیر اور لداخ کے لوگوں کے خوابوں کو پورا کرنے کیلئے ہمارا عزم غیر متزلزل

''ون نیشن ون الیکشن'' کمیشن نے رپورٹ تیار کرلی جس کا مطالعہ کیا جارہا ہے: وزیر اعظم نریندر مودی

سرینگر/10 دسمبر//

''ون نیشن ون الیکشن'' ہمیشہ سے بی جے پی کی ترجیح رہا ہے کی بات کرتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ جموں وکشمیر کے لوگوں کیلئے روشن مستقبل کا وعدہ ہیں اور کہا کہ میں جموں، کشمیر اور لداخ کے لوگوں کو یقین دلانا چاہتا ہوں کہ آپ کے خوابوں کو پورا کرنے کیلئے ہمارا عزم غیر متزلزل ہے۔ سی این آئی کے مطابق قومی نیوز چینل انڈیا ٹوڈے ٹی وی کے ساتھ ایک خصوصی انٹرویو میں وزیر اعظم نریندر مودی نے مختصر انتخابی دور کیلئے بیٹنگ کرتے ہوئے کہا کہ سیاست کو پانچ سال کی پوری مدت پر حاوی نہیں ہونا چاہیے۔ وزیر اعظم نے ون نیشن ون الیکشن کیلئے اپنی حکومت کے عزم پر بھی زور دیا۔ انہوں نے کہا'' میں ہمیشہ کہتا ہوں کہ انتخابات صرف تین یا چار ماہ کیلئے ہونے۔۔۔104

انسانی حقوق کا دن ہمیں اس بات پر غور کرنے کا

موقع فراہم کرتا ہے کہ انسان ہونے کا مطلب کیا ہے: دروپدی مرمو

سرینگر/10 دسمبر//

صدر جمہوریہ دروپدی مرمو نے کہا کہ انسانی حقوق کا دن ہمیں اس بات پر غور کرنے کا موقع فراہم کراتا ہے کہ انسان ہونے کا مطلب کیا ہے اور نوع انسانی کے بنیادی وقار میں اضافہ کرنے میں ہمارا رول کیا ہے۔ ہمارے حقوق، ہماری ساجھا ذمہ داری ہیں۔ وائس آف انڈیا کے مطابق صدر جمہوریہ دروپدی مرمو نے کہا کہ انسانی حقوق کے عالمگیر اعلامیے میں ایسے حقوق اور آزادی کی وضاحت کی گئی ہے جن کا ہر ایک انسان مستحق ہے۔ یہ حقوق غیر منقسم ہیں اور ان کا انحصار پوری طرح اس حقیقت پر ہے کہ ہر ایک انسان کا تعلق نسل انسانی سے ہی چاہے وہ کسی بھی علاقے، صنف، قومیت، مذہب، زبان اور دیگر فرقے سے تعلق رکھتا ہو۔ اس اعلامیے کے بعد عالمی برادری نے رسمی طور پر بنیادی انسانی وقار کو تسلیم۔۔۔۔107

جی ایم سی ہندوارہ میں ڈاکٹروں کی

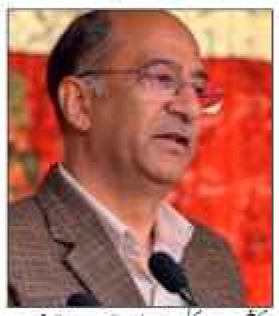
مبینہ لاپرواہی سے تین بچوں کا باپ لقمہ اجل

سرینگر/10 دسمبر//

گورنمنٹ میڈیکل کالج ہندوارہ میں ڈاکٹروں کی مبینہ لاپرواہی کے نتیجے میں تین بچوں کے باپ کی موت کے بعد اہل خانہ نے زوردار احتجاج کرتے ہوئے ملوث ڈاکٹروں کیخلاف کارروائی کا مطالبہ کیا۔ ادھر اسپتال میڈیکل سپرانٹنڈنٹ نے الزامات کو بے بنیاد قرار دیتے ہوئے کہا کہ معاملہ کی تحقیقات شروع کردی گئی ہے۔ سی این آئی کے مطابق گورنمنٹ میڈیکل کالج ہندوارہ میں تین بچوں کے باپ کی موت کے بعد لواحقین نے اسپتال احاطے میں احتجاج کرتے ہوئے کہا کہ اسپتال میں موجود ڈاکٹروں کی لاپرواہی کے نتیجے میں مریض کی موت ہوئی۔ اس موقعہ پر میڈیا سے بات کرتے ہوئے احتجاجی اہل خانہ نے بتایا کہ 37 سالہ شہری عبدالحمید صوفی ساکن ارام پورہ، کپواڑہ، منگل کی صبح گورنمنٹ میڈیکل کالج ہندوارہ میں ڈاکٹروں۔۔۔106

وادی میں بجلی کی ابتر صورتحال کی وجہ سے معمولات زندگی متاثر

سرکار نے اضافی بجلی خریدنے کیلئے ہر ماہ ایک سو کروڑ روپے منظور کئے: ناصر اسلم



سرینگر/10 دسمبر//

وادی میں خشک سردی کے ساتھ ساتھ بجلی کی صورتحال ابتر بنی ہوئی ہے جس کی وجہ سے عام لوگوں کو شدید پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ ادھر وزیر اعلیٰ کے مشیر ناصر اسلم وانی نے کہا ہے کہ جموں کشمیر سرکار نے کشمیر کیلئے ناردرن گرڈ سے مزید بجلی خریدنے کیلئے ہر ماہ کیلئے ایک سو کروڑ روپے منظور کئے ہیں۔ تاکہ وادی کشمیر میں بجلی شیڈول کے مطابق فراہم کی جاسکے۔ وائس آف انڈیا کے مطابق وادی کشمیر میں سردی کی شدت میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے اور گزشتہ رات شبانہ درجہ حرارت میں مسلسل گراوٹ آرہی ہے اور پوری وادی کو سردی نے اپنی لپیٹ میں لیا ہوا ہے۔ اس بیچ وادی میں بجلی کی ابتر صورتحال نے لوگوں کو پریشان کیا ہے۔ غیر اعلانیہ بجلی کٹوتی سے گاؤں دیہات میں لوگ پریشان ہے یہاں تک کہ سمارٹ میٹر والے علاقوں میں بھی بجلی سپلائی شیڈول۔۔۔۔105

عمر عبداللہ کی قیادت والی حکومت میں

کانگریس کی شمولیت کا امکان بے بنیاد: طارق قرہ

سرینگر/10 دسمبر//

جموں وکشمیر کانگریس کے سربراہ طارق حمید قرہ نے عمر عبداللہ کی قیادت والی حکومت میں کانگریس کی شمولیت کے امکان کے بارے میں قیاس آرائیوں کو مسترد کرتے ہوئے ریزرویشن پالیسی کے معاملے پر کوئی بھی فیصلہ کرنے سے پہلے مردم شماری مکمل کرنے کی ضرورت پر زور دیا۔ سی این آئی کے مطابق سرینگر میں پارٹی میٹنگ۔۔۔۔111

شام میں پھنسے کشمیری طلبہ اور دیگر افراد مشکلات کے شکار

اہلخانہ نے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ سے معاملات وزارت داخلہ سے اٹھانے کی اپیل کی

سرینگر/10 دسمبر//

شام میں کشمیری طلبہ اور دیگر افراد کے اہلخانہ نے تشویش ظاہر کرتے ہوئے حکام سے مطالبہ کیا ہے کہ ان طلبہ اور دیگر افراد کی حفاظت کو یقینی بنایا جائیں۔ ادھر شام میں کشمیری طلبہ اور دیگر افراد کی حفاظت کو یقینی بنانے اور انہیں صحیح سلامت وہاں سے نکالنے کا مطالبہ کرتے ہوئے جموں کشمیر سٹوڈنٹس ایسوسی ایشن نے وزیر داخلہ ایس جے شنکر کو ایک مکتوب لکھا ہے۔ جس میں ان سے درخواست کی گئی ہے کہ وہ اس معاملے پر جلد اقدامات اٹھائیں۔ وائس آف انڈیا کے مطابق شام میں بشارت الاسد کے دور کا خاتمہ کی وجہ سے وہاں صورتحال تباہ کن بنی ہوئی ہے۔ اس بیچ کشمیری طلبہ اور دیگر افراد کے گھر والوں نے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ سے اپیل کی ہے کہ وہ اس معاملے کو سنجیدگی سے لیکر کشمیریوں کی حفاظت کو یقینی بنانے کیلئے وزارت داخلہ سے بات کریں۔ ادھر جموں وکشمیر اسٹوڈنٹس ایسوسی ایشن (جے کے ایس اے) نے منگل۔۔۔110

پونچھ میں سرنگ دھماکہ فوجی حوالدار ازجان

سرینگر/10 دسمبر//

جموں کے پونچھ ضلع میں کنٹرول لائن کے نزدیک گشت کے دوران زیر زمین بچھائی گئی بارودی سرنگ پھٹ گئی جس کے نتیجے میں فوجی حوالدار لقمہ اجل بن گیا۔ سی این آئی کے مطابق پونچھ سیکٹر میں لائن آف کنٹرول کے ساتھ گشت کے دوران منڈی علاقے میں حادثاتی طور پر بارودی سرنگ۔۔۔109

جی او سی وائٹ نائٹ کور، سی آئی ایف ڈیلٹا نے

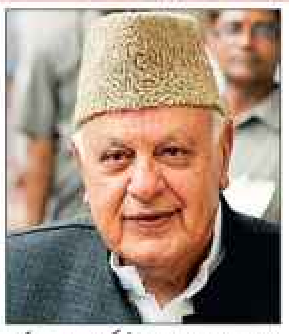
جموں وکشمیر کے ڈوڈہ سیکٹر میں سیکورٹی صورتحال کا لیا جائزہ

سرینگر/10 دسمبر//

وائٹ نائٹ کور کے جنرل آفیسر کمانڈنگ (جی او سی) نے سی آئی ایف ڈیلٹا کے جی او سی کے ہمراہ موجودہ سیکورٹی صورتحال کا جائزہ لینے کے لیے ڈوڈہ سیکٹر میں کجائی علاقے کا دورہ کیا۔ وائس آف انڈیا کے مطابق دفاعی ذرائع نے بتایا کہ اعلیٰ سطحی دورے میں وادی چناب میں تعینات فوجیوں کی آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لینے پر توجہ مرکوز کی گئی، جس میں سیکورٹی خدشات بڑھ گئے ہیں۔ دورے کے دوران، جی او سیز نے زمین پر موجود فوجیوں کے ساتھ بات چیت کی اور موجودہ سیکورٹی پروٹوکول کا مکمل جائزہ لیا۔ ذرائع نے مزید کہا کہ جی او سی، وائٹ نائٹ کور نے فوجیوں کے عزم اور لگن کو سراہا۔ جی او سی۔۔۔108

ریاستی درجے کی بحالی کا وعدہ پارلیمنٹ میں کیا گیا، پورا کیا جائیگا

جموں میں مقیم روہنگیا پناہ گزینوں کو بنیادی سہولتیں فراہم کرنا حکومت کی ذمہ داری



سرینگر/10 دسمبر//

یہ جموں وکشمیر حکومت کی ذمہ داری ہے کہ وہ خطے میں مقیم روہنگیا پناہ گزینوں کو پانی اور بجلی جیسی بنیادی سہولتیں فراہم کرے کی بات کرتے ہوئے نیشنل کانفرنس کے صدر فاروق عبداللہ نے کہا کہ جموں وکشمیر کی ریاستی حیثیت کو بحال کیا جائے گا۔ انہوں نے کہا کہ یہ حکومت ہند کا وعدہ ہے اور سپریم کورٹ کے سامنے بھی وعدہ کیا گیا ہے۔ جس طرح ان کے انتخابی وعدے پورے ہوئے، سپریم کورٹ کا وعدہ بھی پورا ہوگا اور ریاست کا درجہ واپس آئے گا۔ سی این آئی کے مطابق کٹھوعہ جموں کے دورے کے دوران صحافیوں سے بات کرتے ہوئے نیشنل کانفرنس کے صدر فاروق عبداللہ نے کہا ''حکومت ہند نے پناہ گزینوں کو یہاں۔۔۔114

گرمی دینے والے آلات کا استعمال کرتے ہوئے

احتیاط برتیں، کمرے میں وینٹی لیشن لازمی: محکمہ موسمیات

سرینگر/10 دسمبر//

وادی کشمیر میں جاری شدید سردی کی لہر کے چلتے رات کے درجہ حرارت میں مسلسل گراوٹ کے ساتھ ہی، محکمہ موسمیات نے اگلے 6 دنوں تک موسم خشک رہنے کی پیشگوئی کی ہے جس دوران سردیوں میں مزید اضافہ کا امکان ہے۔ ادھر محکمہ نے لوگوں سے تاکید کی ہے کہ سردیوں سے بچنے کیلئے گرمی دینے والے آلات کا احتیاط سے استعمال کریں۔ سی این آئی کے مطابق وادی کشمیر میں شدید سردیوں کی لہر کے بیچ محکمہ موسمیات نے پیشگوئی کی ہے کہ 18 دسمبر تک موسمی صورتحال میں کسی بھی قسم کی تبدیلی نہ آنے کا امکان ہے، جس کے نتیجے میں شبانہ سردیوں میں اضافہ ہو سکتا ہے۔ محکمہ موسمیات کے ماہرین نے کہا کہ پیشگوئی کے مطابق 18 دسمبر تک کسی قسم کی بارش کا۔۔۔۔113

کشمیر میں ریکارڈ ساز ٹھنڈ جاری، لوگوں کو شدید مشکلات

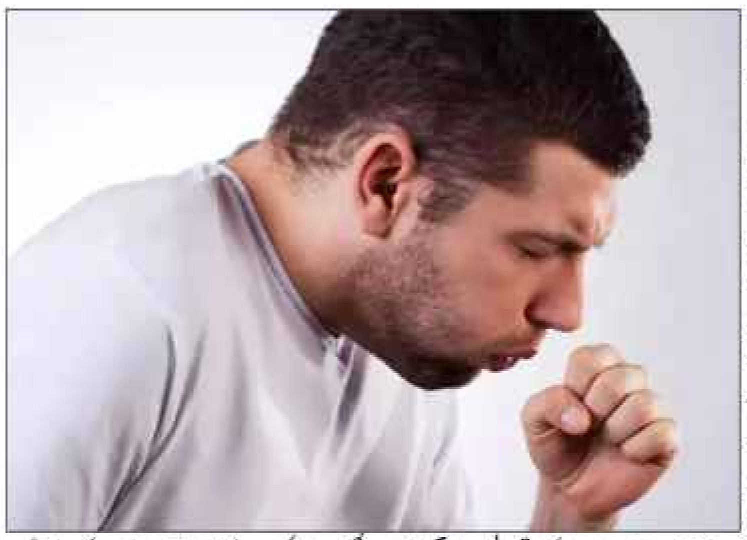
منفی 5.4 ڈگری کے ساتھ سرینگر میں رواں موسم کی سرد ترین رات درج

سرینگر/10 دسمبر//

خشک موسم اور دن میں دھوپ نکلنے کی وجہ سے وادی کشمیر میں شدید سردی کی لہر جاری ہے جبکہ سوموار اور منگل وار کی درمیانی رات سرینگر میں منفی 5.4 ڈگری کے ساتھ رواں موسم کی سرد ترین رات درج کی گئی۔ اسی طرح سے وادی کشمیر میں سونہ مرگ سرد ترین علاقہ درج ہوا جہاں رات کا درجہ حرارت منفی 10 ڈگری کے قریب پہنچ گیا۔ صوبہ لداخ میں بھی شدید ٹھنڈ جاری ہے جس کے باعث لوگوں کو سخت ترین۔۔۔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 لمفری 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 کرتی 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 رجسٹرڈ 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 فعال ہو جاتے ہیں۔ ایک گلاس سنگترے کے رس میں ایک چائے کا چمچہ 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 چمچہ شہد ملائیں۔ یہ ایک مربہ کی شکل تیار کرے گا اور اسے روزانہ کھائیں یہ تپ دق میں بے حد مفید ہے۔

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

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

ادرک:۔ ایک چائے کا چمچہ 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 "لوبلس" 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 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۔

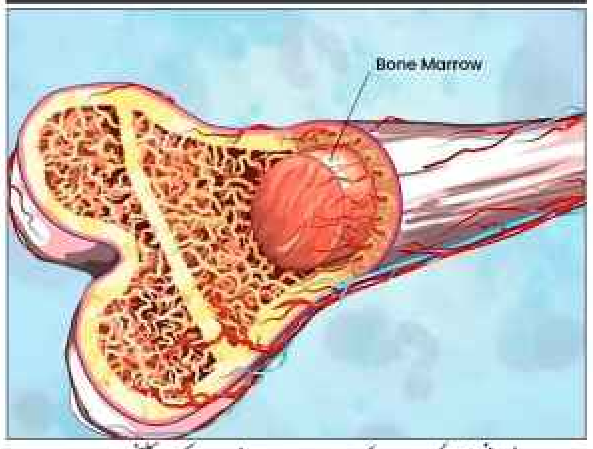
......ذاتی صحت...... اگر کسی کو ایک بریسٹ میں کینسر کی تشخیص ہو جائے تو دوسرے میں اس کے ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ ☆ریڈی ایشن ☆حیض کا جلدی آنا ☆دیر سے حیض کا بند ہونا ☆موٹاپا ☆نیکوٹین اور الکوحل کا استعمال ☆ہارمون تبادلہ تھراپی۔

......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۔

”آسٹیوپروسس“ 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 کر دیتی 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 صحت مند ٹشوز سے 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 خستگی 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 عام طور پر کولہے، کلائی اور ریڑھ کی ہڈی متاثر ہوتی ہے۔ گو کہ یہ ایک خاموش بیماری ہے، مگر ہمیں اس کا خیال رکھنا ہے کہ ہمارے قد میں ایک یا ایک سے زیادہ انچ کی کمی تو واقع نہیں ہوئی، کبڑے ہونے اور بیٹھنے کے انداز میں جھکاؤ تو نہیں بڑھ رہا، کمر میں درد رہنا یا پھر سانس لینے میں دشواری تو نہیں ہو رہی۔ 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

...آسٹیوپروسس 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۔

فلاحی ریاست کے وژن کو حقیقت میں تبدیل کرنے کا سہرا مودی کے سر/شاہ

احمد آباد// مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے وزیر اعظم نریندر مودی کو ایک فلاحی ریاست کے وژن کو حقیقت میں تبدیل کرنے کا سہرا دیا، ایک ایسا کارنامہ جس کا انہوں نے دعویٰ کیا کہ 2014 سے پہلے کی پچھلی حکومتوں نے صرف ٹکڑوں اور ٹکڑوں میں تعاقب کیا۔مودی کے نقطہ نظر کو اجاگر کرتے ہوئے، شاہ نے نوٹ کیا کہ وزیر اعظم نے تسلیم کیا کہ ہندوستان کی ترقی اس کی 60 کروڑ پسماندہ آبادی میں غربت سے نمٹنے پر منحصر ہے۔ شاہ نے کہا کہ گزشتہ ایک دہائی میں مودی کی کوششوں نے 25 کروڑ لوگوں کو غربت سے نکالا ہے۔مرکزی وزیر داخلہ امیت شاہ نے احمد آباد میں گجرات لوک سیوا ٹرسٹ کے سالانہ پروگرام میں اجتماع سے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ" وزیر اعظم مودی نے اس منتر کو سمجھ لیا کہ اگر 60 کروڑ شہری غربت میں رہے تو ہندوستان کی ترقی ناممکن ہے، اور 25 کروڑ لوگوں کو غربت سے باہر نکالنا ہے۔انھوں نے زور دیا" اس طرح کی یادگار تبدیلی صرف حکومت کی طرف سے حاصل نہیں کی جا سکتی ہے، اگر اعتماد، افراد، اور سروس تنظیمیں متحد ہو جائیں، ہم اس چیلنج پر تیزی سے قابو پا سکتے ہیں۔مرکزی وزیر داخلہ امیت شاہ نے کہا،"گہری بحث کے بعد، دستور ساز اسمبلی کے صدر راجندر پرساد نے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ آئین کا بنیادی مقصد ایک فلاحی ریاست کا قیام ہونا چاہیے۔"انہوں نے مزید کہا،" ہر فرد کی فلاح و بہبود، مساوی ترقی کو فروغ دینے، اور ہر خاندان کے لیے باوقار زندگی کو یقینی بنانے کے لیے ایک، ریاست بنانے کا وژن تب مضبوطی سے قائم ہوا تھا۔ 2014 سے پہلے کی ہر حکومت نے وہ کچھ کیا جو اس کے لیے کام کر سکتی تھی۔فلاحی ریاست، لیکن اعداد و شمار کے طالب علم کے طور پر

میرا تجربہ ظاہر کرتا ہے کہ ان کی کوششیں ٹکڑوں میں تھیں۔ماضی کی انتظامیہ کے بکھرے ہوئے نقطہ نظر کو اجاگر کرتے ہوئے، شاہ نے نوٹ کیا،" رہائش، پینے کے پانی، گیس سلنڈر، صحت کی دیکھ بھال، اور مفت راشن کے لیے اسکیمیں ٹکڑوں اور ٹکڑوں میں متعارف کروائی گئیں۔یہ نریندر مودی ہی تھے جنہوں نے فلاحی ریاست کے وژن کو ایک ٹھوس حقیقت میں بدل دیا۔" مرکزی وزیر داخلہ امیت شاہ نے کہا کہ 2014 میں منتخب ہونے کے بعد نریندر مودی نے وعدہ کیا تھا کہ کسی گھر میں بیت الخلاء کی کمی نہیں ہوگی، کوئی بھی فرد گھر یا گیس سلنڈر کے بغیر نہیں ہوگا۔انہوں نے اس بات کو یقینی بنایا کہ کوئی بھی بھوکا نہ سوئے، ہر ماہ 65 کروڑ لوگوں کو 5 کلو گرام مفت اناج فراہم کیا جاتا ہے جو کہ عالمی سطح پر بے مثال کارنامہ ہے۔" شاہ نے زور دے کر کہا کہ 2014 سے، مودی نے 60 کروڑ شہریوں کو بنیادی سہولیات پہنچاتے ہوئے آئین کے وضع کرنے والوں کے ذریعے تصور کی گئی فلاحی ریاست کو حقیقت میں بدل دیا ہے۔ گجرات لوک سیوا ٹرسٹ جیسی تنظیمیں فلاحی ریاست کی تعمیر میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔گجرات لوک سیوا ٹرسٹ کے رکن روہن گپتا نے کہا،" 34 سال کا یہ سفر ہمدردی اور خدمت کی طاقت کو ظاہر کرتا ہے۔ہم ہر سال 20- 25 ہزار مستفیدین کی شناخت اور مدد کرتے ہیں۔پچھلے دو برسوں میں ہم نے دو لاکھ سے زیادہ لوگوں کو سرکاری اسکیموں کا فائدہ پہنچانے میں مدد کی ہے۔اپنے 35 ویں سال میں قدم رکھتے ہوئے، ہم اپنی کوششوں کو جاری رکھنے اور بزرگوں، طلباء، معذوروں، بیواؤں اور پسماندہ افراد کی بہتری کے لیے ایک بامعنی تبدیلی لانے کے لیے اور بھی زیادہ پرعزم ہیں۔انہوں نے کہا کہ گجرات لوک سیوا ٹرسٹ جسے 1990 میں راجکمار گپتا اور سریکھا گپتا نے قائم کیا تھا، ضرورت مندوں کو مدد فراہم کرنے کے لیے بے لوث کام کر رہا ہے۔ٹرسٹ نے پانچ لاکھ سے زائد لوگوں کو وظائف، معذوروں کو ٹرائی سائیکل، وہیل چیئر اور دیگر سامان فراہم کرنے، مفت طبی چیک اپ کیمپوں کا انعقاد، طبی امداد اور دیگر ذرائع سے مدد کی ہے۔مزید برآں، ٹرسٹ حکومت اور استفادہ کنندگان کے درمیان ایک پل کا کام کرتے ہوئے مختلف سرکاری اسکیموں کے فوائد حاصل کرنے میں پسماندہ کمیونٹیز کی مدد کرتا ہے۔سوشل میڈیا اور دیگر چینلز کا فائدہ اٹھاتے ہوئے ٹرسٹ نے اپنی خدمات کے ذریعے لاکھوں لوگوں تک رسائی حاصل کی ہے۔اس اقدام نے دوسروں کو بھی ٹرسٹ میں شامل ہونے اور اس کے نیک مقاصد کی حمایت کرنے کی ترغیب دی ہے۔

طلبا اختراعات کو اپنائیں اور سماجی فائدے کیلئے جدید ٹیکنالوجی کا فائدہ اٹھائیں/سومناتھ

بھوبنیشور// اڈیشہ گورنر رگھوبر داس نے ہفتہ کے روز نوجوانوں کے کردار اور ابھرتی ہوئی صلاحیتوں کے تعاون پر زور دیا کیونکہ ہندوستان 2047 تک ایک ترقی یافتہ ملک بننے کی خواہش رکھتا ہے۔یہاں سنچورین یونیورسٹی کے 12 ویں کانووکیشن سے خطاب کرتے ہوئے، داس نے کہا، جو طلباء گریجویشن کر رہے ہیں یا صرف اپنی یونیورسٹی کی تعلیم مکمل کر رہے ہیں، ان میں ملک کو نئی بلندیوں تک لے جانے کی زبردست صلاحیت ہے۔" انہیں توجہ مرکوز رکھنے، نئے افقوں کو تلاش کرنے اور کامیابی حاصل کرنے کے لیے اختراع کرنے کی ضرورت ہے۔اس موقع پر اپنے کانووکیشن خطاب میں کہا، اسرو کے چیئرمین سریدھر پنیکر سومناتھ نے گریجویٹوں پر زور دیا کہ وہ اختراعات کو اپنائیں اور سماجی فائدے کے لیے جدید ٹیکنالوجی کا فائدہ اٹھائیں۔انہوں نے کہا کہ" آج کے طلباء کل کے رہنما ہیں جو ہندوستان کے تکنیکی اور سماجی منظر نامے کو تشکیل دینے میں مدد کریں گے۔سومناتھ نے طلباء پر زور دیا کہ وہ علم کے حصول میں ثابت قدم رہیں اور اس کا استعمال جامع ترقی کو آگے بڑھانے کے لیے کریں۔اسرو کے مختلف اہم مشنوں میں بھوبنیشور کے تعاون کی تعریف کرتے ہوئے، انہوں نے کہا کہ شہر میں قائم سینٹرل ٹول روم اور ٹریننگ سینٹر قومی خلائی تنظیم کو مختلف اہم اور اہم اجزاء فراہم کر رہا ہے جو راکٹوں کو صحیح راستے پر لے جاتے ہیں۔انہوں نے کہا کہ چونکہ یہ یونیورسٹی ماہرین تعلیم کے علاوہ طلباء کی مہارتوں کی نشوونما پر توجہ مرکوز کر رہی ہے، اس لیے ادارے سے فارغ التحصیل ہونے والے طلباء اپنے اپنے شعبوں میں شاندار کارکردگی کا مظاہرہ کریں گے اور بہت زیادہ حصہ ڈالیں گے۔وی سی سپریا پٹنائک نے پائیدار ترقی کے لیے سنچورین یونیورسٹی کے عزم اور کم نمائندگی والی کمیونٹیز کو بااختیار بنانے کے لیے اس کی جاری کوششوں پر زور دیا۔2024 بیچ کے تقریباً 2,738 طلباء اور پچھلے بیچوں کے 138 طلباء نے اپنی ڈگریاں حاصل کیں، جن میں 47 ڈاکٹریٹ کی ڈگریاں بھی شامل ہیں۔

بھارت نے میانمار کو انسانی امداد کے طور پر 2200 میٹرک ٹن چاول کی کھیپ بھیجی

نئی دہلی// ہندوستان نے اپنی ایکٹ ایسٹ اور نیبر ہڈ فرسٹ پالیسیوں کے مطابق انسانی امداد کے طور پر میانمار کو 2200 میٹرک ٹن چاول بھیجے ہیں۔وزارت خارجہ کے ترجمان رندھیر جیسوال نے اعلان کیا کہ یہ امداد میانمار میں ایک سنگین انسانی صورتحال کے درمیان آئی ہے، جس کی شناخت 2023 میں بارودی سرنگوں سے ہونے والی ہلاکتوں کے لیے دنیا کے مہلک ترین ملک کے طور پر کی گئی ہے، جس میں 1000 سے زیادہ شہری متاثر ہوئے ہیں، جن میں بچوں کی ایک قابل ذکر تعداد بھی شامل ہے۔اقوام متحدہ اور آزاد ماہرین میانمار کی فوج کی طرف سے شہریوں کے خلاف بارودی سرنگوں کے بڑھتے ہوئے استعمال کو اجاگر کرتے ہیں، جس میں انہیں بارودی سرنگوں سے گزرنے پر مجبور کرنا اور ضروری طبی نگہداشت اور مصنوعی سامان تک رسائی سے انکار کرنا شامل ہے۔ان اقدامات کو بین الاقوامی قانون کی سنگین خلاف ورزی تصور کیا جاتا ہے۔بارودی سرنگوں سے ہونے والی ہلاکتوں کی نمایاں تعداد انسانی ہمدردی کی مداخلت کی فوری ضرورت اور تشدد اور میانمار میں بارودی سرنگوں کے غیر ذمہ دارانہ استعمال کے خاتمے کے مطالبے کی نشاندہی کرتی ہے۔

ہندوستان 2047 تک 30 ٹریلین امریکی ڈالر کی معیشت بن جائے گا/ دھرمیندر پردھان

جمشید پور// مرکزی وزیر تعلیم دھرمیندر پردھان نے زور دے کر کہا ہے کہ ہندوستان 2047 تک 30 ٹریلین امریکی ڈالر کی معیشت بن جائے گا۔ ہفتہ کو یہاں ایکس ایل آر آئی اسکول آف مینجمنٹ کے سال بھر کے پلاٹینم جوبلی تقریب کے اختتامی تقریب میں ایک لیکچر دیتے ہوئے پردھان نے کہا کہ ہندوستان، سب سے تیزی سے ترقی کرنے والی عالمی معیشت اس وقت پانچویں نمبر پر ہے اور آگے میں تیسرا مقام حاصل کرے گا۔ 75 سال پہلے جب XLRI وجود میں آیا تھا تو دنیا نے ہندوستان کو معاشی محاذ پر بھی شمار نہیں کیا تھا۔آج ہم سب سے تیزی سے ترقی کرنے والی معیشت اور دنیا کی پانچویں بڑی معیشت ہیں۔ 3 ٹریلین امریکی ڈالر کے ساتھ ہماری معیشت 2047 تک 30 ٹریلین امریکی ڈالر تک پہنچ جائے گی۔ہمیں دولت پیدا کرنے والے جاب تخلیق کرنے والے بننا ہوں گے۔ہمارے پاس لاکھوں ملازمتیں پیدا کرنے کی صلاحیت ہے۔دنیا ڈیجیٹل پبلک انفراسٹرکچر کے لیے ہندوستان کی طرف دیکھ رہی ہے۔دنیا میں ڈیجیٹل لین دین کا 46 فیصد ہمارے ملک میں ہوتا ہے۔سروس سیکٹر میں خود انحصار ہو گئے ہیں۔مرکزی وزیر تعلیم نے کہا کہ نئی تعلیمی پالیسی کا تصور دولت اور نوکریاں پیدا کرنے کے لیے کیا گیا ہے۔پردھان نے طلباء کو مشورہ دیا کہ وہ ملک کو ایک میگا پاور ہاؤس اور دنیا کی محرک قوت بنانے میں تعمیری کردار ادا کریں۔

ہندوستان کی ہارڈ ویئر کی برآمدات میں سال بہ سال 15 فیصد اضافہ

نئی دہلی// فیڈریشن آف انڈین ایکسپورٹ آرگنائزیشنز (FIEO) کے صدر اشونی کمار نے جمعہ کو کہا کہ ہندوستان کی ہارڈ ویئر کی برآمدات نے 2023 میں سال بہ سال 15 فیصد کی غیر معمولی نمو کا مظاہرہ کیا ہے، جس سے عالمی منڈی میں ملک کی بڑھتی ہوئی مسابقت کو اجاگر کیا گیا ہے۔انھوں نے کہا کہ ہندوستان نے عالمی سطح پر پانچویں سب سے بڑی معیشت بننے کا اعزاز حاصل کیا ہے، 2027 تک 5 ٹریلین امریکی ڈالر کی معیشت کو حاصل کرنے کے اجتماعی وژن کے ساتھ، مضبوط ترقی کی رفتار، اسٹریٹجک حکومتی اقدامات، اور نوجوان اور پرامید آبادی کے ذریعے یہ ممکن ہوا۔کمار نے یہاں انٹرنیشنل ہارڈ ویئر فیئر انڈیا کے دوسرے ایڈیشن کے دوران کہا کہ ہندوستانی ہارڈ ویئر سیکٹر قابل ذکر ترقی کے لیے تیار ہے۔ہندوستان کی برآمدات کی رفتار اور بلند حوصلہ جاتی اہداف پر روشنی ڈالتے ہوئے FIEO کے ڈائریکٹر جنرل اور سی ای او ڈاکٹر اجے سہائے نے کہا،" ہندوستان 2030 تک 2 ٹریلین ڈالر کے ہدف کے ساتھ نمایاں برآمدات کی ترقی کے لیے تیار ہے۔ حالیہ برسوں میں، ہماری برآمدات $ 478 بلین سے $ 778 بلین تک بڑھ گئی ہیں۔ جو کہ 8 فیصد سے زیادہ کی مضبوط کمپاؤنڈ سالانہ ترقی کی شرح کو ظاہر کرتا ہے۔اس رفتار کو برقرار رکھنے کے لیے، ہم 14 فیصد سی اے جی آر کا ہدف رکھتے ہیں، جو معاون ماحولیاتی نظام اور ہندوستان کی تکنیکی صلاحیت کے پیش نظر حاصل کیا جا سکتا ہے۔

ملک گیر مہم پرشاسن گاؤں کی اور 19 دسمبر شروع کی جائے گی

نئی دہلی// ڈی اے آر پی جی مرکزی سکریٹریٹ میں فیصلہ سازی میں کارکردگی میں اضافے کے اقدام کے نتائج پیش کرے گا اور 2 سے 31 اکتوبر 2024 تک سوچھتا کو ادارہ جاتی بنانے اور التوا میں کمی کے لیے خصوصی مہم 4.0 کے دوران بہترین طریقہ کار بھی پیش کرے گا۔پرشاسن گاؤں کی اور عوامی شکایات کے ازالے اور خدمات کی فراہمی کو بہتر بنانے کے لیے ملک گیر مہم 19 سے 24 دسمبر 2024 تک بھارت کے تمام اضلاع، ریاستوں اور مرکز کے زیر انتظام علاقوں میں منعقد کی جائے گی۔پرشاسن گاؤں کی اور خصوصی مہم 4.0 کا ایک غیر مرکوز ایڈیشن ہے، جو 2 سے 31 اکتوبر 2024 تک مرکزی وزارتوں محکموں اور پی ایس یوز میں چلایا گیا۔

گجرات یوٹیوب پر عدالتی کارروائی کا براہ راست نشر کرنے والی پہلی ریاست بن گئی/پٹیل

گاندھی نگر// گجرات عدالتی کارروائی کو یوٹیوب پر براہ راست نشر کرنے والی پہلی ریاست بن گئی ہے۔ایک سرکاری ریلیز کے مطابق ریاستی عدلیہ نے ورچوئل کورٹ، ڈیجیٹل پورٹل اور پیپر لیس ای فائلنگ کے طریقے بھی اپنائے ہیں۔گجرات کے وزیر اعلیٰ بھوپیندر پٹیل نے کہا،" لوکارپنا اور کھتا مہورتا میں آج متعارف کرائے گئے مختلف اقدامات انصاف کے نظام کو تیز کریں گے۔" وزیر اعلیٰ نے کہا کہ وزیر اعظم نریندر مودی نے شفاف، موثر اور اچھی حکمرانی کے لیے ڈیجیٹل انفراسٹرکچر کو ترجیح دی ہے اور گجرات ہائی کورٹ نے اس میدان میں ایک مثال کے طور پر کام کیا ہے۔پٹیل اور سپریم کورٹ کے جسٹس سوریا کانت نے ہفتہ کو گجرات ہائی کورٹ میں ریاستی عدلیہ کے بنیادی ڈھانچے کو مضبوط بنانے کے مختلف پروجیکٹوں کا آغاز کیا۔اس موقع پر گجرات ہائی کورٹ کی چیف جسٹس سنیتا اگروال اور وزیر قانون رشیکیش پٹیل بھی موجود تھے۔چیف منسٹر پٹیل نے کہا کہ آج گجرات ہائی کورٹ میں 133 کروڑ روپے کے مختلف پروجیکٹوں کا آغاز کیا گیا ہے اور انہیں پیل کیا گیا ہے۔وزیر اعلیٰ پٹیل نے کہا کہ گجرات ہائی کورٹ آکاشوانی بھون، نورنگ پورہ میں اس وقت شروع ہوئی جب 1960 میں گجرات الگ ریاست بنا۔تب سے لے کر اب تک ریاست نے جدید ترین سہولیات کے ساتھ بتدریج ترقی کی ہے، وزیر اعلیٰ نے مزید کہا کہ آج ریاست کی ترقی ہے۔گجرات ہائی کورٹ کی آرٹ سہولت سولا میں کام کر رہی ہے۔انہوں نے کہا،" ریاستی حکومت نے ہمیشہ ججوں اور عدالتی عملے کو جدید ترین سہولیات فراہم کرنے کی کوشش کی ہے جس میں عدالتوں سے منسلک نئی عمارتوں یا مکانات کی تعمیر شامل ہے۔

امریکی محکمہ خارجہ مودی حکومت کو نشانہ بنا رہا ہے/ بی جے پی

ویب ڈیسک//
بھارتیہ جنتا پارٹی (بی جے پی) نے الزام عائد کیا ہے کہ امریکہ کا محکمہ خارجہ ملک کو عدم استحکام کا شکار کر رہا ہے۔خبر رساں ایجنسی روئٹرز کے مطابق بی جے پی نے کہا ہے کہ انڈیا کو عدم استحکام کا شکار کرنے کے لیے امریکی محکمہ خارجہ اپنے ملک کے 'ڈیپ سٹیٹ' عناصر، تحقیقاتی صحافیوں اور اپوزیشن لیڈر راہل گاندھی کے ساتھ مل کر کام کر رہا ہے۔ان الزامات نے سفارتی حلقوں کو حیرت میں مبتلا کر دیا ہے کیونکہ گزشتہ دو دہائیوں کے دوران نیو دہلی اور واشنگٹن کے درمیان مضبوط تعلق دیکھا گیا اور بعض امور پر اختلافات کے باوجود دونوں ملکوں نے مختلف شعبوں میں تعلقات کو وسیع کرنے کے اقدامات کیے۔حکمران جماعت بی جے پی نے جمعرات کو کہا کہ راہل گاندھی کی کانگریس پارٹی نے آرگنائزڈ کرائم اینڈ کرپشن رپورٹنگ پراجیکٹ (او سی سی آر پی) کے ان مضامین کا استعمال کیا ہے جو نریندر مودی کو کمزور کرنے کے لیے اڈانی گروپ اور حکومت سے اس کی مبینہ قربت پر توجہ مرکوز کیے ہوئے ہیں۔انڈیا کے بڑے صنعتی گروپ کے سربراہ گوتم اڈانی اور سات دیگر افراد پر گزشتہ ماہ امریکہ میں انڈین حکام کو رشوت دینے کے لیے 265 ملین ڈالر کی اسکیم کا حصہ بننے پر فرد جرم عائد کی گئی تھی۔اڈانی گروپ نے الزامات کو 'بے بنیاد' قرار دے کر مسترد کر دیا تھا۔آرگنائزڈ کرائم اینڈ کرپشن رپورٹنگ پراجیکٹ نے اپنے آرٹیکلز میں یہ بھی الزام لگایا گیا کہ انڈیا میں ریاستی سرپرستی والے ہیکرز حکومتی ناقدین کو نشانہ بنانے کے لیے اسرائیلی ساختہ پیگاسس سپائی ویئر کا استعمال کرتے ہیں۔ماضی میں انڈین حکومت ان دونوں الزامات کی تردید کر چکی ہے۔بھارتیہ جنتا پارٹی پہلے بھی الزام عائد کر چکی ہے کہ اپوزیشن لیڈر راہل گاندھی، آرگنائزڈ کرائم اینڈ کرپشن رپورٹنگ پراجیکٹ اور 92 سالہ ارب پتی فنانسر جارج سوروس مل کر نریندر مودی کو نشانہ بنا رہے ہیں۔جمعرات کو بی جے پی نے ایک فرانسیسی میڈیا رپورٹ کا حوالہ دیا جس میں کہا گیا تھا کہ آرگنائزڈ کرائم اینڈ کرپشن رپورٹنگ پراجیکٹ کو امریکی ایجنسی برائے بین الاقوامی ترقی اور جارج سوروس جیسی 'ڈیپ سٹیٹ' شخصیات نے مالی اعانت فراہم کی۔بی جے پی نے سوشل میڈیا پلیٹ فارم ایکس پر جاری کیے گئے ایک بیان میں کہا کہ 'ڈیپ سٹیٹ کا واضح مقصد وزیر اعظم مودی کو نشانہ بنا کر انڈیا کو غیر مستحکم کرنا ہے۔'بی جے پی کے الزام پر تبصرہ کرتے ہوئے محکمہ خارجہ کے ترجمان نے کہا کہ ان کی حکومت صحافیوں کی پیشہ ورانہ بہتری اور صلاحیتوں میں اضافے کے لیے امداد فراہم کرتی ہے، لیکن یہ ان تنظیموں کے ادارتی فیصلوں یا رپورٹنگ پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ترجمان نے کہا کہ 'یہ مایوس کن ہے کہ انڈیا میں حکمران جماعت اس قسم کے الزامات لگائے گی۔' بی جے پی کے قومی ترجمان اور قانون ساز سمبت پاترا نے جمعرات کو پارٹی کی طرف سے ایک سرکاری میڈیا بریفنگ میں الزامات کو دہرایا۔

تلنگانہ کیلئے نوودیا ودیالیہ اسکولس کی منظوری

حیدرآباد// وزیر اعظم مودی کی زیر صدارت معاشی امور کی کابینی کمیٹی کی جانب سے منظورہ 28 اسکولس میں سے تلنگانہ کے 7 اضلاع کے لئے نوودیا ودیالیہ اسکولس کی منظوری عمل میں لائی گئی ہے۔مرکزی حکومت کی نوودیالیہ ودیالیہ اسکیم کے تحت یہ اسکولس ان علاقوں کیلئے منظور کیے گئے ہیں جن کا قبل ازیں احاطہ نہیں کیا گیا تھا۔اس حکم کو ریاست کے جگتیال، نظام آباد، بھدرادری کوتہ گوڑم، میڑچل ملکاجگری، محبوب نگر، سنگاریڈی اور سوریاپیٹ کے لئے یہ اسکولس منظور کیے گئے ہیں۔یہ اسکولس مکمل طور پر اقامتی اور مخلوط تعلیم کے حامل ہوں گے جہاں پر بہتر معیاری تعلیم ساتویں جماعت سے بارہویں جماعت تک دی جائے گی۔

مہاراشٹرا اسمبلی کی تقریب حلف برداری کا اپوزیشن ایم وی اے نے بائیکاٹ کیا

ممبئی// مہاراشٹرا میں اپوزیشن پارٹیوں کے متحدہ محاذ مہا وکاس اگھاڑی (ایم وی اے) کے نو منتخب ارکین اسمبلی نے نے سنیچر کو مہاراشٹر قانون ساز اسمبلی میں منعقدہ رسم حلف برداری کی تقریب کا اسمبلی انتخابات کے دوران الیکٹرانک ووٹنگ مشینیں پر شوک و شبہات کا حوالہ دیتے ہوئے اور دوران انتخاب ہوئی مبینہ بے ضابطگیوں کو لیکر واک آوٹ کیا اور حلف لینے سے انکار کر دیا لیکن پہلے ایم۔وی۔اے میں شامل سماج وادی پارٹی کے اراکین اسمبلی ابوعاصم اعظمی اور رئیس شیخ نے بابری مسجد کی شہادت کے تعلق سے شیوسینا (ادھو ٹھاکرے) ٹھاکرے کے انتہائی قریبی سمجھے جانے والے لیڈر ملند نارویکر کے متنازعہ پوسٹ اور اسکے بعد سینا لیڈران کی خاموشی پر متحدہ محاذ سے رشتہ توڑ دیا اور تقریب حلف برداری میں حصہ لیا اور حلف بھی اٹھایا واک آوٹ کے بعد اپوزیشن لیڈران نے میڈیا سے مشترکہ طور پر خطاب کرتے ہوئے الزام لگایا کہ انتخابات کے نتائج سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ یہ ریاست کے عوام کا دیا ہوا مینڈیٹ نہیں تھا بلکہ ای وی ایم کا مینڈیٹ تھا جس میں بے ضابطگیوں کی بڑے پیمانے پر شکایات موصول ہونے کے بعد بھی کوئی کاروائی نہیں کی گئی جسکے خلاف اپوزیشن پارٹیوں نے بطور احتجاج رسم حلف برداری سے واک آوٹ کیا ہے اس موقع پر شیوسینا (یو بی ٹی) کے رہنما آدتیہ ٹھاکرے نے الیکٹرانک ووٹنگ مشینوں کے بارے میں شکوک وشبہات کا حوالہ دیتے ہوئے کہا کہ ریاستی اسمبلی کے انتخابات کے نتائج دراصل جمہوریت کا قتل ہے نیز آج ہم نے فیصلہ کیا ہے کہ ایم وی اے سے جیتنے والے ایم ایل اے آج حلف نہیں لیں گے۔

دویانگ افراد ملک کی ترقی کی طرف پیش قدمی کا ایک لازمی حصہ/ اوم برلا

گروگرام// لوک سبھا کے اسپیکر جناب اوم برلا نے کہا کہ دویانگ "سب کا ساتھ، سب کا وکاس، سب کا وشواس، سب کا پریاس" کے منتر پر مبنی ترقی کی طرف ملک کی پیش قدمی کا ایک لازمی حصہ ہیں جس کا مقصد بھارت کی ترقی میں ہر فرد، طبقہ اور برادری کو شامل کرنا ہے۔انہوں نے مزید کہا کہ اس بات کو یقینی بنانا چاہیے کہ ہر شخص چاہے اس کا پس منظر یا حالات کچھ بھی ہو، مساوی مواقع اور حقوق تک رسائی حاصل کرے۔جمعہ کو گروگرام میں معذوری پر 11 ویں قومی کانفرنس اور 11 ویں قومی ابیلمپکس مقابلے سے خطاب کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ یہ پلیٹ فارم دویانگ افراد کو بااختیار بنانے اور ان کی شمولیت کے لیے کام کرنے اور ان کی صلاحیتوں کو ظاہر کرنے کا ایک اہم موقع فراہم کرتا ہے۔انہوں نے مزید کہا کہ اس طرح کی کوششیں ملک بھر میں دویانگ افراد کے لیے سازگار حالات اور انفراسٹرکچر بنانے میں مدد کرتی ہیں۔دویانگ کی خصوصی صلاحیتوں کو اجاگر کرتے ہوئے لوک سبھا اسپیکر نے تمام معزز ممبران پارلیمنٹ پر زور دیا کہ وہ دویانگ افراد کی صلاحیتوں کو ایک پلیٹ فارم فراہم کرنے کی کوشش کریں۔اس موقع پر جناب برلا نے دویانگ افراد کو آئین کا بریل ورژن بھی پیش کیا۔جناب برلا نے مشاہدہ کیا کہ قومی ابیلمپکس مقابلہ شرکاء کو اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرنے کی اجازت دیتا ہے اور معاشرے کو دکھاتا ہے کہ عزم کے ساتھ کسی کو اپنے مقاصد کے حصول سے کوئی چیز نہیں روک سکتی۔انہوں نے مشاہدہ کیا کہ بھارت کو مساوی معاشرہ بننے کے لیے دویانگ افراد کو مرکزی دھارے میں لانا ہوگا۔اس بات پر زور دیتے ہوئے کہ حکومت کی کوششیں سماج کی ہمہ گیر ترقی اور پیشرفت کی کلید ہیں، جناب برلا نے کہا کہ وزیر اعظم جناب نریندر مودی کی قیادت میں حکومت اس کام کو وژن اور اہمیت کے ساتھ انجام دے رہی ہے۔انہوں نے کہا کہ حکومت کے اقدامات، جیسے" معذور افراد کے حقوق کے قانون" اور" قابل رسائی بھارت مہم" نے تعلیم، روزگار اور دیگر شعبوں میں دویانگ افراد کے مساوی حقوق اور مواقع کو یقینی بنانے میں اہم پیش رفت کی ہے۔

بیٹی کے احترام کا تحفظ ڈبل انجن حکومت کا ہدف/ یوگی

وارانسی// وزیر اعلیٰ یوگی آدتیہ ناتھ نے کہا کہ بی جے پی کی ڈبل انجن حکومت کا عزم ہے کہ ہر حال میں بیٹی اور اس کے احترام کا تحفظ کیا جائے۔وزیر اعلیٰ اجتماعی شادی اسکیم کے تحت ہفتہ کو پنڈرا کے نیشنل انٹر کالج میں منعقد 401 جوڑوں کی شادی تقریب میں یوگی نے نئے جوڑوں کو خوشگوار ازدواجی زندگی کے لئے نیک تمناؤں سے نوازتے ہوئے ان پر پھولوں کی بارش بھی کی۔انہوں نے کہا کہ 2014 میں وزیر اعظم نریندر مودی کے ملک کی باگ ڈور سنبھالنے کے بعد جس نئے ہندوستان کی تعمیر ہوئی اس میں خواتین کے لیے ایک باعزت مقام بنایا گیا۔بیٹی بچاؤ، بیٹی پڑھاؤ کے ساتھ پی ایم مودی کے شروع کردہ پروگرام کے ذریعے بیٹیاں اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرتے ہوئے ملک کے ہر میدان میں خود کو ثابت کر رہی ہیں۔بیٹیوں کا تحفظ ہر حال میں ہو تا کہ انہیں بچایا، پڑھایا جا سکے۔وزیر اعلیٰ نے کہا کہ بیٹیاں زندگی کے ہر شعبے میں قیادت کر سکتی ہیں لہٰذا ہر گھر میں بیت الخلاء کی تعمیر خواتین کے وقار کی علامت بن جائے۔PM-CM ہاؤسنگ اسکیم خواتین کے فخر کی علامت بنی۔اجولا یوجنا کا مفت کنکشن بہنوں اور بیٹیوں کی آنکھوں اور پھیپھڑوں کی حفاظت کے لیے ایک بڑا اقدام تھا تاکہ انہیں دھوئیں سے پاک کیا جا سکے۔ملک کے 10 کروڑ اور یوپی میں تقریباً 2 کروڑ خاندان اس سے مستفید ہوئے۔یوگی نے کہا کہ یہ تقریب یہ پیغام دے رہی ہے کہ ہم سب مل کر سماجی برائیوں پر مضبوطی سے کاری ضرب لگا سکتے ہیں۔یہ پروگرام اس لیے بھی اہمیت کا حامل ہے کہ 401 جوڑے ازدواجی بندھن میں بندھ رہے ہیں جو قابل تحسین ہے۔انہوں نے چائلڈ میرج اور جہیز سے پاک شادی کے خلاف آواز اٹھائی اور کہا کہ جہیز سے پاک شادی میں شامل ہو کر وہ اپنے باپ کے قرض اور ماں کے قرض سے خود کو آزاد کریں گے۔کئی بار جہیز کا عفریت کئی خاندانوں کے لیے مصیبتیں کھڑی کر دیتا ہے۔کئی بار ہم دردناک خبریں سنتے ہیں کہ جہیز نہ دینے کی وجہ سے شادی کے پروگرام منسوخ ہو جاتے ہیں۔بیٹیوں کی شادی طے نہیں ہے۔ایسے میں ان سے مختلف چیف منسٹر ماس میرج اسکیم کے ذریعے یہ کوشش شروع کی گئی ہے۔وہ نوجوان جنہوں نے خود کو اس پروگرام سے منسلک کیا ہے اور ان کے والدین مبارکباد کے مستحق ہیں۔سی ایم یوگی نے کہا کہ پی ایم کی تحریک سے ہم نے 2017 میں اجتماعی شادی کا پروگرام شروع کیا تھا۔حکومت 51 ہزار روپے دیتی ہے۔اس میں دولہا اور دلہن کے لیے کپڑے اور دیگر اشیاء 10 ہزار روپے میں فراہم کی جاتی ہیں۔دلہن کے کھاتے میں 35 ہزار روپے جمع کرائے جاتے ہیں اور پنڈال سمیت دیگر اشیاء پر 6 ہزار روپے خرچ ہوتے ہیں۔

موسمی ڈپریشن میں مخصوص چائے پیئیں

ڈپریشن سے تو ہر کوئی واقف ہوتا ہے لیکن کیا آپ موسمی ڈپریشن (seasonal depression) کے بارے میں بھی جانتے ہیں؟ موسمی یا سیزنل ڈپریشن بھی ڈپریشن کی ہی ایک قسم ہے، جو مخصوص موسموں میں آشکار ہوتی ہے جیسے کہ کچھ لوگوں کو موسم بہار اور گرمیوں کی شروعات میں ڈپریشن کا سامنا کرنا پڑتا ہے جبکہ کچھ کو موسم سرما کے دوران ڈپریشن محسوس ہونے لگتا ہے۔ ماہرین موسمی ڈپریشن کو ایک عام بیماری تصور کرتے ہیں۔ ایک اندازے کے مطابق امریکا میں تقریباً 10 ملین افراد موسمی ڈپریشن میں مبتلا ہیں۔ عورتوں (18 سے 30 سال کی عمر کے دوران) میں موسمی ڈپریشن کے امکانات مردوں کے مقابلے میں 4 گنا زیادہ پائے جاتے ہیں۔ اگر آپ کو بھی لگتا ہے کہ آپ موسمی ڈپریشن کا شکار ہیں تو گھبرائیے مت، ماہرین اس حوالے سے چند مخصوص چائے کا ذکر کرتے ہیں، جو مردوں اور خواتین کو ڈپریشن سے نمٹنے میں مدد دے گی۔

پودینے کی چائے

پودینے کو مفید قدرتی اجزا کا خزانہ کہا جاتا ہے۔ اس کی چائے بہت لذیذ اور خوشبودار ہوتی ہے۔ پودینے کی چائے کو سردیوں میں گرم جبکہ گرمیوں میں ٹھنڈا (حتیٰ کہ برف ڈال کر بھی) کرکے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ پودینے کی چائے پٹھوں کا کھنچاؤ یا اکڑاؤ دور کرکے انہیں سکون پہنچانے کا بھی ایک بہترین ذریعہ تسلیم کی جاتی ہے۔ اگر آپ بستر پر جانے سے قبل پودینے کی چائے استعمال کریں تو موسمی ڈپریشن سے منسلک بے خوابی اور نیند کی کمی جیسے مسائل سے پیچھا چھڑا سکتے ہیں۔ بے خوابی سے نجات حاصل ہونے پر آپ گہری اور پرسکون نیند سو پائیں گے۔ ماہرین اس حوالے سے کہتے ہیں کہ پودینے میں اجزائے بڑی تعداد میں موجود ہوتے ہیں، جو قوت مدافعت بڑھانے کے ساتھ ساتھ ڈپریشن اور انزائٹی کا باعث بننے والے امراض (مائگرین اور سردرد) ختم کرنے کی وجہ بھی بنتے ہیں۔

کیمومائل (بابونہ) کی چائے

لوگوں کی اکثریت کیمومائل کو پرسکون یا پرامن رہنے سے منسلک کرتی ہے لیکن درحقیقت کیمومائل کی چائے ڈپریشن اور انزائٹی سے لڑنے میں بھی مددگار ثابت ہوتی ہے۔ یونیورسٹی آف پنسلوانیا میں کی گئی ریسرچ کے مطابق انزائٹی میں مبتلا مریضوں کو کچھ عرصے تک کیمومائل (بابونہ) کی چائے کا استعمال کروایا گیا، نتیجتاً 57 فیصد افراد میں بے چینی یا انزائٹی کی شرح میں 50 فیصد کمی دیکھنے میں آئی۔ دوسری جانب ڈپریشن اور انزائٹی کے علاوہ ماہرین کیمومائل کو کارٹیزون کا بہترین نعم البدل قرار دیتے ہیں۔ اس جڑی بوٹی میں قدرتی طور پر اینٹی انفلیمیٹری اجزا موجود ہیں، جو جلد کی سوزش، خارش، سرخی اور سوجن کو ختم کرتے ہیں۔

سبز چائے

ماہرین سبز چائے کو سیاہ چائے کی نسبت زیادہ مفید قرار دیتے ہیں، جس کی وجہ سبز چائے میں موجود ایسے قدرتی اجزا ہیں جو مختلف اقسام کی بیماریوں سے لڑنے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ تحقیقاتی ماہرین سبز چائے کو دیگر بیماریوں کی طرح موسمی ڈپریشن کے لیے بھی بہترین قرار دیتے ہیں۔ اس کی وجہ نیوٹریشن بایو کیمسٹ شان تالبٹ یہ بتاتے ہیں کہ سبز چائے میں تھیاناٸن نامی امائنو ایسڈ کی کثیر مقدار موجود ہوتی ہے۔ تھیاناٸن ذہنی یا اعصابی تناؤ میں کمی لاتا ہے، یہی وجہ ہے کہ ڈپریشن میں مبتلا مریضوں کو سبز چائے کے استعمال کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ سبز چائے تھیاناٸن کے علاوہ بھی کئی ایسے اینٹی آکسیڈنٹ سے بھرپور ہوتی ہے، جو ڈپریشن سے لڑنے میں مدد دیتے ہیں۔

روزمیری کی چائے

روزمیری ایک سدا بہار جھاڑی ہے، جس کے پھول خوشبودار ہوتے ہیں۔ اردو میں روزمیری کو ''اکلیل کوہستانی'' بھی کہا جاتا ہے۔ روزمیری کو مختلف قسم کے انڈین اور چائنیز کھانوں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے لیکن اس جڑی بوٹی سے بنائی جانے والی چائے کو موسمی ڈپریشن سے متاثرہ افراد کے لیے ضروری قرار دیا جاتا ہے۔ ماہرین کے مطابق روزمیری کے پودے کی خوشبو سونگھنے سے نہ صرف بچوں اور بڑوں کی یادداشت بہتر ہوتی ہے بلکہ ایک خاص قسم کی پرسکون کیفیت کا احساس ہوتا ہے، یہ احساس ڈپریشن اور انزائٹی کی سطح میں کمی لاتا ہے۔

گچھے دار پودینے کی چائے

لیمن بالم یا گچھے دار پودینہ، پودینے کی ہی ایک قسم ہے۔ اس پودے کے بے شمار فوائد ہیں لیکن اس کا سب سے خاص اور اہم فائدہ بے چینی اور تناؤ میں کمی لانا ہے۔ گچھے دار پودینے کی چائے ذہنی کارکردگی بہتر بناتی ہے جبکہ گہری اور پرسکون نیند کے لیے بھی اس کا استعمال بہترین تصور کیا جاتا ہے۔

الرجی میں احتیاط ضروری ہے!

''کیا ہوا فہد... منہ پر ماسک کیوں لگایا ہوا ہے؟'' میں نے پوچھا۔ ''بہار کا موسم شروع ہوتے ہی مجھے الرجی کی شکایت ہونے لگتی ہے''، اسد نے جواب دیا۔ کئی علاقوں میں موسم بہار میں پولن الرجی سے بہت سے لوگ متاثر ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ شہروں میں فضائی آلودگی، غیر معیاری پانی اور سیوریج کی ناقص صورتحال بھی سانس اور جلد کی الرجی کا باعث بنتی ہیں۔

الرجی کسے کہتے ہیں؟

ہمارا مدافعتی نظام (Immune System) ہمیں بیماریوں والے بیکٹیریاز اور وائرسز سے محفوظ رکھتا ہے۔ ایسے ہی کسی بھی عنصر کے مخالف ایک مضبوط مدافعتی ردعمل ہوتا ہے، جو اکثر لوگوں کیلئے نقصان دہ نہیں ہوتا، یہ عنصر الرجی کہلاتا ہے۔ یعنی یوں سمجھ لیں کہ الرجی قوت مدافعت کی کمزوری کی وجہ سے ہوتی ہے۔

الرجی کی اقسام

الرجی کی ایک قسم کا تعلق سانس اور دوسری کا جلد سے ہے، جو حساس لوگوں کو مخصوص چیزوں کو چھونے سے ہونے لگتی ہے۔ سانس کی الرجی کو پولن الرجی بھی کہتے ہیں، جو اسلام آباد میں جنگلی شہتوت کے باعث ہوتی ہے۔ ساتھ ہی زرعی علاقوں میں فصلوں پر کیے جانے والے اسپرے اور جانور الرجی کی وجہ بنتے ہیں۔ جلد کی الرجی ہونے سے جسم پر خارش ہوتی ہے، پھر جلد کا رنگ آہستہ آہستہ سرخی مائل ہوجاتا ہے۔ بروقت علاج نہ کروانے پر جلد چمڑے کی طرح سخت ہوکر ایگزیما کی صورت اختیار کرلیتی ہے۔

الرجی کیوں ہوتی ہے؟

کوئی ایسی چیز کھانا یا جسم پر لگانا، جسے آپ کا جسم قبول نہ کرے تو اس سے الرجی ہوجاتی ہے۔ جسم پر خارش اور بے چینی محسوس ہوتی ہے۔ مختلف اشیا جیسے مونگ پھلی، اخروٹ، بادام، کاجو، انڈے، گائے کے دودھ اور مخصوص مچھلی کھانے سے بھی لوگ الرجی کا شکار ہوجاتے ہیں۔ اس کے علاوہ کیڑوں کے کاٹنے، ادویات اور کیمیکلز سے بھی الرجی کی شکایات سامنے آتی ہیں۔

الرجی اور نزلے کا فرق

الرجی میں آنکھوں اور ناک سے پانی آتا ہے، ناک بند ہوجاتی ہے اور سوزش محسوس ہوتی ہے لیکن بخار نہیں ہوتا جبکہ نزلہ میں پانی کی نسبت گاڑھی رطوبت نکلتی ہے اور بخار بھی ہوسکتا ہے۔

علامات

الرجی کی علامات ہر فرد میں اس کی شدت کے لحاظ سے مختلف ہو سکتی ہیں۔ آب وہوا اور طرز زندگی کی تبدیلی سے الرجی کی نوعیت اور شدت میں فرق پڑ سکتا ہے۔ سانس کی الرجی ہو یا پھر کھانے کی وجہ سے، اس کی علامات میں سانس لینے میں دشواری، جلن یا آنکھوں میں خارش، سرخ سوجی ہوئی آنکھیں، کھانسی، شاک یا صدمے میں چلے جانا، خرخراہٹ، ناک بہنا، جلد سرخ ہوجانا، جسم پر نشانات پیدا ہوجانا، ناک، منہ، گلے یا جلد پر خارش ہونا وغیرہ شامل ہیں۔ زیادہ تر الرجی کا شکار بچے ہوتے ہیں اور ان کی ناک، آنکھیں، گلا، پھیپھڑے یا جلد زیادہ متاثر ہوتی ہے۔

احتیاطی تدابیر

الرجی عارضی ہو یا دائمی اس کا مستقل علاج موجود نہیں ہے یعنی اگر آپ کسی بھی قسم کی الرجی میں مبتلا ہیں تو وہ ساری زندگی آپ کے ساتھ رہے گی۔ اگر اس کی ویکسین دستیاب ہے تو باقاعدگی سے ویکسین استعمال کریں، تاہم احتیاط کرنے سے ہی الرجی اور اس کے وجہ سے پیدا ہونے والے مسائل سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ اس ضمن میں چند احتیاطی تدابیر بتائی جارہی ہیں، جن پر عمل کرکے آپ خودکو اور بچوں کو محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

☆ فضائی الرجی کی صورت میں آپ کو ماسک لگانا چاہیے۔

☆ ایسی چیزوں سے بنے زیورات اور چیزوں کا استعمال چھوڑ دیں، جو آپ کو الرجی میں مبتلا کرسکتی ہیں۔

☆ ایسی میٹیریل سے تیار کردہ لباس نہ پہنیں، جس سے آپ کو الرجی ہوسکتی ہو۔

☆ ماہرین کا کہنا ہے کہ اکثر لوگ سرجیکل ماسک پہن لیتے ہیں، جو دھول یا پولن الرجی سے بچاؤ میں بالکل مدد نہیں کرتے۔ ہر الرجی کیلئے خاص قسم کا ماسک ہوتا ہے، جو مارکیٹ میں مل جاتا ہے اور صرف اسی ماسک سے آپ الرجی سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

☆ اپنے گھر میں خاص طور پر بچوں کے کمرے سے رگز اور قالین وغیرہ ہٹالیں کیونکہ سخت فرش کے مقابلے میں ان پر زیادہ دھول مٹی جمتی ہے۔

☆ گھر روشن اور ہوادار ہو، نمی کم سے کم ہو۔

☆ پرندوں یا پالتو جانوروں کو دور رکھیں، خاص طور پر بچوں کے کمروں میں انہیں نہ رکھیں۔ جانوروں کو باقاعدگی سے نہلاتے رہیں۔

☆ موسموں کے آغاز اور اختتام پر اپنی کھڑکیوں کو بند رکھیں، تاکہ پولن گرین الرجی سے محفوظ رہیں۔

☆ ایسا ایئرکنڈیشنر استعمال کریں، جس میں چھوٹے ذرات کیلئے فلٹر لگے ہوں۔

☆ اپنے باتھ روم اور دوسری پھپھوندی لگی جگہوں کو صاف اور خشک رکھیں۔

☆ جن لوگوں یا بچوں کو کسی غذا سے الرجی ہو تو انہیں ان سے پرہیز کرنا چاہیے۔ آپ اور آپ کے بچے کھانے کی پیکنگ پر درج لیبل پڑھنے کی عادت اپنائیں، ان پر الرجی کی معلومات درج ہوتی ہے۔

☆ کم شدت کی الرجی والی علامات کی صورت میں میڈیسن آرام دیتی ہے لیکن اس سے آپ کا بچہ سویا رہے گا۔

☆ شدید الرجی کی صورت میں فوراً ڈاکٹر سے رجوع کریں، جو آپ کے لیے کوئی بہتر دوا اور علاج تجویز کرے گا۔

مضر صحت کولیسٹرول کم کرنے والے خوش ذائقہ پھل

لندن : کولیسٹرول جدید دنیا کا ایک ہولناک عارضہ بن چکا ہے۔ تاہم جدید تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ بعض اقسام کے موسمی اور خوش ذائقہ پھل صحت کے مضر ایک قسم کے کولیسٹرول کو کم کرسکتے ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ کولیسٹرول کی دو بنیادی اقسام ہیں۔ یہ جسمانی چکنائیاں ہیں جنہیں ایل ڈی ایل اور ایچ ڈی ایل کا نام دیا گیا ہے۔ ان میں سے ایل ڈی ایل کولیسٹرول دھیرے دھیرے رگوں اور شریانوں میں جمع ہوتا رہتا ہے اور امراض قلب، فالج اور بلڈ پریشر کی وجہ بن سکتا ہے۔ مسلسل تحقیق کے مطابق ایل ڈی ایل کولیسٹرول کو کم کرنے والے پانچ پھل ایسے ہیں جن کا باقاعدہ استعمال خون میں اس مضر بلا کو کم کرسکتا ہے۔ اس طرح یہ پھل علاج بالغذا کی بہترین مثال ہیں۔ ان میں سرفہرست پھلوں کا احوال نیچے دیا جارہا ہے۔

اسٹرابیری۔ شوخ اور خوش رنگ اسٹرابیری بچوں اور بڑوں میں یکساں مقبول ہیں اور اپنے ذائقے کی وجہ سے سب کو بھاتی ہیں۔ ان میں بعض اینٹی آکسیڈنٹ اور خلیے وینوئڈز کی وجہ سے ایل ڈی ایل کولیسٹرول کی شرح کو کم کرسکتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہی اجزا سرطان سے بھی بچاتے ہیں اور جلد کو بہترین حالت میں رکھتے ہیں۔

سیب۔ روزانہ ایک سیب کھانے کا عمل آپ کو ڈاکٹروں کے پاس جانے سے بچاسکتا ہے۔ سیب بلاشبہ صحت کا خزانہ ہے۔ ایک جانب تو یہ ڈپریشن اور اداسی کم کرتا ہے۔ اپنی گوناگوں خواص کی بنا پر پورے جسم کے لیے مفید ہے اور ساتھ ہی ایل ڈی ایل کولیسٹرول تیزی سے کم کرسکتا ہے۔ سیب میں موجود ایک خاص قسم کا ریشہ (فائبر) پیکٹن بھی ہے جو کولیسٹرول کم کرنے میں نمایاں کردار ادا کرتا ہے۔

رس دار کھٹے پھل۔ لیموں، نارنگی، کینو، اور گریپ فروٹ وغیرہ سٹرس فروٹ یعنی کھٹے رس دار پھلوں میں شامل ہیں۔ سردیوں میں یہ پھل بکثرت اور کم قیمت میں دستیاب ہوتے ہیں۔

قیلولہ کی اہمیت وافادیت

دنیا کے چند بڑے اور تیزی سے ترقی کرنے والے اداروں گوگل اور ناسا کو اس بات کا بخوبی اندازہ ہے کہ دن کے اوقات میں تھوڑی دیر کے لیے سونا یا قیلولہ کرنا، انسان کی صحت اور اس کی کام کرنے کی صلاحیتوں کو بڑھانے کا باعث بنتا ہے۔ انگریزی میں اسے Nap یا Power nap کہا جاتا ہے۔

قیلولہ نہ صرف نیند کی کمی کو دور کرتا ہے بلکہ دماغ کو تقویت پہنچاتا، پیچیدہ مسائل حل کرنے کی ذہنی صلاحیت بڑھاتا، یادداشت کو بہتر کرتا اور سیکھنے کی صلاحیت بڑھاتا ہے۔ قیلولہ کرنے والے افراد ریاضی، منطق، ردعمل ظاہر کرنے اور نشانات کی شناخت کے معاملے میں دیگر افراد کے مقابلے میں بہتر کارکردگی دکھاتے ہیں۔ قیلولہ سے مزاج میں بہتری آتی ہے اور نیند اور تھکاوٹ کا احساس ختم ہوجاتا ہے۔ صرف یہی نہیں قیلولہ دل، بلڈ پریشر، اسٹریس لیول اور حیران کن طور پر وزن پر قابو پانے میں بھی معاون ثابت ہوتا ہے۔

قیلولہ کا دورانیہ

قیلولہ یا مختصر دورانیہ کی نیند دن کے اوقات میں عموماً دوپہر ایک بجے سے لے کر چار بجے کے درمیان کسی بھی وقت کی جاسکتی ہے۔ قیلولہ کا دورانیہ عموماً 10 منٹ سے لے کر 30 منٹ تک کا ہوتا ہے۔ ایک گھنٹے سے زیادہ سونے کی صورت میں Sleep inertia پیدا ہونے کا خدشہ ہوتا ہے، جس کے نتیجے میں جاگنے کے بعد بھی نیند کا احساس رہتا ہے اور انسان سستی محسوس کرتا ہے۔ سہ پہر چار بجے کے بعد قیلولہ کرنے کی تجویز نہیں دی جاتی، کیونکہ اس سے رات کی نیند متاثر ہونے کا امکان ہوتا ہے۔ البتہ، قیلولہ کے اوقات کار کے حوالے سے کوئی واضح سائنسی اصول موجود نہیں ہے۔ یونیورسٹی آف کیلیفورنیا کی سائنسدان اور Take a Nap! Change Your Life کی مصنفہ سارا میڈنک کہتی ہیں کہ مختلف دورانیہ کے قیلولہ کے مختلف فوائد ہیں۔ مثلاً 10 سے 20 منٹ کا قیلولہ دماغ کی چستی کو بڑھاتا ہے، جس کے بعد نیند اور تھکاوٹ کا احساس، تازگی اور تیزی میں بدل جاتا ہے۔ تاہم وہ 30 منٹ کے قیلولہ کو پسند نہیں کرتی ہیں کیونکہ ان کے خیال میں اتنا طویل قیلولہ نیند کو غالب کردیتا ہے، جس کے بعد نارمل ہونے میں وقت لگتا ہے۔ سارا میڈنک 60 منٹ دورانیہ کا قیلولہ بھی پسند کرتی ہیں کیونکہ ان کا کہنا ہے کہ یہ ہماری ادراکی یادداشت کو بہتر بنانے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔ یہاں یہ بتانا دلچسپی سے خالی نہیں ہوگا کہ تحقیق سے ثابت ہوتا ہے کہ چھ منٹ دورانیہ کا قیلولہ، جسے Ultra-short sleep episode کہا گیا ہے، طویل مدتی یادداشت کو بہتر بناتا ہے۔

قیلولہ کیسے کام کرتا ہے؟

جب ہم سورہے ہوتے ہیں تو ہمارا دماغ 90 منٹ سے لے کر 120 منٹ دورانیہ کے گول دائرے میں مختلف مراحل میں چکر کاٹتا ہے۔ ان مراحل (Stages) میں Non-rapid eye movement (NREM) اور Rapid eye movement (REM) شامل ہیں۔ NREM نیند کے دوران ہمارا دماغ سست لہروں میں سفر کرتا ہے، جو کہ نیند کی سب سے گہری قسم ہوتی ہے۔ سست لہروں میں سفر کرنے والی نیند ہمیں حقائق، مقامات اور چہرے یاد رکھنے میں مدد دیتی ہے اور سارا میڈنک اسی وجہ سے 60 منٹ دورانیہ کے قیلولہ کو پسند کرتی ہیں۔

قیلولہ کو چار اقسام میں تقسیم کیا جاسکتا ہے

ارادی قیلولہ : ارادی قیلولہ کو قبل از وقت قیلولہ (Preemptive nap) بھی کہا جاتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں اس کا مطلب یہ ہوا کہ آپ کو ابھی نیند نہیں آرہی لیکن آپ کو اندازہ ہے کہ بعد میں آپ کو نیند کا جھونکا اپنی آغوش میں بہا کرلے جاسکتا ہے اور آپ ایسا ہونے سے پہلے ہی قیلولہ کرلیتے ہیں۔

ایمرجنسی قیلولہ : جیسا کہ نام سے ظاہر ہے یہ اس وقت لیا جاتا ہے جب اچانک سے نیند آپ کو اپنے غلبے میں لے لے اور آپ اپنے کام پر توجہ مرکوز کرنے سے قاصر ہوں۔ ایمرجنسی قیلولہ خصوصاً ڈرائیونگ کرنے اور خطرناک مشینری پر کام کرنے والے افراد کو ضرور کرنا چاہیے۔

عادی قیلولہ : یہ وہ قیلولہ ہے، جس کے آپ عادی بن چکے ہوں اور ہر روز مقررہ وقت پر مخصوص وقت کے لیے آرام فرماتے ہوں۔

حسب منشا قیلولہ : یہ وہ قیلولہ ہوتا ہے جو آپ دن کے کسی بھی وقت لطف اندوز ہونے کے لیے کرتے ہیں۔

قیلولہ کسے لینا چاہیے؟

غالباً ہر شخص کو قیلولہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ ماہرین کے مطابق، بے خوابی (Insomnia) کے شکار مریضوں کو قیلولہ نہیں کرنا چاہیے، کیونکہ یہ ایسے افراد کی رات کی نیند کو مزید خراب کرنے کا باعث بنے گا اور محسوس ہوگا کہ جیسے اس کے بعد انہیں رات میں سونے کی ضرورت ہی نہیں رہی۔ مجموعی طور پر، اگر رات میں آپ اچھی نیند لینے کے بعد صبح تازہ دم اٹھتے ہیں اور دن بھر چستی اور توانائی کے ساتھ کام کرنے کے قابل ہوتے ہیں تو پھر آپ کو قیلولہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

گرم پانی سے نہانا ڈپریشن میں کمی لاتا ہے

بعض اوقات زندگی میں چھوٹی اور غیر معمولی چیزیں ہمیں مشکل حالات سے نمٹنے میں مدد دیتی ہیں۔ مثال کے طور پر ایک مطالعے میں بتایا گیا ہے کہ ڈپریشن سے نمٹنے کے لیے روزانہ گرم پانی سے کیا گیا غسل، ورزش کے مقابلے میں زیادہ مددگار ثابت ہوتا ہے۔ تحقیقاتی ماہرین کے مطابق ایسا کرنے سے مزاج پر زیادہ خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق ڈپریشن ایک ایسا مرض ہے، جس میں مبتلا افراد غسل کے دوران جتنا زیادہ وقت پانی میں گزارتے ہیں، وہ ذہنی تناؤ جیسی کیفیات کے برعکس خود کو پرسکون محسوس کرتے ہیں۔ تاہم بعض مریضوں میں اس دوران چند علامات غسل کے وقت بھی موجود رہتی ہیں۔ ڈپریشن میں گرم پانی سے نہانے پر کیے گئے اس مطالعہ پر ایک نظر ڈالتے ہیں۔

تحقیقی مطالعہ:۔ جرمنی کی فریبرگ یونیورسٹی کے ماہرین نے 45 لوگوں (جو کہ ڈپریشن کے مرض کا شکار تھے) پر ایک مختصر تحقیقی مطالعہ کیا۔ ان تمام افراد کو دو گروپس میں تقسیم کیا گیا، ایک گروپ کے افراد کو روزانہ 104 سینٹی گریڈ گرم پانی سے 30 منٹ تک غسل کروایا جاتا تھا جبکہ دوسرے گروپ کے افراد سے ہفتے میں دومرتبہ 40 سے 45 منٹ ایروبک ایکسر سائز کروائی جاتی تھیں۔ 8 ہفتوں بعد ماہرین کی جانب سے دونوں گروپس کے افراد اور ان کے مزاج کا ڈپریشن اسکیل (ایچ اے ایم ڈی اسکیل) پر موازنہ کیا گیا۔ ایسا کرنے سے یہ بات سامنے آئی کہ جو افراد روزانہ گرم پانی سے غسل کرتے تھے ان کا مزاج، ریسرچ شروع ہونے سے قبل کیے گئے موازنے سے 6 اسکور کم تھا۔ اس کے برعکس دوسرے گروپ کے افراد، جن سے ایروبک ایکسر سائز کروائی جاتی تھیں، ان کے مزاج میں کمی کی شرح 3 کی اوسط سے بھی کم دکھائی دی۔ اس شرح کے پیش نظر ماہرین اس نتیجے پر پہنچے کہ ایکسر سائز کے برعکس گرم پانی سے کیا گیا غسل ڈپریشن کے مریضوں کے لیے زیادہ موثر ثابت ہوا۔

وضاحت:۔ انسانی جسم کے تمام اعضائی موثر کارکردگی اور ڈپریشن کی سطح میں کمی کے لیے جسمانی حرارت (باڈی ٹمپریچر) کا معمول پر ہونا ضروری ہے۔ گرم پانی سے غسل کے ذریعے جسم کا درجہ حرارت معمول پر آجاتا ہے۔ ماہرین اس تمام تر عمل کو سرکاڈین ردھم (Circadian rhythm) سے منسلک کرتے ہیں۔ سرکاڈین ردھم ان طریقوں کو کہا جاتا ہے، جو جسم کو ہر گزرتے دن کے ساتھ ریگولیٹ کرتے ہیں۔ ان طریقوں میں بگاڑ سے انسان کی نیند، ہارمون لیول، باڈی ٹمپریچر اور میٹابولزم کی سطح متاثر ہوتی ہے۔ یوں سمجھ لیں کہ اس ردھم میں بگاڑ مختلف بیماریوں کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ باڈی ٹمپریچر کے معمول پر رہنے کے لیے بھی سرکاڈین ردھم کا اپنے تئیں صحیح طور پر کام کرنا ضروری ہے۔ جب کوئی شخص گرم پانی سے غسل کرتا ہے تو جسمانی ودماغی کیمیکل اور ہارمون خارج ہوتا ہے۔ یہ عمل باڈی کلاک اور سرکاڈین ردھم کو منظم کرتا ہے، جس سے ڈپریشن کی سطح میں کمی واقع ہوتی ہے۔ خیال رہے کہ یہ پانی بہت زیادہ گرم نہ ہو کیونکہ زیادہ گرم پانی سے غسل کرنا انسانی جسم کے لیے خطرناک ثابت ہوسکتا ہے۔ اس مطالعہ کے بعد امید کی جاسکتی ہے کہ جلد ہی مزید تحقیقات کے نتیجے میں گرم پانی سے غسل کرنے کو ڈپریشن کے علاج سے منسلک کرلیا جائے گا۔ گرم پانی سے غسل کرنا کسی ایک فائدے کے بجائے کئی بیماریوں سے نمٹنے کے لیے سودمند ثابت ہوتا ہے۔ ماہرین گرم پانی کو ایک سستا علاج تصور کرتے ہیں۔ مختلف تحقیقات بھی اس بات کی وضاحت کرچکی ہیں کہ نیم گرم پانی نہ صرف ڈپریشن کی سطح میں کمی کا باعث بنتا ہے بلکہ ذیابطیس کے مریضوں کے لیے بھی مفید ہوتا ہے۔ جسم میں سوزش اور جلن کو شوگر ٹائپ ٹو کا سبب جانا جاتا ہے اور چونکہ نیم گرم پانی سے غسل کرنا جسم کی اندرونی جلن کو کم کرتا ہے۔

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 کہ 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 جنھوں نے اسلام کو عظیم مصلحین، علماء ـ اور اولیاء ـ کرام سے نوازا ہے جن کی علمی، اصلاحی اور دعوتی جدو جہد 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 گھیرا یا 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 کردیا۔ 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 ان 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 دارو مدار ہے۔ جب تک دین کی بنیادی تعلیم سے آگاہی اور اس پر عمل نہ ہو تو حید و رسالت اور آخرت پر صحیح ایمان نہ ہو یا نماز روزہ اور قرآن کی تلاوت سے اور روز مرہ 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 بلکل 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 بٹھادی 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 کی ایسی وجوہات ہیں جو سب کی سب بتا رہی ہیں کہ یہ پڑھی لکھی ایجوکیشنل نسل تربیت سے بلکل 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 ہیاور 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 کیھوالے 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 آ کر عوام کی اکثریت قلادۂ اسلام گلوں سے نکال چھینکتی ہیاور 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 بددعا 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 متشخص 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 نصاریٰ 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 ریائفیں 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 وانتظامات 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 طریقۂ زندگی ملا ہے، اگر کوئی بدنصیب اسے ترک کر کے کسی اور قوم کی نقل و حرکت اور مشابہت اختیار کرتا ہے، خواہ اخلاق و اطوار میں ہو، یا افعال و احوال میں، لباس و معاش میں ہو، یا تہذیب و تمدن 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 ہوچکی 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 ہوجاتے ہیں اور ان نئے بننے والے دوستوں کی خاطر وہ اپنے پرانے دوستوں سے لڑائی تک کے لیے تیار ہوجاتا؛ 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، مسلیمہ 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 لاکر 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 فرمائیے جتنا آپ چاہتے ہیں آپ کو دیا 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 ہوگیا 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 ہوجاؤ 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 برہموں 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 کرکے ظلمت کدہ و کفر بنالیں۔ 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۔ بیزار 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 ٹیمز 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 چاہو 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 ۱۸ ویں صدی کی آخری دہائیوں کی یورپ کی مقبول ترین ہستی ایو لاوالیری **Lavallier Eve** 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 تھیٹرس 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 لیو پولڈ 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 کئے، 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۔ آخرکار 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 خصوصا ہمارے لئے کیا معنویت ہے؟ دیکھئے، ٹی وی، اخبارات، اور سوشل میڈیا کے باعث ہم میں سے اکثر لوگ اور خصوصا 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 و عشرت 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 و شوکت، طاقت اور تام جھام کے پیچھے بڑی دکھ بھری داستانیں ہوتی ہیں۔ بے چینی، بے بسی، بے سکونی اور جذباتی و روحانی خلا ہوتا ہے۔

اس کی سیکڑوں مثالیں پیش کی جا سکتی 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 اقتدار، 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 جا سکتا، 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 جا سکتا ہے ناکامی نہیں۔ مسلمان اگر سچ میں 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 و حشمت بھی ہو تو سونے پہ سہاگہ! لیکن صرف دولت و حشمت 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 و شہرت کے ساتھ بھی، دولت و شہرت کے بغیر بھی! بقول احسن یوسف زئی

سرخرو کشتی رہی ہر حال میں!
ڈوبنے کے بعد بھی پانی میں ہے

باقیات

101

کی سیاحت کو چلایا ہے۔ اس موقعے پر وزیر اعلیٰ نے کہا کہ ہماری ڈوگرہ ثقافت جموں کا انمول خزانہ ہے۔ ہماری روایات، خوراک اور خصوصیات لاجواب ہیں اور انہیں سیاحت کے بڑے پرکشش مقامات کے طور پر پیش کیا جانا چاہیے۔ صنعتی پیکیج کے اثرات پر وزیر اعلیٰ نے کہا کہ پیکیج ایک انعام کی طرح ہیں، ایک بار جب فوائد ختم ہو جائیں تو یہ غیر پائیدار نوعیت کے ہوتے ہیں۔ وہ صنعتیں جو صرف پیکیجوں کے ذریعے متوجہ ہوتی ہیں جب تک وہ دستیاب ہوتی ہیں زندہ رہتی ہیں۔ صرف وہی صنعتیں زندہ رہتی ہیں جو زمین سے جڑی ہوتی ہیں۔ وزیر اعلیٰ نے اداروں اور کاروباری اداروں کے لیے لیز کے معاہدوں سے جڑے مسائل کو بھی اجاگر کیا۔ انہوں نے کہا کہ آج لیز پر دی گئی زمین پر سکولوں سے 10 سال کی لیز مانگی جارہی ہے بصورت دیگر ان کی رجسٹریشن کی تجدید نہیں کی جائے گی۔ اسی طرح، لیز پر دی گئی زمین پر واقع ہوٹلوں کو بھی معمولی مرمت کرنے کی اجازت نہیں ہے کیونکہ ان کے پاس جائز لیز نہیں ہیں۔ عمر عبداللہ نے صنعتی مسائل کے حل کے لیے اپنی حکومت کا عہد کیا۔ سیاحتی مقام پٹنی ٹاپ میں فائیو سٹار ہوٹل کی تعمیر سمیت دیگر تجارتی سرگرمیاں شروع کرنے کے لیے کہا گیا کہ فری ہولڈ رائٹس کی صورت میں جے ڈی اے کے ساتھ ہاؤسنگ بورڈ کی تعمیر وغیرہ کے لیے این او سی کی ضرورت نہیں ہونی چاہیے۔ اس منصوبے میں زمین کے استعمال کو رہائشی علاقوں سے تجارتی سرگرمیوں میں تبدیل کرنے، لیز پر دی گئی صنعتی زمین کی ملکیت دینے پر توجہ دی گئی۔ جے ڈی اے/ہاؤسنگ بورڈ کی طرف سے نئے تجارتی علاقوں اور رہائشی کالونیوں کی تعمیر، تین دہائیوں سے زیر التوا تاجروں کو مناسب پریمیم وصول کرنے کے بعد مالکانہ حقوق ملنے چاہئیں۔ گودام کے لیے زمین دستیاب کرائی جائے۔ جموں میں ماسٹر پلان کی ترقی پر توجہ مرکوز کرنا، شیوا مارکیٹ ریلوے اسٹیشن کے الاٹیوں کو حقوق دینا، سبزی اور فروٹ منڈی کے کچھ الاٹیوں کے لیز کی تجدید، بہو پلازہ، گاندھی نگر ہاؤسنگ کی تجارتی دکانوں کے کچھ الاٹیوں کو جلوس اور لیز ڈیڈ دینا۔ کالونی میں توسیع کے ذریعے نئی تعمیرات کی اجازت کا معاملہ وزیر اعلیٰ کے سامنے رکھ دیا گیا۔

102

طور پر غزہ کے تنازعے پر گہری تشویش ہے۔ انہوں نے کہا کہ ہم دہشت گردی کی کارروائیوں اور تنازعات میں شہریوں کی جانوں کے ضیاع کی مذمت کرتے ہیں۔ وزیر نے کہا کہ ہندوستان بین الاقوامی انسانی قانون کی پاسداری پر یقین رکھتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ نئی دہلی نے فلسطین کے لوگوں کو انسانی امداد کی محفوظ اور بروقت فراہمی کی اہمیت پر زور دیا ہے اور ہم جلد از جلد جنگ بندی اور تمام یرغمالیوں کی رہائی کا مطالبہ کرتے ہیں۔ ہندوستان نے دو ریاستی حل کے ذریعے مسئلہ فلسطین کے حل کی مسلسل حمایت کی ہے۔ ہم نے فلسطینی اداروں اور صلاحیتوں کی تعمیر میں بھی اپنا حصہ ڈالا ہے اور ہم یقینی طور پر اس بات کی تعریف کرتے ہیں کہ خلیجی ممالک بھی اسی سمت میں کام کر رہے ہیں۔ بحرین کے ساتھ ہندوستان کے تعلقات پر جے شنکر نے مشاہدہ کیا کہ دونوں ممالک نے حالیہ برسوں میں تجارت اور سرمایہ کاری میں نمایاں پیش رفت کی ہے۔ انہوں نے کہا ''ہم یقینی طور پر اس مثبت رفتار کو فروغ دینا چاہیں گے اور میں یہ کہنا چاہتا ہوں کہ ہندوستان بحرین کے سرمایہ کاروں کو ہندوستان میں آنے اور مواقع تلاش کرنے کا تہ دل سے خیر مقدم کرتا ہے''۔ انہوں نے کہا کہ بحرین خلیجی خطے میں ہندوستان کیلئے ایک قابل قدر شراکت دار ہے اور نئی دہلی علاقائی اور کثیر جہتی فورمز میں ہندوستان کے لئے اس کی حمایت کی تعریف کرتا ہے۔

103

کے مطابق آگ لگنے کے ساتھ ہی وہاں موجود لوگوں نے محکمہ فائر اینڈ ایمرجنسی سروس کو مطلع کیا جنہوں نے موقعہ پر پہنچ کر آگ بجھانے کیلئے کارروائی شروع کردی۔ آگ سے ایک عمارت کی اوپری حصہ کو نقصان پہنچ گیا ہے۔ محکمہ فائر اینڈ ایمرجنسی سروس کے ایک سینئر عہدیدار نے اس کی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ ایم ایل اے ہوسٹل میں آگ لگنے کی خبر ملتے ہی وہاں ٹیم پہنچ گئی جنہوں نے آگ پر فوری طور پر قابو پالیا اور اس کو مزید پھیلنے سے روک دیا۔ انہوں نے کہا کہ آگ کی واردات میں اوپری حصہ کو نقصان پہنچ گیا ہے۔

104

چاہئیں۔ سیاست کو پورے پانچ سال کیلئے نہیں کیا جانا چاہیے۔ ''مودی نے کہا کہ اس سے لاجسٹکس کے اخراجات کی بچت ہوگی۔ وزیر اعظم نے کہا کہ ''ون نیشن ون الیکشن'' کی مثال کے طور پر اس الیکشن کو 1967 کے بعد بند کر دیا گیا تھا۔ وزیر اعظم نے کہا ''ہم نے ایک کمیشن بنایا ہے، کمیشن کی رپورٹ آ گئی ہے، ہم رپورٹ کا مطالعہ کر رہے ہیں۔ اس کا مطالعہ کریں تو اس سے قابل عمل نکات سامنے آئیں گے اور ہمارا عزم صرف سیاسی عزم ہی نہیں ہے''۔ انٹرویو کے دوران وزیر اعظم نے کہا کہ وہ تین سے چار مہینوں میں انتخابات مکمل کرنے کے حق میں ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ اس کے بعد حکومت اگلے ساڑھے چار سال ملک کی ترقی کے بلیو پرنٹ کو تیار کرنے میں صرف کر سکتی ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ ہمیں ساڑھے چار سال اکٹھے بیٹھنا چاہیے اور ملک کو جہاں سے بھی چلانا چاہیے، ہمیں انتخابات کے چھ ماہ کے دوران اپنی پوری طاقت کو مہم میں لگانا چاہیے۔ جموں و کشمیر کے لوگوں کیلئے روشن مستقبل کا وعدہ کرتے ہوئے وزیر اعظم مودی نے کہا ''میں جموں، کشمیر اور لداخ کے لوگوں کو یقین دلانا چاہتا ہوں کہ آپ کے خوابوں کو پورا کرنے کیلئے ہمارا عزم غیر متزلزل ہے۔ ہم اس بات کو یقینی بنانے کیلئے کام کر رہے ہیں''۔ ترقی نہ صرف آپ تک پہنچتی ہے بلکہ ہمارے معاشرے کے سب سے کمزور اور پسماندہ طبقوں تک بھی پہنچتی ہے جو دفعہ 370 کی وجہ سے نقصان اٹھاتے ہیں۔

105

کے مطابق فراہم نہیں کی جارہی ہے۔ حالانکہ لوگوں کو توقع تھی کہ جموں کشمیر میں نئی سرکار کے قیام کے ساتھ ہی بجلی سپلائی میں بھی سرماہ کے دوران بہتری آئے گی لیکن فی الحال ایسا نظر نہیں آرہا ہے۔ وادی کشمیر میں ہر سال سرماہ کے دوران ''پیک اوہرس'' پر 1700 میگاواٹ کے آس پاس بجلی سپلائی فراہم کی جاتی تھی لیکن اس سال بتایا جارہا ہے کہ 1400 کے آس پاس بجلی سپلائی فراہم کی جارہی ہے۔ جبکہ پوری وادی میں بجلی انجینئروں کے مطابق ''پیک اوہرس'' میں 2300 میگاواٹ سے زیادہ بجلی درکار ہے۔ جموں کشمیر کے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے 4 دسمبر کو جموں میں بجلی محکمہ کی جائزہ میٹنگ میں افسران کو باضابطہ ہدایات جاری کیں کہ فوری طور کشمیر کو اضافی 200 میگاواٹ بجلی فراہم کی جائے تاکہ بجلی شیڈول کے مطابق فراہم ہو۔ بتایا جاتا ہے کہ پانچ دن گزرنے کے باوجود ابھی تک بجلی محکمہ نے 200 اضافی میگاواٹ بجلی فراہم نہیں کی۔ جموں کشمیر کے معروف تجزیہ نگار کا ماننا ہے کہ وادی کشمیر میں جموں کے مقابلے میں زیادہ ریونیو حاصل کیا جارہا ہے اور وزیر اعلیٰ کی ہدایت کے باوجود بیوروکریسی کی جانب سے ہدایت پر عمل نہ کرنا ایک غور طلب بات ہے۔ دریں اثناء وزیر اعلیٰ کے مشیر ناصر اسلم وانی کا ماننا ہے کہ جموں کشمیر سرکار نے کشمیر کیلئے ناردرن گرڈ سے مزید بجلی خریدنے کیلئے ہر ماہ کیلئے ایک سو کروڑ روپے منظور کئے ہیں۔ تاکہ وادی کشمیر میں بجلی شیڈول کے مطابق فراہم کی جاسکے۔

106

کی لاپرواہی کے باعث موت کی آغوش میں چلا گیا۔ انہوں نے کہا کہ تین بچوں کے والد صوفی کو پہلے دن میں بازو میں درد اور تکلیف کی شکایت کرتے ہوئے اسپتال میں داخل کرایا گیا تھا۔ انہوں نے بتایا کہ ڈاکٹروں نے ابتدائی ٹیسٹ کے بعد ان کی حالت مستحکم بتائی۔ تاہم مریض بعد میں اسپتال میں دم توڑ گیا۔ لواحقین نے الزام لگایا کہ عملے جس میں ایک کے بارے میں ان کا دعویٰ تھا کہ وہ ڈاکٹر کے بجائے کمپاؤنڈر ہے، نے مریض کی حالت کو محض ڈرامہ بازی قرار دیا۔ انہوں نے اسپتال کے عملے پر ای سی جی رپورٹ کو روکنے کا الزام بھی لگایا جو واقعات پر روشنی ڈال سکتی ہے، جس سے مریض کی موت واقع ہوئی۔ تاہم اسپتال انتظامیہ نے ان الزامات کو مسترد کر دیا۔ میڈیکل سپرنٹنڈنٹ ڈاکٹر اعجاز احمد بٹ نے واضح کیا کہ صوفی کو صبح 7 بجے کے قریب سینے میں تکلیف کے ساتھ داخل کیا گیا تھا اور فوری طور پر ڈیوٹی پر موجود ڈاکٹر نے حاضر کیا تھا۔ ایک ای سی جی ٹیسٹ کرایا گیا، جو مبینہ طور پر نارمل نظر آیا، اور مریض کو زیر نگرانی رکھا گیا۔ انہوں نے کہا کہ انجکشن اور دوائی کے بعد، مریض اچانک بے ہوش ہوکر گر گیا۔ جس کے بعد ڈاکٹروں نے اس کی جان بچانے کی پوری کوشش کی تاہم وہ کامیاب نہیں ہوسکے۔ انہوں نے مزید کہا کہ پولیس اور مقامی تحصیلدار کی طرف سے ڈاکٹروں کی بدتمیزی اور عدم دستیابی کے الزامات کی جانچ کی گئی۔ انہوں نے مکمل تحقیقات کا وعدہ کیا ہے۔ ڈاکٹر اعجاز نے کہا ''خاندان کے الزامات کی تحقیقات کے لیے ایک اعلیٰ سطحی کمیٹی بنائی جائے گی، اور دو سے تین دن میں تفصیلی رپورٹ پیش کی جائے گی۔''

107

گیا، حالانکہ یہ صدیوں سے ہماری روحانی روایات کا حصہ رہا ہے۔ انہوں نے کہا کہ عالمگیر اعلامیے کے آرٹیکل 1 میں کہا گیا ہے ''تمام انسان آزاد اور یکساں وقار اور حقوق لیکر پیدا ہوتے ہیں''۔ دروپدی مرمو نے کہا کہ مساوات انسانی حقوق کی روح ہے۔ انسانی وقار کے مکمل احترام کے لئے غیر جانبداری پہلی شرط ہے۔ لیکن دنیا متعدد تعصبات سے بھری ہے جو کہ شخصی صلاحیت کو پوری طرح بروئے کار لانے میں رکاوٹ بنتے ہیں اور اس طرح مجموعی طور پر یہ معاشرے کے مفاد میں نہیں ہیں۔ انسانی حقوق کا دن ہمارے لئے ایک بہترین موقع ہے کہ ہم اجتماعی طور پر غور کریں اور ایسے تعصبات پر قابو پانے کے طریقے تلاش کریں جو نوع انسانی کی ترقی میں محض رکاوٹ بنتے ہیں۔ صدر جمہوریہ دروپدی مرمو نے کہا کہ اس دن دنیا کو ایک صحت مند ماحول اور آب و ہوا کے انصاف کے حق پر بھی بات چیت کرنی چاہیے۔ قدرت میں گراوٹ آنے سے آب و ہوا میں ناقابل تغیر تبدیلیاں ہورہی ہیں اور اب اس کے نقصان دہ اثر کو دیکھ رہے ہیں۔ دنیا کو اس تلخ حقیقت کا احساس ہوتا ہے لیکن ابھی فیصلہ کن تبدیلی کرنے کے لئے عزم نہیں کیا گیا ہے۔ ہم پر ہمارے بچوں کا یہ قرض ہے کہ ہم صنعت کاری کے خراب ترین اثرات سے قدرت کو بچائیں۔ وقت تیزی سے گزر رہا ہے۔ انہیں اس بات سے خوشی ہوئی کہ بھارت نے ملک میں اور حال ہی میں منعقدہ عالمی ماحولیاتی کانفرنس میں پہل قدمی کی ہے۔ جس کے کرۂ ارض کی صحت کی بحالی میں دور رس اثرات مرتب ہوں گے۔ خصوصی طور پر بین الاقوامی شمسی اتحاد میں بھارت کی قیادت اور گرین انرجی کو فروغ دینے کے لئے کئے گئے اقدامات قابل تعریف ہیں۔

108

نے دورے کے دوران ریمارکس دیئے کہ ''ڈیوٹی کے تئیں آپ کی ثابت قدمی کا عزم قابل ستائش ہے۔ چونکہ ہمیں متحرک سیکورٹی چیلنجز کا سامنا ہے، پیشہ ورانہ مہارت اور آپریشنل تیاری کی اعلیٰ ترین سطح کو برقرار رکھنا سب سے اہم ہے۔ دونوں جی او سیز نے کسی بھی خطرے سے مؤثر طریقے سے نمٹنے کے لیے فوجیوں کی صلاحیت پر اعتماد کا اظہار کیا، کمانڈ کے اعلیٰ افسران کی جانب سے مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائی۔

109

دھماکے میں فوج کا حوالدار ہلاک ہوگیا۔ ہلاک ہونے والے سپاہی کی شناخت (حوالدار) سپش (39) کے طور پر کی گئی ہے جو شدید طور پر زخمی ہے۔ دھماکے کے بعد، اسے فوری طور پر ادھم پور کے کمانڈ ہسپتال لے جایا گیا۔ تاہم وہ زخموں کی تاب نہ لاتے ہوئے چل بسا۔ فوج کے ترجمان نے کہا کہ جی او سی وائٹ نائٹ کور اور تمام رینک 25 آر آر کے بہادر حوالدار روی سیانیہ ورکیوٹا کو زبردست خراج عقیدت پیش کرتے ہیں۔ اس نے 09 دسمبر 2024 کو پونچھ کے تھانہ دار تکری کے جنرل علاقے میں ایک ایریا ڈومینیشن گشت کے دوران ایک بارودی سرنگ کے دھماکے کے بعد یہ عظیم قربانی دی۔ اس سے قبل اس سال 24 جنوری کو راجوری ضلع کے نوشہرہ میں کنٹرول لائن کے قریب بارودی سرنگ کے دھماکے سے ایک فوجی ہلاک اور دوسرا زخمی ہوا تھا۔

110

کے روز مرکزی وزیر خارجہ ڈاکٹر ایس جے شنکر کو خط لکھ کر شام میں پھنسے درجنوں کشمیری زائرین کو جاری بحران کے درمیان محفوظ نکالنے کے لیے فوری مداخلت کی درخواست کی ہے۔ خط میں انجمن نے درجنوں کشمیریوں کی سلامتی اور بہبود پر گہری تشویش کا اظہار کیا جو اس وقت شام میں شدید بدامنی کی وجہ سے دمشق اور اس کے آس پاس کے علاقوں میں پھنسے ہوئے ہیں۔ بگڑتی ہوئی صورت حال پر روشنی ڈالتے ہوئے، ایسوسی ایشن نے نوٹ کیا کہ باغیوں کی ایک تیز کارروائی اور صدر بشار الاسد کی معزولی سے پیدا ہونے والے بحران نے حجاج کرام کو شدید مشکلات میں ڈال دیا ہے۔ ایسوسی ایشن کے قومی کنوینر، ناصر کھوہامی نے کہا کہ وہاں پھنسے افراد کو اہم چیلنجز کا سامنا ہے، جن میں پناہ گاہ کی کمی، بنیادی ضروریات تک محدود رسائی، اور زمین پر کشیدہ صورتحال کی وجہ سے ان کی حفاظت کے لیے بڑھتے ہوئے خدشات شامل ہیں۔ پھنسے ہوئے افراد کے اہل خانہ نے ایسوسی ایشن کو متعدد تکلیف دہ کالیں کیں، اور اپنے پیاروں کو درپیش غیر یقینی صورتحال اور خطرے پر اپنی پریشانی کا اظہار کیا۔ یہ خاندان اپنی حفاظت اور بہبود کے لیے سخت پریشان ہیں۔ انہوں نے زور دے کر کہا کہ پھنسے ہوئے لوگوں نے خود کو شدید مشکلات کا سامنا کرنے کی اطلاع دی ہے، بشمول پناہ گاہ کی کمی، بنیادی ضروریات تک محدود رسائی، اور زمین پر کشیدہ صورتحال کی وجہ سے ان کی حفاظت کے لیے بڑھتے ہوئے خدشات سے وہ ذہنی کوفت کا سامنا کر رہے ہیں۔ ''دمشق کے سیدہ زینب کے علاقے میں صورتحال خاص طور پر غیر مستحکم ہے، فائرنگ کے واقعات کی اطلاعات سے پھنسے ہوئے لوگوں میں خوف و ہراس پھیل گیا ہے۔ ان کی پریشانی میں اضافہ کرتے ہوئے، ان کی واپسی کے لیے طے شدہ پروازیں اچانک منسوخ کر دی گئی ہیں، جس سے انہیں ہندوستان واپس جانے کا کوئی واضح راستہ نہیں چھوڑا گیا ہے۔ اپنی اپیل میں، ایسوسی ایشن نے مرکزی وزیر خارجہ پر زور دیا کہ وہ شام میں ان افراد اور دیگر ہندوستانی شہریوں کے انخلا کو ترجیح دیں۔ انہوں نے وزارت سے یہ بھی مطالبہ کیا کہ وہ متعلقہ تنظیموں اور حکام کے ساتھ مل کر عارضی پناہ گاہ فراہم کرے اور متاثرہ علاقوں میں پھنسے ہوئے لوگوں کی حفاظت کو یقینی بنائے۔ ''یہ ایک اہم انسانی مسئلہ ہے جو فوری مداخلت کا مطالبہ کرتا ہے۔ ہم اپنے شہریوں کی حفاظت کے لیے حکومت ہند کے عزم پر بھروسہ کرتے ہیں اور وزارت پر زور دیتے ہیں کہ وہ پھنسے ہوئے عازمین کو گھر لانے کے لیے کوششیں تیز کرے''، کھوہامی نے زور دیا۔ ایسوسی ایشن نے وزارت سے مزید درخواست کی کہ وہ متعلقہ حکام اور اقوام متحدہ کی تنظیموں کے ساتھ مل کر اس بحران پر مربوط اور تیز ردعمل کی سہولت فراہم کرے۔ انہوں نے مزید کہا کہ اس معاملے میں وزارت خارجہ کی جانب سے فوری کارروائی سے لاتعداد خاندانوں کو سکون ملے گا اور شہریوں کے ان کی فلاح و بہبود کے لیے حکومت کی لگن پر اعتماد کو تقویت ملے گی۔

111

کے بعد پریس کانفرنس سے خطاب کرتے ہوئے جموں کشمیر پردیش کانگریس کے صدر طارق حمید قرہ نے کہا کہ عمر عبداللہ کی قیادت والی حکومت میں کانگریس کے شامل ہونے کے امکان بے بنیاد ہے۔ انہوں نے کہا ''بطور جموں کشمیر کانگریس چیف، کسی نے بھی اس معاملے میں مجھ سے رابطہ نہیں کیا''۔ جموں میں روہنگیا پناہ گزینوں کے مسئلے کے بارے میں پوچھے جانے پر قرہ نے بین الاقوامی کنونشنوں کیلئے پارٹی کی وابستگی کا اظہار کیا جو مہاجرین کے لیے بنیادی سہولیات کو لازمی قرار دیتے ہیں۔ تاہم، انہوں نے بی جے پی اور آر ایس ایس کی اسلاموفوبیا کو ہوا دینے کی مبینہ کوششوں پر تشویش کا اظہار کرتے ہوئے خبردار کیا کہ اس طرح کے اقدامات سے ہندوستانی مسلمانوں پر منفی اثر پڑ سکتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ ''ہماری تشویش یہ ہے کہ ہندوستانی مسلمانوں کو کسی بھی بہانے سے محکوم نہ بنایا جائے''۔ ریزرویشن پالیسی کے معاملے پر قرہ نے کوئی بھی فیصلہ کرنے سے پہلے مردم شماری مکمل کرنے کی ضرورت پر زور دیا۔ اس سے پہلے، ایک جائزہ میٹنگ کے دوران قرہ نے کانگریس پارٹی کے فلسفے اور نظریے کو فروغ دینے کے لیے نچلی سطح کی مصروفیت کی اہمیت پر زور دیا۔

112

مشکلات کا سامنا ہے۔ ادھر محکمہ موسمیات کے مطابق آنے والے دنوں میں موسم میں خشک رہنے کی پیشگوئی کرتے ہوئے 18 دسمبر تک موسم مجموعی طور پر خشک رہنے کا امکان ظاہر کیا ہے۔ اسی دوران جموں میں سردی کی شدید لہر کے بیچ گہری دھند جاری رہی۔ سی این آئی کے مطابق وادی کشمیر اور صوبائی علاقے لیہہ اور کرگل کو سردی کی شدید لہر نے پوری وادی کو اپنی لپیٹ میں لیا ہے اور یخ بستہ ہواؤں کی وجہ سے شدید سردی کی لہر جاری ہے۔ محکمہ موسمیات کے حکام نے اس کی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ گزشتہ شب سرینگر شہر میں سرد ترین رات رہی کیونکہ درجہ حرارت منفی ریکارڈ کیا گیا۔ محکمہ کے مطابق درجہ حرارت میں کمی ہونے کے ساتھ ہی پوری وادی سخت ترین سردی کے لپیٹ میں آچکی ہے۔ انہوں نے بتایا کہ وادی کے ساتھ ساتھ لداخ خطہ بھی شدید سردی کی لپیٹ میں ہے۔ ترجمان کے مطابق جموں خطہ میں بھی درجہ حرارت میں کافی گراوٹ آئی ہے۔ محکمہ موسمیات کے مطابق سرینگر میں ایک مرتبہ پھر رواں موسم کی سرد ترین رات ریکارڈ کی گئی اور شبانہ درجہ حرارت منفی 5.4 ڈگری سیلشیس درج کیا گیا۔ محکمہ موسمیات نے تفصیلات فراہم کرتے ہوئے بتایا کہ سرینگر میں رواں موسم کی سب سے سرد ترین رات ریکارڈ کی گئی جس دوران شبانہ درجہ حرارت منفی 5.4 ڈگری سیلشیس ریکارڈ کیا گیا ہے جب کہ سونمرگ منفی 9.7 ڈگری سیلشیس پر سرد ترین مقام تھا۔ محکمہ موسمیات نے بتایا کہ شہرہ آفاق گلمرگ دوسرا سرد ترین مقام تھا، جہاں پارہ منفی 9.0 ڈگری سیلشیس پر رہا۔ انہوں نے مزید کہا کہ مشہور سیاحتی مقام پہلگام میں کم سے کم درجہ حرارت منفی 8.4 ڈگری سیلشیس ریکارڈ کیا گیا جبکہ جنوبی کشمیر کے شوپیاں میں منفی 8.5 ڈگری سیلشیس ریکارڈ کیا گیا۔ اس کے علاوہ قاضی گنڈ میں منفی 6.4 ڈگری سیلشیس اور کپواڑہ میں منفی 4.5 ڈگری سیلشیس ریکارڈ کیا گیا۔ اسی طرح سے محکمہ موسمیات کے مطابق پہلگام میں منفی 5.5، پلوامہ میں منفی 5.8 اور شوپیان منفی 6.3 ڈگری سیلشیس کے ساتھ وادی کشمیر کا سرد ترین علاقہ درج کیا گیا۔ اسی طرح سے محکمہ موسمیات کے مطابق جموں میں کم سے کم درجہ حرارت 7.1 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا۔ ادھر محکمہ موسمیات نے 18 دسمبر تک موسم زیادہ تر خشک رہنے کی پیشگوئی کی ہے۔ اسی دوران منگل کی صبح درجنوں علاقوں میں اس قدر گہرے کہرے کی صورتحال رہی کہ سڑکوں پر گاڑیاں نظر نہیں آئیں۔ دیگر علاقوں کی سڑکوں پر گاڑیاں دھیمی رفتار میں چلتی رہیں اور روشنی کم ہونے کی وجہ سے ان کی ہیڈ لائٹس بھی چالو رہیں۔ شہر کے باہر بھی کئی علاقوں میں کہرا دیکھنے کو ملا جب ملا۔ ادھر محکمہ موسمیات نے بتایا کہ درجہ حرارت میں اچانک کمی اور اس کے نتیجے میں فضاء میں پانی کے قطرے منجمد ہوجانے کی وجہ سے سرینگر اور وادی کے دیگر علاقوں میں صبح کے وقت دھند چھائی رہی۔ تاہم ان کا کہنا تھا کہ اس موسم میں دھند چھا جانا کوئی غیر معمولی بات نہیں ہے بلکہ ملک کی شمالی حصوں میں پایا جانے والا ایک معمول کا عمل ہے۔

113

کوئی امکان نہیں ہے۔ انہوں نے کہا کہ خشک موسم کی پیش گوئی کے درمیان وادی میں درجہ حرارت مزید نیچے جائے گا۔ انہوں نے مزید کہا کہ سردیوں میں اضافہ کے باعث سردیوں سے بچنے کیلئے لوگوں کو گرمی دینے کے آلات احتیاط سے استعمال کرنے کی ضرورت ہے تاکہ کوئی حادثہ نہ رونما ہو جبکہ ساتھ ہی انہوں نے کہا کہ گرمی دینے کے آلات کو استعمال کرتے وقت کمرے میں مناسب وینٹی لیشن کو یقینی بنایا جائے کیونکہ ان آلات کے زیادہ استعمال سے انسانی زندگی کو خطرہ لاحق ہوسکتا ہے۔

114

لایا۔ ہم انہیں نہیں لائے۔ انہوں نے انہیں یہیں آباد کیا ہے اور جب تک وہ یہاں ہیں ان کو پانی اور بجلی فراہم کرنا ہمارا فرض ہے۔ یہ ہماری ذمہ داری ہے۔'' فاروق عبداللہ نے جموں و کشمیر میں ریاست کی بحالی کے لیے بھی زوردار آواز بلند کرتے ہوئے کہا کہ جموں و کشمیر میں صرف ایک طاقت کا مرکز ہوگا۔ انہوں نے کہا ''ڈبل انجن والی حکومت یہاں کام نہیں کرے گی۔ ریاست کو بحال کیا جائے گا۔ جموں و کشمیر میں طاقت کا ایک ہی مرکز ہوگا''۔ بنگلہ دیش میں ہندوؤں پر ہونے والے مظالم کے بارے میں پوچھے جانے پر عبداللہ نے مرکزی حکومت پر تنقید کرتے ہوئے کہا کہ ''حکومت ہند کو اس پر غور کرنا چاہیے۔ یہ آر ایس ایس کی قیادت والی حکومت ہے۔ انہیں اس مسئلے پر توجہ دینے کی ضرورت ہے''۔ جموں و کشمیر کی ریاستی حیثیت کی بحالی کے سوال پر، عبداللہ نے کہا ''ریاست کو بحال کیا جائے گا۔ یہ حکومت ہند کا وعدہ ہے اور سپریم کورٹ کے سامنے بھی وعدہ کیا گیا ہے۔ جس طرح ان کے انتخابی وعدے پورے ہوئے، سپریم کورٹ کا وعدہ بھی پورا ہوگا اور ریاست کا درجہ واپس آئے گا''۔ فاروق عبداللہ نے علاقے میں بجلی کی کٹوتی کے مسئلے پر توجہ دی، ان کی وجہ بارش اور برف باری کی کمی ہے۔ انہوں نے کہا ''ہم بجلی کی کمی کو کم کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ برف باری یا بارش نہ ہونے کی وجہ سے بجلی کی کمی ہے''۔ انہوں نے کہا کہ بجلی کی فراہمی کو بہتر بنانے کی کوششیں کی جارہی ہیں۔ ہندواڑہ پی ڈی پی سربراہ محبوبہ مفتی کے حالیہ بیانات کے بارے میں پوچھے جانے پر عبداللہ نے کہا کہ مجھے ان کے بیانات پر تبصرہ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جموں و کشمیر میں بے روزگاری کو سب سے بڑا مسئلہ بتاتے ہوئے عبداللہ نے کہا کہ بہت سے پڑھے لکھے لڑکے اور لڑکیاں ہیں جو بے روزگار ہیں۔ بے شمار آسامیاں موجود ہیں لیکن انہیں پُر نہیں کیا گیا۔ حکومت کو ان مسائل پر توجہ دینی چاہیے تاکہ ہمارے نوجوان کام تلاش کر سکیں۔

□□□□□

از دفتر نائب تحصیلدار زونی صفا کدل تحصیل عیدگاہ

عنوان: درخواست منجانب مرشدہ بانو زوجہ مرحوم عبدالاحد زرگر ساکنہ سعید پورہ عیدگاہ سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائلہ ہے کہ اس کا شوہر عبدالاحد زرگر ولد عبدالسلام زرگر مورخہ 14/10/2024 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائلہ 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
مرشدہ بانو	۴۶	زوجہ متوفی	گھریلو کام	
افشانہ	۲۰	دختر متوفی	زیر تعلیم	
تاج مصطفیٰ زرگر	۱۸	پسر متوفی	....	

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 طذا 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 صفا کدل

از نیابت گوم احمد پورہ

عنوان: درخواست منجانب لطیف احمد چوپان ولد عبدالغفار چوپان ساکنہ موضع ڈانگر پورہ (ملمو) تحصیل پٹن نسبت حصول DOB سرٹیفکیٹ بحق پسر خود ریحان لطیف چوپان

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت طذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق بیان نمبردار و چوکیدار علاقہ سائل مذکور مسلسل طور پر ڈانگر پورہ ملمو تحصیل پٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق اسکول ریکارڈ سائل مذکور کا پسر خورد ریحان لطیف چوپان مورخہ 29/01/2018 کو پیدا ہوا ہے جسکے نسبت سائل مذکور اپنے پسر کے حق میں یوم پیدائش DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ طذا 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

از نیابت کھواری باجلاس محمد یاسین نائب تحصیلدار کھواری

مضمون: چھٹی آمدہ از دفتر بلاک ڈیولپمنٹ آفیسر خانصاحب زیر نمبری BDO/KSB/1138 مورخہ 04/12/2024 نسبت اجرائی پیدائشی سرٹیفکیٹ بحق رہان نذیر پسر نذیر احمد ٹھیکر ساکنہ موضع کھواری تحصیل خانصاحب

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کی نسبت رپورٹ چوکیدار علاقہ و دیگر فیلڈ عملہ سے عیاں ہے کہ رہان نذیر پسر نذیر احمد ٹھیکر ساکنہ موضع کھواری مورخہ 07/06/2012 کو گھر پر ہی پیدا ہوا ہے۔ جسکی نسبت سائل کا بیان حلفی و اجرا کردہ گورنمنٹ ہائی اسکول سوگام چاڈورہ کی DOB سرٹیفکیٹ بھی شامل مثل ہے۔ اس بارے میں بذریعہ اشتہار ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ طذا 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 کھواری

از دفتر نائب تحصیلدار زونی صفا کدل تحصیل عیدگاہ

عنوان: درخواست منجانب فردوس احمد شاہ ولد مرحوم عبدالرحمان شاہ ساکنہ گزریل پالپورہ سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کا والد عبدالرحمان شاہ ولد غلام احمد شاہ مورخہ 19/09/2024 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 متوفی	پیشہ	آمدنی
مسماۃ حلیمہ	۵۸	زوجہ	گھریلو کام	بیوہ
فردوس احمد شاہ	۳۳	پسر	سرکاری ملازم	LPC
مسماۃ شازیہ رحمان	۳۲	دختر	شادی شدہ	
شاہینہ شاہ	۲۸	--	زیر تعلیم	
ماہورہ شاہ	۲۳	--	....	

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 طذا 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 صفا کدل

از نیابت کھواری تحصیل خانصاحب باجلاس محمد یاسین صاحب نائب تحصیلدار

عنوان: درخواست از جانب مختار احمد و ارشاد احمد ساکنہ کھواری تحصیل خانصاحب اجرائی RBA 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 RBA سرٹیفکیٹ پیش کی ہے۔ جو کہ دفتر طذا 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 کھواری میں موجود ہے اور تا حال کبھی بھی وہ خطہ سے ترک سکونت نہیں کی ہے۔ کنبے کی زرعی و غیر زرعی آمدنی سالانہ 130000 روپے تک ہے۔ اور کنبہ ۵ افراد پر مشتمل ہے۔ اور تفصیل افراد کنبہ بذیل درج ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	پیشہ	آمدنی سالانہ
بشیر احمد خان ولد غلام محمد خان	۵۸	مزدوری	60000
سلیمہ زوجہ بشیر احمد خان	۵۵	گھریلو کام	
ریاض احمد پسر----	۳۲	مزدوری	60000
ارشاد احمد پسر----	۲۷	زیر تعلیم	
مختار احمد پسر----	۲۰	----	----

قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ طذا 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 کھواری

از دفتر نائب تحصیلدار زونی صفا کدل تحصیل عیدگاہ

عنوان: درخواست منجانب حسینہ وانی زوجہ مرحوم محمد یوسف وانی ولد غلام قادر وانی ساکنہ پالپورہ نور باغ سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائلہ ہے کہ اس کا شوہر محمد یوسف وانی ساکنہ پالپورہ نور باغ مورخہ 31/01/2019 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائلہ 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 متوفی	پیشہ	آمدنی
حسینہ وانی	۵۵	زوجہ	گھریلو کام	بیوہ
یاسمینہ وانی	۳۸	دختر	شادی شدہ	
بلال احمد وانی	۳۲	پسر	پرائیویٹ ملازم	

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 طذا 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 صفا کدل

از دفتر نائب تحصیلدار ہارون نارتھ سرینگر

Application on behalf from Gh. Ahmad Bhat, Gh. Nabi Bhat and executive members of Masjid Ahle Sunnat wal Jamat basic goats & Sudur of chinar tree lying in the mid KItchen garden of gh. Ahmad Bhat S/O Late Abdul Salam Bhat R/O Wanihama Payeen respectively

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں نسبت قرار حکم جناب ڈپٹی کمشنر سرینگر زیر نمبری 20/DCS/Chinar/tree مورخہ 27/11/2024 تحصیلدار نارتھ زیر نمبری MM/TNS/FS/04 مورخہ 28/11/2024 درخت چنار واقعہ ... بذریعہ نیلامی مطلوب ہے لہذا جو اشخاص نیلامی میں شرکت کرنے کے خواہاں ہوں وہ مورخہ 17/12/2024 بوقت 11:00 بجے حاضر ہو کر نیلامی میں حصہ لے۔

نائب تحصیلدار ہارون سرینگر

از نیابت گوم احمد پورہ

عنوان: درخواست منجانب منظور احمد ملک پسر محمد قاسم ملک ساکنہ ملمو تحصیل پٹن نسبت حصول DOB سرٹیفکیٹ بحق پسر خود محمد عباس ملک

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت طذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق بیان نمبردار و چوکیدار علاقہ سائل مذکور منظور احمد ملک پسر محمد قاسم ملک ساکنہ موضع ملمو تحصیل پٹن کی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق اسکول ریکارڈ سائل مذکور کا پسر خورد محمد عباس ملک مورخہ 18/03/2009 کو پیدا ہوا ہے جسکے نسبت سائل مذکور اپنے پسر کے حق میں یوم پیدائش DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے لہذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ طذا 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

PUBLIC NOTICE

I NAZIR AHMAD MIR S/O MOHD YOUSUF MIR R/O LANE NO. 4 Near QUARISHI MASJID LAL BAZAR SGR PROP OF [MIR ELECTRICAL STORE] HAS LOST MY 3 FDR 000336001100063 FDR 198301 AMOUNT 82640,FDR 000336001100064 FDR NO. 198302 AMT 38600 AND FDR 000336001100065 FDR NO 198303 AMT 44320.NOW I WANT APPLY FOR ITS DUPLICATES .IF ANY BODY HAS ANY OBJECTIONS IN THIS REGARD HE/SHE MAY CONTACT SATE COOPERATIVE BANK BRANCH MAHARAJ GUNJ SRINAGAR WITHIN 7DAYS AFTER THAT NO OBJECTIONS SHALL BE ENTERTAINED.

خاندان کا ادارہ ٹوٹ پھوٹ کا شکار کیوں؟۔

تحریر۔شاہنواز فاروقی

ایک وقت تھا کہ خاندان ایک مذہبی کائنات تھا۔ایک تہذیبی واردات تھا۔محبت کا قلعہ تھا۔نفسیاتی حصار تھا۔جذباتی اور سماجی زندگی کی ڈھال تھا......ایک وقت یہ ہے کہ خاندان افراد کا مجموعہ ہے۔چنانچہ جون ایلیا نے شکایت کی ہے۔

مجھ کو تو کوئی ٹوکتا بھی نہیں
یہی ہوتا ہے خاندان میں کیا

ٹوکنے کا عمل اپنی نہاد میں ایک منفی عمل ہے۔مگر آدمی کسی کو ٹوکتا بھی اسی وقت ہے جب اُس سے اس کا ''تعلق'' ہوتا ہے۔جون ایلیا کی شکایت یہ ہے کہ اب خاندان سے ٹوکنے کا عمل بھی رخصت ہوگیا ہے۔یہی خاندان کے افراد کا مجموعہ بن جانے کا عمل ہے۔لیکن خاندان کا یہ ''نمونہ'' بھی بڑی نعمت ہے۔اس لیے کہ بہت سی صورتوں میں اب خاندان افراد کا مجموعہ بھی نہیں رہا۔اسی لیے شاعر نے شکایت کی ہے۔

اک زمانہ تھا کہ سب ایک جگہ رہتے تھے
اور اب کوئی کہیں کوئی کہیں رہتا ہے

بعض لوگ اس طرح کی باتوں کو مشترکہ خاندانی نظام کے ٹوٹ جانے کا سانحہ سمجھتے ہیں اور کہتے ہیں کہ اسلام مشترکہ خاندانی نظام پر نہیں صرف خاندان پر اصرار کرتا ہے۔مشترکہ خاندانی نظام ٹوٹ رہا ہے تو اپنی خرابیوں کی وجہ سے ٹوٹ رہا ہے اور اسے ٹوٹ ہی جانا چاہیے۔اور اب اگر لوگ الگ گھر بنا کر رہ رہے ہیں تو اس میں اعتراض کی کون سی بات ہے! لیکن مسئلہ یہ نہیں ہے کہ اب کوئی کہیں، کوئی کہیں رہتا ہے، بلکہ یہ ہے کہ جو جہاں بھی رہتا ہے محبت کے ساتھ دوسرے سے نہیں ملنا چاہتا۔ایک وقت تھا کہ لوگ کسی ضرورت کے تحت خاندان سے سیکڑوں بلکہ ہزاروں میل دور جا کر آباد ہوجاتے تھے، مگر یہ فاصلہ صرف جغرافیائی ہوتا تھا......نفسیاتی، ذہنی اور جذباتی نہیں ہوتا تھا۔اب لوگ ایک گھر میں رہتے ہیں تو ان کے درمیان ہزاروں میل کا نفسیاتی، جذباتی اور ذہنی فاصلہ ہوتا ہے......اور یہی فاصلہ اصل خرابی ہے، یہی فاصلہ خاندان کی ٹوٹ پھوٹ کی علامت ہے، یہی ہمارے عہد کا ایک بڑا انسانی المیہ ہے۔لیکن سوال یہ ہے کہ اس المیے کی وجہ کیا ہے؟ اس سوال کا جواب یہ ہے کہ خاندان اپنی اصل میں ایک مذہبی تصور ہے۔کائناتی سطح کے مفہوم میں مرد اللہ تعالیٰ کی ذات اور عورت اللہ تعالیٰ کی صفت کا مظہر ہے، چنانچہ شادی کا ادارہ ذات اور صفت کے وصال کی علامت ہے۔یہی وجہ ہے کہ اسلام میں شادی کی غیر معمولی اہمیت ہے اور رسول اکرم صلو سلم علی نے نکاح کو نصف دین کہا ہے۔مرد اور عورت کے تعلق کی اسی نوعیت کی وجہ سے اسلام طلاق کو سخت ناپسند کرتا ہے، کیونکہ اس سے انسانی سطح پر ذات اور صفت میں علیحدگی ہوجاتی ہے۔لیکن مرد اور عورت کے اس تعلق کا مرکز اللہ تعالیٰ کی ذات ہے۔اسی ذات نے انسانوں کو ''جوڑے'' کی صورت میں پیدا کیا۔اسی ذات نے زوجین کے درمیان محبت پیدا کی۔اسی ذات نے بچوں کی پیدائش کو عظیم نعمت اور رحمت میں تبدیل کیا اور اسی ذات نے بچوں کی پرورش پر بے پناہ اجر رکھا۔مذہبی معاشروں میں خاندان کا یہ تصور انسانوں کے شعور میں پوری طرح راسخ تھا۔یہی وجہ ہے کہ خاندان کا ادارہ لاکھوں یا ہزاروں سال کا سفر طے کرنے کے باوجود بھی نہ صرف یہ کہ باقی اور مستحکم رہا بلکہ اس میں کروڑوں انسان ایک حسن و جمال اور ایک گہری رغبت بھی محسوس کرتے رہے۔لیکن جیسے ہی خدا انسانوں کے باہمی تعلق سے غائب ہوا خاندان کا ادارہ اضمحلال، انتشار اور انہدام کا شکار ہوگیا۔

مذہب کی وجہ سے خاندان کے ادارے کی ایک تقدیس تھی۔اس پر اللہ تعالیٰ کی رحمت کا سایہ تھا۔اس میں کائناتی سطح کی معنویت تھی جس کا کچھ نہ کچھ ابلاغ بہت کم پڑھے لکھے لوگوں تک بھی کچھ نہ کچھ ضرور ہوتا تھا۔مذہبی بنیادوں کی وجہ سے خاندان میں ایک برکت تھی اور اس کے ساتھ اجر و ثواب کے درجنوں تصورات وابستہ تھے۔لیکن خدا کے تصور کے منہا ہوتے ہی اور مذہب سے رشتہ توڑتے ہی خاندان اچانک صرف ایک حیاتیاتی، سماجی اور معاشی حقیقت بن گیا۔یعنی انسان محسوس کرنے لگے کہ خاندان انسانی نسل کی بقا اور تسلسل کے لیے ضروری ہے۔خاندان نہیں ہوگا تو انسانی نسل فنا ہوجائے گی۔خاندان کے خالص حیاتیاتی تصور نے مرد اور عورت کے باہمی تعلق کو صرف جسمانی تعلق تک محدود کردیا۔اس تعلق کی اہمیت تو بہت تھی مگر اس میں معنی کا فقدان تھا، اور اس سے کوئی تقدیس وابستہ نہ تھی۔خدا اور مذہب سے بے نیاز ہوتے ہی انسان کو محسوس ہونے لگا کہ خاندان صرف ہماری سماجی ضرورت ہے۔انسان ایسی حالت میں پیدا ہوتا ہے کہ اسے طویل عرصے تک ماں باپ اور دوسرے خاندانی رشتوں کی ''ضرورت'' ہوتی ہے، لیکن ضرورت ایک ''مجبوری'' اور ایک ''جبر'' ہے اور اس کی کوئی اخلاقیات نہیں۔چنانچہ مغربی دنیا میں کروڑوں انسانوں نے اس مجبوری اور جبر کے طوق کو گلے سے اتار پھینکا۔انسان صرف سماجی نفسیات کا اسیر ہوجاتا ہے تو اس سے ''معاشی ضرورت'' کے نمودار ہونے میں دیر نہیں لگتی، اور معاشی ضرورت دیکھتے ہی دیکھتے سماجی ضرورت کو بھی ''ثانوی ضرورت'' بنادیتی ہے۔خاندان کے ادارے کے حوالے سے یہی ہوا۔خاندان کے سماجی ضرورت ہونے کے تصور سے معاشی ضرورت کا تصور نمودار ہوا اور دیکھتے ہی دیکھتے خاندان کے ادارے کے تشخص کا نمایاں ترین پہلو بن گیا۔

خاندان کے ادارے کے حوالے سے خدا اور مذہب کے بعد سب سے زیادہ اہمیت محبت کے تصور کو حاصل ہے۔محبت انسانی زندگی میں کتنی اہم ہے اس کا اظہار میر تقی میر نے اس سطح پر کیا ہے جس سے بلند سطح کا تصور ذرا مشکل ہے۔میر نے کہا ہے۔

محبت نے کاڑھا ہے ظلمت سے نور
نہ ہوتی محبت نہ ہوتا ظہور

میر نے اس شعر میں محبت کو پوری کائنات کی تخلیق کا سبب قرار دیا ہے۔محبت نہ ہوتی تو یہ کائنات ہی وجود میں نہ آتی۔محبت کے حوالے سے میر کا ایک اور شعر بے مثال ہے۔انہوں نے کہا ہے۔

محبت مسبّب محبت سبب
محبت سے ہوتے ہیں کارِ عجب

محبت کے ''کارِ عجب'' کرنے کی صلاحیت کا اندازہ اس بات سے کیا جاسکتا ہے کہ ہر انسان ایک دوسرے سے مختلف کائنات ہوتا ہے، لیکن محبت شادی کی صورت میں دو کائناتوں کو اس طرح ایک کردیتی ہے کہ ان کے درمیان کوئی تضاد اور کوئی کش مکش باقی نہیں رہتی۔یہ عمل معجزے سے کم نہیں، مگر محبت نے اس معجزے کو تاریخ و تہذیب کے سفر میں اتنا عام کیا ہے کہ یہ معجزہ کسی کو معجزہ ہی نظر نہیں آتا۔

بچوں کو پالنا دنیا کا مشکل ترین کام ہے۔اس میں ماں باپ کی شخصیت کی اس طرح نفی ہوتی ہے کہ اس کا بوجھ اٹھانا آسان نہیں۔بچوں کی پرورش ماں باپ کی نیندیں حرام کردیتی ہے، ان کا آرام چھین لیتی ہے، ان کی ترجیحات کو تبدیل کردیتی ہے۔لیکن ماں باپ کی محبت ہر قربانی کو سہل کردیتی ہے۔ماں باپ کے دل میں بچوں کے لیے محبت نہ ہو تو وہ بچوں کو پالنے سے انکار کردیں، یا ان کو ہلاک کر ڈالیں۔لیکن محبت، بے پناہ مشقت کو بھی خوشگوار بنادیتی ہے اور انسان کو تکلیف میں بھی ''راحت'' محسوس ہونے لگتی ہے، پریشانی بھی بھلی معلوم ہوتی ہے، قربانی میں بھی بے پناہ لطف کا احساس ہوتا ہے۔بچوں کو ماں باپ کی محبت کا جو تجربہ ہوتا ہے وہ ان کی شخصیت کو ایسا بنادیتا ہے کہ جب ماں باپ بوڑھے ہوجاتے ہیں تو اکثر بچے اسے لوٹانے کی کوشش کرتے ہیں۔یہ محبت ہی ہے جو بچوں ہی نہیں بڑوں کو بھی اس لائق بناتی ہے کہ وہ اپنے وقت، خوشیوں اور وسائل میں دوسروں کو شریک کریں۔لیکن مغرب میں انسان خدا اور مذہب سے دور ہوا تو اس کے دل میں محبت کا کال پڑ گیا، اور محبت کے قحط نے والدین کے لیے بچوں اور بچوں کے لیے والدین کو بوجھ بنادیا۔یہاں تک کہ شوہر اور بیوی بھی ایک دوسرے کو ایک وقت کے بعد ''اضافی'' نظر آنے لگے۔مغرب کا یہ ہولناک تجربہ اب مشرق میں بھی عام ہے، یہاں تک کہ اسلامی معاشرے بھی اس سے محفوظ نہیں۔اس سلسلے میں اسلامی اور غیر اسلامی معاشروں میں فرق یہ ہے کہ غیر اسلامی معاشروں میں خدا اور مذہب لوگوں کی زندگی سے یکسر خارج ہوچکے ہیں، جبکہ اسلامی معاشروں میں مذہب آج بھی اکثر لوگوں کے لیے ایک زندہ تجربہ ہے۔البتہ جدید دنیا کے رجحانات کا دباؤ اتنا شدید ہے کہ مسلم معاشروں میں بھی مذہب پیش منظر سے پس منظر میں چلا گیا ہے۔چنانچہ مسلم معاشروں میں بھی خاندان کا ادارہ اضمحلال، انتشار اور انہدام کا شکار ہورہا ہے۔

مادی دنیا حقیقی خدا کے انکار تک محدود نہ رہی بلکہ اس نے دولت کی صورت میں اپنا خدا پیدا کرکے دکھایا، اور وہ معاشرے جو کبھی ''خدا مرکز'' یا God Centric تھے وہ دولت مرکز یا Money entric بنتے چلے گئے۔ان معاشروں میں دولت ہر چیز کا نعم البدل بن گئی۔اس نے حسب نسب کی صورت اختیار کرلی۔وہی شرافت اور نجابت کا معیار ٹھیری۔اسی سے علم و ہنر منسوب ہوگئے، اسی سے انسانوں کی اہمیت کا تعین ہونے لگا، اسی نے خوشی اور غم کی صورت اختیار کرلی۔یہاں تک کہ دولت ہی ''تعلق'' بن کر رہ گئی۔دولت کی اس بالادستی اور مرکزیت نے معاشروں میں قیامت برپا کردی۔مغرب کی تو بات ہی اور ہے، ہم نے اپنے معاشرے میں دیکھا ہے کہ والدین تک معاشی اعتبار سے کامیاب بچوں کو اپنے اُن بچوں پر ترجیح دینے لگتے ہیں جو معاشی اعتبار سے نسبتاً کم کامیاب ہوتے ہیں، خواہ معاشی اعتبار سے کمزور بچوں میں کیسی ہی انسانی خوبیاں کیوں نہ ہوں۔پاکستان اور دوسرے ملکوں میں مشرقِ وسطیٰ جانے کا رجحان پیدا ہوا تو کروڑوں لوگ اپنے خاندانوں کو چھوڑ کر بہتر معاشی مستقبل کے لیے عرب ملکوں میں جا آباد ہوئے۔یہ لوگ دس پندرہ اور بیس سال کے بعد لوٹے تو ان کے پاس دولت تو بہت تھی مگر وہ اپنے بچوں کے لیے تقریباً اجنبی تھے۔یہاں تک کہ ان کی بیویوں اور ان کے درمیان بھی ''نیم اجنبی'' کا تعلق استوار ہوچکا تھا۔

انسانوں کی شخصیتوں کی جڑیں معاشیات میں اتنی گہری پیوست ہوئیں کہ ہم نے متوسط طبقے کے بہت سے بچوں کو یہ کہتے سنا کہ ہمیں ہمارے باپ نے دیا ہی کیا ہے؟ حالانکہ ان کے پاس شرافت کی دولت تھی، ایمان داری کا سرمایہ تھا، علم کی میراث تھی، تخلیقی رجحانات کا ورثہ تھا۔لیکن انہیں ان میں سے کسی چیز کی موجودگی کا شعور نہ تھا، کسی چیز کی موجودگی کا احساس نہ تھا۔انہیں شعور اور احساس تھا تو صرف اس چیز کا کہ ان کے پاس دولت نہیں ہے۔کار اور کوٹھی نہیں ہے۔بینک بیلنس نہیں ہے۔ہم دیکھ رہے ہیں کہ شادی بیاہ کے معاملات میں دولت تقریباً واحد معیار بن چکی ہے۔اس سلسلے میں مذہبی اور سیکولر کی کوئی تخصیص نہیں۔دولت کے حمام میں سب ننگے ہیں۔اس کے بعد بھی لوگ سوال کرتے ہیں کہ خاندان کا ادارہ کیوں کمزور پڑ رہا ہے!

کیوں مسلمان ہوئے

-ڈاکٹر عبدالغنی فاروق-

حسین روٗف (انگلستان)۔

جب کوئی شخص اپنے آبائی اور نسلی مذہب کو چھوڑ کر نیا دین اختیار کرتا ہے تو اس کے پس پردہ عموماً جذباتی' فکری یا سماجی عوامل کارفرما ہوتے ہیں' لیکن جہاں تم میری افتادِ طبع کا تعلق ہے' میں اس معاملے میں کبھی جذباتیت کا شکار نہیں ہوا' بلکہ خالص فکری اور سماجی بنیادیں تھیں جنہوں نے بالآخر مجھے اسلام کی آغوش میں لا ڈالا جب کہ اس سے قبل میں نے دنیا بھر کے تمام مذاہب کے دعاوی' الہامی کتب اور نتائجِ فکر کا ایک ایک پہلو کھنگال ڈالا تھا۔

میرے والد رومن کیتھولک تھے جب کہ والدہ یہودی تھیں۔تعلیم اور تربیت چرچ آف انگلینڈ کے اصولوں کے مطابق ہوئی' یوں بیک وقت تین مذاہب سے میرا تعارف ہوگیا۔میری تشکیک کا آغاز اس وقت ہوا جب میں نے یہودیت اور عیسائیت کے عقائد کا موازنہ کیا۔میرے وجدان نے مقدس اوتار کے تصور اور کفارے کے عقیدے کو ماننے سے صاف انکار کردیا' بلکہ میں تو سمجھتا ہوں کہ کوئی بھی ذہین انسان نہ تو بائبل کے بلند آہنگ اور تہہ در تہہ دعاوی سے مطمئن ہوسکتا ہے نہ وہ خدا کے روایتی تصور پر مبنی چرچ آف انگلینڈ کے ان تعلیمات کو قبول کرسکتا ہے جن میں عقل و شعور پر مبنی کسی زندہ نظریہ عبادت کا وجود نہیں۔

جہاں تک یہودیت کا تعلق ہے اگرچہ بائبل کی مختلف کتابوں میں اس کا تناسب گھٹتا بڑھتا رہتا ہے تاہم یہاں میں نے خدا کا خاصا باوقار تصور پایا ہے اور اس کی قدیم اصلیت ابھی برقرار ہے' چنانچہ میں نے یہودیت کے کئی اجزا کو قبول کرلیا مگر بعض کو یکسر مسترد کردیا۔مثال کے طور پر اگر اس کے تمام اصولوں اور سفارشوں کو قبول کرلیا جائے تو دنیاوی و مادی زندگی کی لیے بہت کم گنجائش رہ جاتی ہے۔ثانیاً ذہن کو رسوم و روایات اور مصنوعی تصورات کے ایک لمبے سلسلے کا پابند بنانا پڑتا ہے اور سب سے بڑی قباحت تو یہ ہے کہ یہودیت ایک نسلی مذہب ہے اور محدود طبقے سے تعلق رکھتا ہے۔مختلف انسانی گروہوں کے درمیان اختلافات کی خلیج وسیع کرتا ہے۔

میں نے چرچ آف انگلینڈ کے طریق عبادت اور تصورات کو قریب سے دیکھا تھا اور یہودیت کی مذہبی رسوم کا بغور مشاہدہ کیا تھا۔نتیجہ یہ ہوا کہ میرے ذہن نے دونوں میں سے کسی کو قبول نہ کیا۔رومن کیتھولک میں' میں نے پُراسراریت کا غلبہ پایا اور انسانی وقار و احترام کو توہمات تلے کراہتے دیکھا۔یہاں ایک طرف تو انسان کو پیدائشی گناہ گار کہا جاتا ہے مگر دوسری طرف پوپ اور اس کے حواری معصوم عن الخطا قرار دیے گئے ہیں۔

اکتا کر میں نے ہندو فلاسفی کا مطالعہ شروع کیا اور اپنشد اور وید کو بنیاد بنایا' مگر نتیجہ وہی ڈھاک کے تین پات یعنی کچھ چیزوں میں نے احترام کی نظر سے دیکھا مگر اکثر باتوں کو رد کردیا۔معاشرتی برائیوں کا ہندو تعلیمات کوئی حل پیش نہیں کرتیں۔برہمن کو غیر معمولی تقدس اور ان گنت سہولتوں کا مستحق ٹھہرایا گیا مگر اچھوت کو زندہ در گور کردیا گیا ہے' کسی مذہب میں بھی انسانی توہین کی وہ مثال نہیں ملتی جس کا نمونہ ہندو مت میں نظر آتا ہے۔مزے کی بات یہ ہے کہ سارا الزام خدا کے سر تھوپا جاتا ہے کہ یہ سب کچھ اس کی مرضی کے مطابق ہورہا ہے۔

بدھ مت نے مجھے انسانی ذہن اور اس کے طریق کار کو سمجھنے میں مدد دی۔میں نے اندازہ کیا کہ ضروری قسم کی قربانیاں دی جائیں تو مظاہرِ فطرت کا ادراک بالکل کسی کیمیائی تجربے کی طرح حاصل ہوسکتا ہے۔یوں لگتا ہے کہ بدھ مت ذات پات کے نظریے کا محض ردعمل ہے۔لیکن اس میں ان اخلاقی تعلیمات کا فقدان ہے جو ہندو مت میں پائی جاتی ہیں۔بدھ مت میں مافوق الانسان قوتیں تو حاصل ہوسکتی ہیں مگر مجھے بہت جلد پتا چل گیا کہ ان قوتوں کا روحانیت سے کوئی تعلق نہیں بلکہ سائنس کا ایک شعبہ ہے جو اخلاقیات کو سہارا تو نہیں دیتا محض اعلیٰ درجے کی تفریح کا باعث بنتا ہے۔جذبات کو دبا دینا اور تمام خواہشات کو تابع کرلینا یہ کام تو زینو (زینو یونان کا ایک فلسفی (265-336 قبل مسیح) جس کا نقطہ نظر یہ ہے کہ سب انسان برابر ہیں اور مثالی زندگی یہ ہے کہ کسی شخص کو کوئی پریشانی لاحق نہ ہو۔) کے پیروکار بھی کرتے تھے۔پھر بدھ ازم میں خالق کائنات کا کہیں تصور نہیں ملتا محض ذاتی نجات کی خاطر تگ و دو کی جاتی ہے اور اس کا انداز بھی سراسر غیر فطری اور مصنوعی ہے۔ٹالسٹائی کی عیسائیت کی مانند کم از کم نظریاتی اعتبار سے بدھ ازم دنیا کی رہنمائی کرسکتا تھا' مگر جس طرح عیسائیت مسیح علیہ السلام کے اقوال تک محدود ہو کے رہ گئی' اسی طرح بدھ ازم محض زبانی جمع خرچ کا ایک نمونہ بن گیا اور بس۔

یہاں ایک سوال پیدا ہوتا ہے کہ جب کچھ مذاہب نظریاتی اعتبار سے دنیا کے لیے باعثِ نجات ہوسکتے تھے تو عملی میدان میں وہ ایسا کرنے سے کیوں قاصر رہے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ وہ مذاہب ایک محدود طبقے کے لیے تھے' عوام تک ان کی رسائی نہیں تھی۔عیسائیت اور بدھ ازم کے مطالعے سے پتا چلتا ہے کہ ان مذاہب کے بانیوں نے سماجی مسائل کو چھوا تک نہیں' وجہ یہ ہے کہ وہ انہیں اہمیت ہی نہیں دیتے تھے۔مسیح اور بدھ دونوں نے ترکِ دنیا کی تعلیم دی ہے اور خدا کو پانے کے لیے بھی ذات کو پسندیدہ اور لازمی قرار دیا ہے۔''وائز اگیام یعنی برائی کی مزاحمت نہ کرو' کل کی فکر نہ کرو' یا بھیک کے کشکول کی عظمت'' جیسے خیالات کتنے ہی بلند کیوں نہ ہوں اور جو لوگ ان پر کاربند ہوتے ہیں ان کی کتنی ہی تعظیم کیوں نہ کی جائے مگر ان تعلیمات کی کوئی سماجی حیثیت یا اہمیت نہیں ہے کہ نہ تو ایک عام آدمی ان پر عمل پیرا ہوسکتا ہے نہ ان سے کسی غریب کسان یا مزدور کے دکھوں میں کوئی کمی ہوسکتی ہے' ان میں شاید روحانی تسکین کا کوئی پہلو تو موجود ہو' مگر سماجی فوائد کے اعتبار سے یہ بے کار محض ہیں۔

یہ بات آپ کو خاصی عجیب لگے گی کہ عرب ممالک میں رہنے کے باوجود اسلام سے میرا تعارف بس سرسری اور سطحی نوعیت کا تھا اور میں نے جتنی گہری توجہ دوسرے مذاہب پر صرف کی اسلام کا حصہ اس میں صفر کے برابر ہے۔میں نے اس وقت تک صرف راڈویل کا ترجمہ' قرآن مجید پڑھا تھا اور اس سے کوئی خاص تاثر نہیں لیا تھا۔معاملہ تو اُس وقت آگے بڑھا جب لندن میں میری ایک بہت اچھے مسلمان مبلغ سے ملاقات ہوئی۔اس وقت مجھے احساس ہوا کہ غیر مسلموں کو اسلام کے قریب لانے کے لیے عرب ملکوں میں کچھ نہیں ہوا حالانکہ اگر اس سمت میں کام ہوتا تو اس کے بڑے خوش گوار نتائج سامنے آسکتے تھے۔

بہرحال میں نے مسلمان مصنفین کی کتابوں کا مطالعہ کیا اور ایک مسلمان کا ترجمہ قرآن پڑھا تو مجھ پر انکشاف ہوا کہ مجھے میری منزل مل گئی ہے اور میں سالہا سال سے اسی گوہر مقصود کا متلاشی تھا۔1945ء کی ایک عید کے موقع پر

اور اس سے کوئی خاص تاثر نہیں لیا تھا۔معاملہ تو اُس وقت آگے بڑھا جب لندن میں میری ایک بہت اچھے مسلمان مبلغ سے ملاقات ہوئی۔اس وقت مجھے احساس ہوا کہ غیر مسلموں کو اسلام کے قریب لانے کے لیے عرب ملکوں میں کچھ نہیں ہوا حالانکہ اگر اس سمت میں کام ہوتا تو اس کے بڑے خوش گوار نتائج سامنے آسکتے تھے۔
بہرحال میں نے مسلمان مصنفین کی کتابوں کا مطالعہ کیا اور ایک مسلمان کا ترجمہ قرآن پڑھا تو مجھ پر انکشاف ہوا کہ مجھے میری منزل مل گئی ہے اور میں سالہا سال سے اسی گوہر مقصود کا متلاشی تھا۔1945ء کی ایک عید کے موقع پر

میں بیان نہیں کرسکتا کہ اسلام سے اس باقاعدہ اور عملی تعارف نے میرے دل و دماغ پر کیا تاثرات چھوڑے۔یہاں مجھے وہ سب کچھ نظر آیا جو کسی بھی دوسرے مذہب میں نہیں تھا۔آپ میری سوچوں کا اندازہ اس امر سے لگا سکتے ہیں کہ میں نے دنیا بھر کے مذاہب کا تفصیلی مطالعہ کیا مگر کسی میں کشش نظر نہ آئی مگر اسلام نے بہت تھوڑے عرصے میں مجھے اپنی طرف کھینچ لیا اور میں مسلمانوں کی عظیم عالمی برادری کا باقاعدہ رکن بن گیا۔

متذکرہ بالا تصریحات سے یہ بات تو سامنے آگئی کہ میں مسلمان کیوں ہوا مگر یہ وضاحت نہیں ہوئی کہ مجھے مسلمان ہونے پر فخر کیوں ہے؟ دراصل فخر و ناز کا احساس مجھے وقت اور تجربے نے عطا کیا۔میں نے اسلامی تہذیب و ثقافت کی تعلیم ایک انگریزی یونیورسٹی میں حاصل کی۔یہاں مجھے پتا چلا کہ یورپ کو قرونِ مظلمہ (Dark Age) سے نکالنے والا اسلام تھا۔تاریخ نے مجھے بتایا کہ دنیا میں مسلمانوں نے کتنی عظیم و پُرشوکت سلطنتیں قائم کیں اور آج کے سائنسی علوم اور ایجادات دراصل اسلام کی مرہونِ منت ہیں چنانچہ اب جب کوئی اظہارِ افسوس کرتا ہے کہ تم پیچھے کی طرف لڑھک گئے ہو تو میں اس کی جہالت پر مسکرا دیتا ہوں۔میں

ہونے پر فخر کیوں ہے؟ دراصل فخر و ناز کا احساس مجھے وقت اور تجربے نے عطا کیا۔میں نے اسلامی تہذیب و ثقافت کی تعلیم ایک انگریزی یونیورسٹی میں حاصل کی۔یہاں مجھے پتا چلا کہ یورپ کو قرونِ مظلمہ (Dark Age) سے نکالنے والا اسلام تھا۔تاریخ نے مجھے بتایا کہ دنیا میں مسلمانوں نے کتنی عظیم و پُرشوکت سلطنتیں قائم کیں اور آج کے سائنسی علوم اور ایجادات دراصل اسلام کی مرہونِ منت ہیں چنانچہ اب جب کوئی اظہارِ افسوس کرتا ہے کہ تم پیچھے کی طرف لڑھک گئے ہو تو میں اس کی جہالت پر مسکرا دیتا ہوں۔میں

چیمپئنز ٹرافی

آئی سی سی اور پی سی بی کے درمیان ہائبرڈ ماڈل پر اتفاق کا امکان

ویب ڈیسک//چیمپئنز ٹرافی 2025 کی میزبانی سے متعلق انڈیا اور پاکستان کے درمیان اختلافات اب حل کے قریب پہنچ رہے ہیں۔ای ایس پی این کرک انفو کے مطابق پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) اور انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کے درمیان ایک اتفاق رائے پیدا ہونے کا امکان ہے۔رپورٹ کے مطابق سال 2027 تک انڈیا اور پاکستان میں ہونے والے آئی سی سی کے گلوبل ایونٹس کے لیے انڈیا اور پاکستان کے کرکٹ بورڈز کا آئی سی سی کے ساتھ ہائبرڈ ماڈل کے لیے معاہدہ ہوسکتا ہے۔اس معاہدے کے تحت فریقین کو یہ اختیار حاصل ہوگا کہ وہ دونوں ممالک (پاکستان اور انڈیا) میں منعقد ہونے والے ایونٹس کے اپنے انفرادی میچز کسی نیوٹرل وینیو میں کھیل سکیں۔ای ایس پی این کرک انفو کے مطابق اس کے ایک سے زائد ذرائع نے چیمپئنز ٹرافی پر جاری تنازع کو ختم کرنے کے لیے اس حل کی تصدیق کی ہے تاہم پی سی بی کی جانب سے تاحال اس پر کسی قسم کی رائے کا اظہار نہیں کیا گیا۔ابھی تک یہ بات بھی سامنے نہیں آئی ہے کہ ہائبرڈ ماڈل کا اطلاق مرد اور خواتین دونوں ٹورنامنٹس پر ہوگا یا پھر ہائبرڈ ماڈل صرف مینز کرکٹ ٹیم کے لیے ہوگا۔آئی سی سی کے جاری کمرشل سائیکل کی مدت 2024 سے 2027 تک ہے اور اس دوران دونوں ممالک میں تین گلوبل ایونٹس کا انعقاد ہوگا۔ان میں آمدہ سال کے فروری اور مارچ میں پاکستان میں چیمپئنز ٹرافی منعقد ہوگی جبکہ 2025 کے آخر میں انڈیا میں ویمنز او ڈی آئی ورلڈ کپ منعقد ہوگا۔اسی طرح سے 2026 میں انڈیا سری لنکا کے ساتھ ٹی 20 ورلڈ کپ کی میزبانی کرے گا۔ای ایس پی این کے مطابق ہائبرڈ ماڈل پر معاہدے کی تجویز پر اتفاق رائے کا امکان جمعرات کو چیئرمین محسن نقوی اور آئی سی سی کے نئے چیئرمین جے شاہ کی ملاقات کے بعد ہوا ہے۔یہ غیر رسمی ملاقات اس وقت ہوئی جب جے شاہ اپنے عہدے کا چارج سنبھالنے کے بعد پہلی مرتبہ آئی سی سی ہیڈکوارٹرز دبئی کا دورہ کر رہے تھے۔دوسری جانب چیمپئنز ٹرافی کی تنازع حل کرنے کے لیے سات دسمبر کو بورڈ میٹنگ طلب کی گئی ہے۔دریں اثنا آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی کے لیے پاکستان بھیجنے سے انکار کرنے والے بھارتی بورڈ (بی سی سی آئی) کو بھی بھاری قیمت چکانا پڑے گی۔بھارتی میڈیا کی رپورٹس کے مطابق پاکستان نے ہائبرڈ ماڈل پر چیمپئنز ٹرافی پر رضامندی ظاہر کر دی ہے تاہم شرط عائد کی ہے کہ 2027 میں بھارت میں ہونے والے آئی سی سی میزز اور ویمنز مقابلے بھی اسی ماڈل کے تحت کھیلے جائیں گے، جس سے بھارتی بورڈ (بی سی سی آئی) کو بھی پاک بھارت میچز سے کمانے کا موقع نہیں مل سکے گا۔بھارتی کرکٹ بورڈ (بی سی سی آئی) کی رضامندی کے بعد آئی سی سی کی جانب سے 7 دسمبر کو فیصلے کا اعلان متوقع ہے۔سینئر صحافی سلیم خالق کے مطابق آئی سی سی کی میٹنگ منسوخ ہونے کے بعد جے شاہ اور پی سی بی چیئرمین محسن نقوی کی غیر رسمی ملاقات ہوئی جس میں معاملات طے پائے ہیں۔

سعودی کھیلوں کے شعبے کے لیے 'پیس اینڈ سپورٹ' انٹرنیشنل ایوارڈ

ویب ڈیسک//سعودی عرب میں کھیلوں کے شعبے کو عالمی امن کو فروغ دینے میں اپنے کردار کو اجاگر کرنے کے اعتراف میں 'پیس اینڈ سپورٹ' انٹرنیشنل ایوارڈ سے نوازا گیا ہے۔عرب نیوز کے مطابق یہ ایوارڈ اعلی بین الاقوامی سپورٹس تقریبات کی میزبانی سمیت مملکت میں مختلف کھیلوں کے نفاذ کی کوششوں کو سراہتے ہوئے دیا گیا ہے۔موناکو میں منعقد ہونے والے 14 ویں انٹرنیشنل پیس اینڈ سپورٹ فورم کے دوران یہ ایوارڈ پرنس البرٹ دوم آف موناکو کی سرپرستی میں پیش کیا گیا ہے۔سعودی اولمپک و پیرا اولمپک کمیٹی کے نائب صدر شہزادہ فہد بن جلوی بن عبدالعزیز بن مساعد نے تقریب میں شرکت کی اور سعودی وزیر کھیل وسعودی اولمپک و پیرا اولمپک کمیٹی کے صدر شہزادہ عبدالعزیز بن ترکی الفیصل کی نیابت کرتے ہوئے یہ ایوارڈ وصول کیا۔اس موقع پر شہزادہ عبدالعزیز بن ترکی الفیصل نے اپنے مکتوب میں خادم حرمین شریفین شاہ سلمان بن عبدالعزیز اور ولی عہد محمد بن سلمان کا تہہ دل سے شکریہ اور خراج تحسین پیش کیا جو عالمی امن، ترقی اور خوشحالی کو فروغ دینے کی کوششوں کے لیے پرعزم ہیں۔سعودی وزیر کھیل نے مکتوب میں مزید کہا 'سعودی عرب دنیا بھر کے عوام کے درمیان پر امن رابطے کے لیے کھیلوں کو شاندار عظیم وسیلے کے طور پر عالمی پیمانے میں فروغ دینے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔' شہزادہ عبدالعزیز بن ترکی الفیصل نے پرنس البرٹ کے علاوہ ورلڈ اولمپینز ایسوسی ایشن کے صدر فرانس کے سابق اولمپئن جوئل بوزو کا خاص طور پر شکریہ ادا کیا جو پیس اینڈ سپورٹ تنظیم کے پروگرام اور دیگر اقدامات کو اجاگر کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

انگلینڈ نے کی شاندار کارکردگی سے دوسرے ٹیسٹ میں مضبوط گرفت بنائی

ویلنگٹن//ہیری بروک (123) کی شاندار سنچری، اولی پوپ (66) کی نصف سنچری اننگز اور گیند بازوں کی عمدہ کارکردگی کی بدولت انگلینڈ نے دوسرے ٹیسٹ کے پہلے دن 280 کے اسکور کے بعد نیوزی لینڈ کی پہلی اننگ میں 86 رن پر پانچ وکٹ پر لے کر میچ میں اپنی گرفت مضبوط کر لی ہے۔انگلینڈ کے 280 رنز کے جواب میں بلے بازی کرنے اتری نیوزی لینڈ کی شروعات اچھی نہیں رہی اور چھٹے اوور میں گس اٹکنسن نے ڈیون کونوے (11) کو آوٹ کر کے انگلینڈ کو پہلی کامیابی دلائی۔15 ویں اوور میں بین اسٹوکس نے ٹام لیتھم (17) کو بولڈ کر کے نیوزی لینڈ کو دوسرا جھٹکا دیا۔اس کے بعد راچن رویندرا (تین)، کین ولیمسن (37) اور ڈیرل مچل (چھ) رنز بنانے کے بعد آوٹ ہوئے۔دن کا کھیل ختم ہونے کے وقت نیوزی لینڈ نے 86 رنز پر پانچ وکٹیں گنوا دی تھیں اور ولیم اورورک (0 ناٹ آوٹ) اور ٹام بلنڈل (7 ناٹ آوٹ) کریز پر موجود تھے۔نیوزی لینڈ ابھی انگلینڈ کی پہلی اننگ کی بنیاد پر سے 194 رنز پیچھے ہے۔انگلینڈ کی جانب سے برائیڈن کارس نے دو وکٹیں حاصل کیں۔کرس ووکس، گس اٹکنسن اور بین اسٹوکس نے ایک ایک بلے باز کو آوٹ کیا۔اس سے قبل آج یہاں نیوزی لینڈ نے ٹاس جیت کر پہلے گیند بازی کا فیصلہ کیا۔بلے بازی کرنے اتری انگلینڈ کا آغاز اچھا نہیں رہا اور اس نے 43 کے اسکور تک اپنے چار وکٹیں گنوا دیں

انڈر 19 ایشیا کپ: بنگلہ دیش نے پاکستان کو شکست دے کر فائنل میں جگہ بنائی

دبئی// کے بعد کپتان عزیز الحکیم (ناٹ آوٹ 61) کی نصف سنچری اننگز کی بدولت بنگلہ دیش نے انڈر 19 ایشیا کپ کے پہلے سیمی فائنل میں پاکستان کو سات وکٹوں سے شکست دے کر فائنل میں جگہ بنائی ہے۔جہاں فائنل میں اس کا مقابلہ اب ہندوستان سے ہوگا۔پاکستان کے 116 رنز کے جواب میں بلے بازی کے لیے اتری بنگلہ دیش کی ٹیم کا آغاز اچھا نہ تھا اور 28 کے اسکور پر اس کی دو وکٹیں گر گئیں۔کلام صدیقی (0) اور جواد ابرار (17) رنز بنانے کے بعد آوٹ ہوئے۔اس کے بعد کپتان عزیز الحکیم اور محمد شہاب نے اننگز کو سنبھالا۔17 ویں اوور میں نوید احمد خان نے محمد شہاب جیمز (26) کو آوٹ کر کے اس شراکت داری کو توڑا۔عزیز الحکیم (61) اور رضان حسن (پانچ) رنز بنانے کے بعد ناٹ آوٹ رہے۔بنگلہ دیش نے 22.1 اوورز میں تین وکٹوں پر 120 رنز بنا کر میچ سات وکٹوں سے جیت کر فائنل میں داخلہ حاصل کیا۔پاکستان کی جانب سے علی رضا، عبدالسبحان اور نوید احمد خان نے ایک ایک بلے باز کو آوٹ کیا۔اس سے قبل آج بنگلہ دیش کی انڈر 19 ٹیم نے ٹاس جیت کر پہلے گیند بازی کا فیصلہ کیا تھا پاکستان کا آغاز انتہائی خراب رہا اور سات رنز کے اسکور پر اس کی دو وکٹیں گر گئیں۔عثمان خان اور شاہ زیب خان دونوں صفر پر آوٹ ہوئے۔اس کے بعد محمد ریاض اللہ نے کچھ دیر جدو جہد کی لیکن اقبال حسن نے انہیں فرید حسن کے ہاتھوں وکٹ کے پیچھے کیچ آوٹ کرا دیا۔

3 ٹی ٹونٹی میچز کی سیریز میں زیادہ وکٹیں، سفیان مقیم نے عماد وسیم کا 8 سالہ قومی ریکارڈ برابر کر دیا

لاہور// پاکستان کے سفیان مقیم 3 میچوں کی T20I سیریز میں اسپنر کی طرف سے سب سے زیادہ وکٹیں لینے کے عماد وسیم اور روی چندرن ایشون کے ریکارڈ کو برابر کر کے کرکٹرز کی ایلیٹ فہرست میں شامل ہو گئے ہیں۔سفیان مقیم نے یہ سنگ میل پاکستان کے دورہ زمبابوے کے تیسرے اور آخری T20I کے دوران حاصل کیا جس میں نوجوان اسپنر نے سیریز کی اپنی 9 ویں وکٹ حاصل کی۔سفیان مقیم کی تاریخی کارکردگی ہندوستان کے روی ایشون کے ریکارڈ کو برابر کرنے کے لیے کافی تھی جنہوں نے 2016 میں سری لنکا کے خلاف ٹی ٹونٹی سیریز میں 9 وکٹیں حاصل کی تھیں۔افغانستان کے راشد خان 2019 میں آئرلینڈ کیخلاف 6.63 کی شاندار اوسط سے 11 وکٹوں کے ساتھ ٹاپ پر ہیں۔سفیان مقیم کی کامیابی نے انہیں شاندار کمپنی میں جگہ دی، انہوں نے عماد وسیم کے طویل عرصے سے قائم ریکارڈ کو پیچھے چھوڑ دیا ہے جنہوں نے 2016 میں ویسٹ انڈیز کیخلاف 3 ٹی ٹونٹی میچز کی سیریز میں 5.88 کی اوسط سے 8 وکٹیں حاصل کی تھیں۔سفیان مقیم نے غیر معمولی کنٹرول اور ورائٹی کے ساتھ بولنگ کرتے ہوئے ایک اہم وکٹ حاصل کی اور 4.66 کی غیر معمولی اوسط سے مجموعی طور پر 9 وکٹوں کے ساتھ سیریز ختم کی۔سیریز میں سفیان مقیم کی 9 وکٹوں نے پاکستان میں زمبابوے کے خلاف 2-1 سے سیریز جیتنے میں اہم کردار ادا کیا، انہوں نے سیریز کے بہترین کھلاڑی کا اعزاز حاصل کیا

پاک بھارت چیمپئنز ٹرافی میچ دبئی میں ہوگا؟

ویب ڈیسک// انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) نے براڈ کاسٹرز کو پاکستان اور بھارت کے درمیان میچ دبئی میں کروانے کی یقین دہانی کروا دی۔تفصیلات کے مطابق آئی سی سی براڈ کاسٹ ورکشاپ کا انعقاد گزشتہ روز دبئی میں ہوا، اس میں پاکستان کے سرکاری ٹیلی ویژن کے کسی نمائندے نے شرکت نہیں کی۔ذرائع نے بتایا کہ شرکا کو آئی سی سی حکام نے واضح طور پر بتا دیا کہ چیمپئنز ٹرافی کا پاک بھارت میچ دبئی میں ہی ہوگا، اس سے قبل ان کی جانب سے تحفظات ظاہر کیے گئے تھے۔ادھر حیران کن طور پر اب تک ٹورنامنٹ کا شیڈول ہی فائنل نہیں ہو سکا ہے، تاہم امید کی جا رہی ہے باضابطہ اعلان کے بعد شیڈول فائنل کر لیا جائے گا۔گزشتہ روز اس حوالے سے اجلاس ہونا تھا جس میں شرکت کے لیے چیئرمین پی سی بی محسن نقوی بھی دبئی پہنچ چکے تھے لیکن بھارت کو پاکستانی پارٹنرشپ یا فیوژن فارمولے پر تحفظات ہیں اور بعض امور بدستور حل طلب ہیں۔اس کے تحت آئندہ 3 سال تک دونوں ممالک میں ہونے والے آئی سی سی ایونٹس میں ان کے میچز دبئی میں ہوں گے، امید یہی ہے کہ کوئی مثبت حل سامنے آ جائے گا۔جمعرات کو آئی سی سی کی کوئی میٹنگ تو نہیں ہوئی البتہ چیئرمین پی سی بی محسن نقوی کی آئی سی سی چیف جے شاہ سے ملاقات کی اطلاعات ہیں، اب ہفتے کو آن لائن بورڈ میٹنگ میں معاملات کو حتمی شکل دی جا سکتی ہے۔

جنوبی افریقہ نے ریان رکلٹن کی سنچری سے اپنی پوزیشن کی مضبوط

گکیبرہا (جنوبی افریقہ)// ریان رکلٹن (101)، کپتان ٹیمبا باوما (78) اور کائل وارن (48) کی شاندار اننگز کی بدولت جنوبی افریقہ نے سری لنکا کے خلاف دوسرے ٹیسٹ میچ کے پہلے دن جمعہ کو سات وکٹوں پر 269 رن بنا کر اپنی پوزیشن مضبوط کر لی ہے۔اس سے قبل آج جنوبی افریقہ نے ٹاس جیت کر پہلے بیٹنگ کا فیصلہ کیا۔بیٹنگ کے لیے آنے والے جنوبی افریقہ کا آغاز اچھا نہیں تھا اور 44 کے اسکور پر اس کے تین وکٹ گر گئے۔ٹونی ڈی جارج (0) کو دوسرے اوور میں اے فرنینڈو نے ایل بی ڈبلیو کیا۔اس کے بعد ایڈن مارکرم (20) کو لہیرو کمارا کی گیند پر آوٹ کر دیا۔ٹرسٹن اسٹبس (چار) 16 ویں اوور میں لاہیرو کمارا کا شکار بنے۔اس کے بعد ریان رکلٹن اور کپتان ٹیمبا باوما نے اننگز کو سنبھالا۔دونوں بلے بازوں کے درمیان چوتھے وکٹ کے لیے 133 رن کی شراکت ہوئی۔53 ویں اوور میں اے فرنینڈو نے ٹیمبا باوما (78) کو آوٹ کر کے اس شراکت داری کو توڑا۔ڈیوڈ بیڈنگھم (چھ) کو پربھات جے سوریا نے بولڈ کیا۔اس کے بعد پربھات نے مارکو یانسن (چار) کو بولڈ کر کے اپنا دوسرا شکار بنایا۔دن کی آخری وکٹ ریان رکلٹن (10) کی صورت میں گرا۔

سری لنکن کرکٹ بورڈ کے سربراہ شمی سلوا ایشین کرکٹ کونسل کے صدر بن گئے

ویب ڈیسک// سری لنکن کرکٹ بورڈ کے سربراہ شمی سلوا ایشین کرکٹ کونسل (اے سی سی) کے صدر بن گئے۔شمی سلوا نے اے سی سی کی صدارت باضابطہ طور پر سنبھال لی۔اس موقع پر شمی سلوا نے کہا کہ ایشین کرکٹ کونسل کی صدارت اعزاز کی بات ہے۔ذرائع کے مطابق شمی سلوا ایشین کرکٹ کونسل کی عبوری صدارت اگلی سالانہ جنرل میٹنگ تک کریں گے۔جنرل میٹنگ جنوری 2025 میں ہونے کا امکان ہے۔ذرائع کے مطابق جے شاہ کے انٹرنیشنل کرکٹ کونسل کے چیئرمین بننے پر اے سی سی کے صدر کا عہدہ خالی تھا۔اے سی سی کے مستقل صدر کا اعلان اگلی سالانہ میٹنگ میں متوقع ہے۔ذرائع کے مطابق ایشین کرکٹ کونسل کے آخری سالانہ اجلاس میں طے پایا تھا کہ اگلی صدارت کی باری پاکستان کی ہے۔

دورہ جنوبی افریقا؛ اہم کھلاڑیوں کو آرام دینے پر احمد شہزاد بھڑک اٹھے

ویب ڈیسک// پاکستانی ٹیم کے اوپنر احمد شہزاد نے جنوبی افریقا کیخلاف سیریز میں اہم کھلاڑیوں کو شامل نہ کرنے پر پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) کی سلیکشن کمیٹی کو تنقید کا نشانہ بناڈالا۔اپنے یوٹیوب چینل پر گفتگو کرتے ہوئے اوپنر احمد شہزاد نے جنوبی افریقا کے خلاف اعلان کردہ اسکواڈ پر سوال اٹھایا کہ انگلینڈ کے خلاف ہوم سیریز میں لیڈنگ اسپنر ساجد خان، اوپنر فخر زمان اور شاہین آفریدی کو کیوں بٹھایا گیا۔احمد شہزاد نے سوال اٹھایا کہ ساجد خان جس نے انگلینڈ کو پریشان کیا اور سیریز میں 19 وکٹیں لیں، سلیکٹرز نے جنوبی افریقا دورے کے لیے اسکواڈ کا حصہ ہی نہیں بنایا۔انہوں نے کہا کہ سلیکشن کمیٹی کو ساجد کا شکریہ ادا کرنا چاہیے تھا کیونکہ ساڑھے 3 سال سے آپ ہار رہے تھے، لوگ آپ کی کرکٹ پر ہنسنے لگے تھے، جب آپ جیت گئے آپ نے دودھ میں سے مکھی کی طرح پلیئر کو نکال کر باہر کر دیا۔احمد شہزاد نے فخر زمان کا دفاع کرتے ہوئے کہا کہ آپ کس فٹنس کی بات کر رہے ہیں؟ کیا نعمان یا دیگر کھلاڑیوں نے اپنے فٹنس ٹیسٹ پاس کیے؟ آپ جھوٹ بول کر عوام کو بے وقوف بنا رہے ہیں۔انہوں نے شاہین کے حوالے سے گفتگو کرتے ہوئے کہا کہ آپ نے شاہین کو ڈراپ کر کے کیا حاصل کیا؟ ورک لوڈ مینیج کو دیکھنا ٹھیک ہے لیکن انہیں کھلانا چاہیے تھا۔

ٹی ٹونٹی میں اوپن کوئی بھی کرے لیکن صائم ایوب کا ہونا بہت ضروری ہے/شعیب ملک

کراچی// پاکستان کرکٹ ٹیم کے سابق کپتان شعیب ملک نے کہا ہے کہ ٹی ٹونٹی میں اوپن کوئی بھی کرے لیکن صائم ایوب کا ہونا بہت ضروری ہے۔راولپنڈی میں میڈیا سے گفتگو کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ صائم ایوب کو ضائع نہیں کرنا چاہیے، وہ ایسے جارحانہ مزاج کے پلیئرز میں جنہیں تینوں فارمیٹس کھیلنے چاہئیں، صائم ایوب ناکام بھی ہوں گے لیکن انہیں موقع دینا چاہیے۔

مچل اسٹارک کی قیادت میں آسٹریلیا کے گیند بازوں نے پہلی اننگز میں ہندوستان کو 180 رن پر سمیٹ دیا

ایڈیلیڈ// مچل اسٹارک (چھ وکٹوں) کی قیادت میں آسٹریلیائی گیند بازوں نے ہندوستان کو دوسرے ٹیسٹ میچ کے پہلے دن جمعہ کو پہلی اننگز میں 180 رن پر سمیٹ دیا۔چائے کے وقفے کے بعد 82 کے اسکور میں صرف پانچ رنز کا اضافہ ہوا اور ٹیم انڈیا نے کپتان روہت شرما (تین) کا وکٹ گنوا دیا۔انہیں بولینڈ نے ایل بی ڈبلیو آوٹ کیا۔پیٹ کمنز نے رشبھ پنت (21) کو آوٹ کیا۔اس کے بعد نتیش کمار ریڈی اور آر اشون نے اننگز سنبھالنے کی کوشش کی لیکن مچل اسٹارک نے اشون (22) کو ایل بی ڈبلیو آوٹ کر کے پویلین بھیج دیا۔ہرشت رانا اور جسپریت بمراہ دونوں صفر پر آوٹ ہو گئے۔ہندوستان کا آخری وکٹ نتیش کمار ریڈی کے طور پر گرا۔انہوں نے 54 گیندوں میں تین چوکے اور تین چھکے لگا کر 42 رنز کی اننگز کھیلی۔اس سے پہلے ہندوستان کی ٹیم کو میچ کی پہلی ہی گیند پر جھٹکا لگا تھا۔اسٹارک نے یشسوی (صفر) کو ایل بی ڈبلیو آوٹ کر کے پویلین بھیجا۔اس کے بعد شبمن گل اور کے ایل راہل نے اننگز کو سنبھالا اور دوسری وکٹ کے لیے 68 رنز جوڑے۔لیکن اس کے بعد ٹیم انڈیا نے کے ایل راہل (37)، وراٹ کوہلی (سات) اور شبمن گل (31) کے وکٹ بھی گنوا دیے۔گل کو اسکاٹ بولینڈ نے ایل بی ڈبلیو آوٹ کیا۔کپتان روہت شرما آج چھٹے نمبر پر بیٹنگ کرنے آئے۔چائے کے وقفے تک ہندوستان نے 82 رنز پر چار وکٹیں گنوا دی تھیں۔آسٹریلیائی جانب سے مچل اسٹارک نے چھ وکٹیں حاصل کیں، جبکہ اسکاٹ بولینڈ اور پیٹ کمنز نے دو دو وکٹیں حاصل کیں۔دوسرے ٹیسٹ میچ میں پہلے بلے بازی کرنے آئی ہندوستانی ٹیم ڈگمگا گئی اور جمعہ کو چائے کے وقفے تک چار وکٹ گنوا کر 82 رن بنا لیے اور ایسے بحران میں رشبھ پنت (چار) اور کپتان روہت شرما (ایک) کریز پر موجود ہیں۔ٹیم انڈیا کو اترتے ہی میچ کی پہلی گیند پر دھچکا لگا۔اسٹارک نے یشسوی (صفر) کو ایل بی ڈبلیو کر کے پویلین بھیج دیا۔اس کے بعد شبمن گل اور کے ایل راہل نے اننگز کو سنبھالا اور دوسرے وکٹ کے لیے 68 رنز جوڑے۔

چیمپئنز ٹرافی

مفاد کے لیے براڈ کاسٹرز کا خط لیک کر دیا گیا

نئی دہلی// بھارت کی چیمپئنز ٹرافی کے لیے اپنی ٹیم پاکستان نہ بھیجنے پر شروع ہونے والے تنازع کے بیچ براڈ کاسٹرز کا انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کو لکھا گیا خط منظر عام پر آگیا۔میڈیا رپورٹس کے مطابق چیمپئنز ٹرافی کی میزبانی کے لیے اس غیر یقینی صورتحال کے دوران براڈ کاسٹر اسٹار انڈیا کا چند ماہ قبل آئی سی سی کو لکھا گیا ایک خط سامنے آیا ہے، جس میں کہا گیا ہے کہ انڈین کرکٹ ٹیم کی کرکٹ فینز میں مقبولیت بہت زیادہ ہے اور آئی سی سی کو سب سے زیادہ ریونیو فراہم کرتی ہے۔بھارتی بورڈ نے اپنے پیسے اور آئی سی سی کے انڈین اسپانسرز کا فائدہ اٹھاتے ہوئے اپنی ٹیم کو پاکستان بھیجنے سے انکار کیا اور ہائبرڈ ماڈل کا آپشن دیا تھا جس پر چیئرمین پی سی بی نے سخت موقف اپنایا تھا، تاہم اب خط میں بات سامنے آئی ہے کہ اگر بھارتی ٹیم ٹورنامنٹ سے بیک آف کر گئی تو انہیں مالی نقصان ہوگا جبکہ پاکستان کے جانے سے ٹورنامنٹ کو کم نقصان اٹھانا پڑے گا۔آئی سی سی چیئرمین کی کرسی جے شاہ کو ملتے ہی خط لیک ہونے پر سوال اٹھ رہے ہیں جبکہ اسٹار انڈیا کے خط میں اپنے موقف کی وضاحت کے لیے بتایا گیا ہے کہ چیمپئنز ٹرافی کے میڈیا رائٹس کی مجموعی قیمت 750 ملین امریکی ڈالر ہے، اگر انڈیا ایونٹ سے باہر ہوتا ہے تو آئی سی سی کو 750 امریکی ڈالر میں سے 90 فیصد کا نقصان برداشت کرنا پڑے گا۔دوسری صورت یہ ہے کہ پاکستان کی ایونٹ میں غیر موجودگی سے یہ نقصان صرف 10 فیصد ہوگا۔

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,