صفحہ 08 روہت شرما نے خود ہی بیٹنگ نمبر تبدیل کیا

WATTAN
The Urdu Daily

روزنامہ
وطن
بڈگام

جمعہ
06 دسمبر 2024

FRIDAY
06-DECEMBER-2024

صفحہ 08 کوہلی کی فٹنس کا راز انوشکا شرما نے افشا کر دیا

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ Vol:14 | No: 278 | Pages: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■ صفحات: 08 ■ شمارہ نمبر: 278 ■ جلد: 14

ریاستی درجے کی بحالی کیلئے ہمیں لڑائی لڑنی ہے: وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ

سکمز کی خود مختاری کی بحالی اولین ترجیح

ہماری مساجد، درسگاہوں اور دیگر مذہبی مقامات کیخلاف جاکر ہمیں تشدد کا شکار بنایا جائے

سرینگر/05 دسمبر//

سکمز کی خود مختاری کی بحالی میری حکومت کی اولین ترجیح ہے کی بات کرتے ہوئے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے کہا کہ جموں کشمیر کو دوبارہ ریاست کا درجہ ملے ہمیں وہ بڑی لڑائی لڑنی ہے۔ انہوں نے کہا کہ لوک سبھا اور اسمبلی انتخابات کے دوران جو وعدے وزیر اعظم نے جموں کشمیر عوام سے کئے خاص طور پر ریاستی درجہ کی بحالی ہمیں امید ہے کہ جلد جموں کشمیر کا ریاستی درجہ بحال ہوگا۔ سی این آئی کے مطابق شیر کشمیر انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل سائنسز (سکمز) کے 42 ویں یوم تاسیس کے موقع پر جموں وکشمیر کے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے کہا کہ ان کی حکومت کی ترجیح اس کی خود مختاری کو بحال کرنا، عملے کی کمی کو دور کرنا اور آلات کو جدید بنانا ہے۔ تقریب میں شرکت کے

بعد میڈیا سے بات کرتے ہوئے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے کہا "سکمز نے مشکلات، مالی مجبوریوں، پرانے آلات اور عملے کی کمی کے باوجود جموں وکشمیر کو توقعات سے کہیں زیادہ بہت کچھ دیا ہے"۔ انہوں نے سکمز حکام کی تعریف کی کہ وہ ضلع اور سب ڈسٹرکٹ ہسپتالوں میں ناکافی انفراسٹرکچر کی وجہ سے بہت زیادہ دباؤ سے نمٹتے ہیں، جو معمول کی طبی ضروریات کے حامل مریضوں کو سکمز میں علاج کروانے پر مجبور کرتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ سکمز کی خود مختاری، جو کبھی اس کے موثر کام کی پہچان تھی، ختم ہوگئی ہے، جس سے اس کی انجینئرنگ اور دیکھ بھال کی صلاحیتوں پر اثر پڑا ہے۔ بجلی کی بندش، آکسیجن پلانٹ کی ناکامی، اور خریداری کے بوجھل طریقہ کار جیسے اہم چیلنجوں کا حوالہ دیتے ہوئے، انہوں نے ادارے کی آپریشنل آزادی کو بحال کرنے کیلئے فوری کارروائی کا مطالبہ کیا۔ عمر نے کہا کہ سکمز کا تصور شیخ عبداللہ نے خطے کے اندر جدید طبی نگہداشت فراہم کرنے کے لیے کیا تھا، جس سے مریضوں کو جموں وکشمیر سے باہر علاج کروانے کی ضرورت کم ہوتی ہے۔ انہوں نے نئی ٹیکنالوجی متعارف کرانے، آلات کو۔۔۔۔101

چلہ کلان سے قبل سردی کے تیور انتہائی سخت

بیشتر علاقوں میں رواں موسم کی سرد ترین رات ریکارڈ، 8 دسمبر تک موسم عام طور پر خشک

سرینگر/05 دسمبر//

دن میں کھلی دھوپ نکلنے اور رات کے دوران مطلع صاف رہنے کے نتیجے میں وادی کشمیر میں شدید سردی کی لہر جاری ہے جبکہ منفی 2.1 ڈگری سیلشس کے ساتھ سرینگر میں موسم کی سرد ترین رات ریکارڈ کی گئی۔ اسی دوران شوپیان ضلع سرد ترین علاقہ رہا جہاں شبانہ درجہ حرارت منفی 5.5 ڈگری اور پہلگام میں منفی 5.3 ڈگری سیلشس درج ہوا۔ 4.3 ڈگری رہا۔ ادھر محکمہ موسمیات نے اگلے 24 گھنٹوں کے دوران موسم میں کوئی تبدیلی نہ آنے کے امکانات ظاہر کرتے ہوئے آئندہ تین دنوں تک موسم خشک رہنے کی۔۔۔۔102

منشیات فروشوں کی دو گاڑیاں ضبط

سرینگر/05 دسمبر//

سماج سے منشیات کی لعنت کو ختم کرنے کیلئے اپنی کوششوں کو جاری رکھتے ہوئے سرینگر میں پولیس نے منشیات کی غیر قانونی تجارت سے حاصل کی گئی دو گاڑیوں کو ضبط کیا ہے۔ ادھر اننت ناگ میں بدنام زمانہ منشیات فروش کو گرفتار کیا گیا۔ سی این آئی کے مطابق سرینگر میں پولیس نے مدثر اور احمد وانی ولد غلام رسول وانی ساکن سٹیڈیم کالونی چھانہ پورہ نامی۔۔۔۔103

عمر عبداللہ کی قیادت والی حکومت اختیارات کے بغیر کام نہیں کر رہی ہے

ہمیں کنٹرول ہے کہ ملازمین کو فرائض سے غفلت برتنے پر معطل کر دیا جائے/ نائب وزیر اعلیٰ

سرینگر/05 دسمبر//

عمر عبداللہ کی قیادت والی حکومت اختیارات کے بغیر کام نہیں کر رہی ہے لیکن اس کا کنٹرول ہے اور ملازمین کو فرائض سے غفلت برتنے پر معطل کر دیا گیا ہے کی بات کرتے ہوئے نائب وزیر اعلیٰ سریندر چودھری نے کہا کہ ملازمین کے خلاف سخت کارروائی نہیں کرنا چاہتے، لیکن انہیں اپنی ذمہ داری کو سمجھنے کی ضرورت ہے جیسے حکومت اپنا کام انجام دے رہی ہے۔ سی این آئی کے مطابق جموں میں میڈیا کے نمائندوں سے بات کرتے ہوئے جموں کشمیر کے نائب وزیر اعلیٰ سریندر چودھری نے کہا کہ ہم ملازمین کے خلاف سخت کارروائی نہیں کرنا چاہتے، لیکن انہیں اپنی ذمہ داری کو سمجھنے کی ضرورت ہے جیسے حکومت اپنا کام انجام دے رہی ہے۔ انہوں نے کہا کہ اختیارات کی واضح تقسیم ہے، سب کچھ واضح ہے، کون کہہ رہا ہے کہ عمر عبداللہ کی قیادت۔۔۔۔104

فوجی جوان پر حملہ؛ پولیس اور فوجی افسران کا دورہ ترال

سیکورٹی صورتحال کا لیا جائزہ، پونچھ میں ایل او سی کے قریب فوج نے فائرنگ کی

سرینگر/05 دسمبر//

جنوبی کشمیر کے ترال علاقے میں بدھ کی شام مشتبہ ملی ٹینٹوں کی جانب سے چھٹی پر گھر آئے فوجی نوجوان پر فائرنگ کر کے اسے زخمی کر دیا ہے۔ اس واقعے کے بعد جموں وکشمیر پولیس کے ڈی جی پی، فوج کے اعلیٰ افسران نے ترال کا دورہ کر کے یہاں سکورٹی صورتحال کا جائزہ لیا۔ ادھر پونچھ میں فوجی نے ایل او سی کے قریب مشتبہ نقل وحرکت دیکھنے کے بعد فائرنگ کی ہے۔ کشمیر نیوز سروس (کے این ایس) کے مطابق ترال کے آری پل تحصیل کے سوفی گنڈ علاقے میں بدھ کی شام مشتبہ ملی ٹینٹوں نے اے فوجی اہلکار جوان دنوں گھر میں چھٹی کے دن گزار رہا تھا پر ملی ٹینٹوں نے ان پر فائرنگ جس کے نتیجے میں ان کی ٹانگ میں چند گولیاں پیوست ہوئی جس کے نتیجے میں وہ شدید زخمی ہوا ہے۔ اس دوران زخمی اہلکار کو فوری طور ہسپتال منتقل کیا گیا ہے جہاں اسکی حالت مستحکم ہے۔ جمعرات کی صبح فوج کے اعلیٰ افسران کے علاوہ جموں وکشمیر پولیس کے ڈائریکٹر جنرل (DGP) نلین پر بھات نے ترال کا دیگر افسران کے ساتھ دورہ کیا اور یہاں حالات کا جائزہ لیا۔ انہوں نے ترال میں افسران کے ساتھ ایک میٹنگ بھی طلب کی ہے تاہم یہاں میڈیا کے ساتھ بات نہیں کی گئی ہے۔ ادھر چنار۔۔۔۔105

پونچھ میں LoC کے قریب مشکوک نقل وحرکت

فوجی اہلکاروں کی فائرنگ، تلاشی آپریشن جاری

سرینگر/05 دسمبر//

جموں کے پونچھ ضلع میں لائن آف کنٹرول کے قریب مشکوک نقل وحرکت دیکھنے کے بعد فوج کی گشتی پارٹی نے فائرنگ کی جس کے بعد علاقے میں بڑے پیمانے پر تلاشی آپریشن شروع کر دیا گیا ہے۔ سی این آئی کے مطابق پونچھ ضلع میں کنٹرول لائن کے قریب مشکوک نقل وحمل دیکھنے کے بعد وہاں تعینات فوج کی گشت پارٹی نے فائرنگ کی۔ دفاعی ذرائع نے بتایا کہ دراندازی کے ممکنہ راستوں پر گھات لگا کر ڈیوٹی پر مامور فوجیوں نے بدھ کی رات دیر گئے نگیلدار گاؤں کے قریب مشتبہ نقل و حرکت دیکھی اور چند راؤنڈ فائرنگ کی۔ انہوں نے بتایا کہ اس کے ساتھ ہی مشتبہ مقام کے گرد گھیرا مزید مضبوط کیا گیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ فوج کی فائرنگ میں کوئی جانی نقصان نہیں ہوا۔ حکام کے مطابق جمعرات کو صبح علاقے میں تلاشی آپریشن شروع کیا۔۔۔۔106

اسکولوں میں جلد ہی سرمائی تعطیلات کا اعلان کیا جائے گا

سرکاری اصولوں کی خلاف ورزی کرنیوالے نجی سکولوں کیخلاف کارروائی ہوگی: سکینہ

سرینگر/05 دسمبر//

نئے تعلیمی سیشن کی شروعات کے بعد جلد ہی اسکولوں میں سرمائی تعطیلات کا اعلان کیا جائے گا کی بات کرتے ہوئے جموں وکشمیر کی وزیر تعلیم سکینہ ایتو نے کہا کہ حکومت سرکاری اصولوں کی خلاف ورزی کرنے والے نجی اسکولوں کے خلاف سخت کارروائی کرے گی۔ سی این آئی کے مطابق سرینگر میں ایک تقریب کے دوران میڈیا نمائندوں سے بات کرتے ہوئے وزیر تعلیم سکینہ ایتو نے کہا کہ اسکولوں میں جلد ہی سرمائی تعطیل کا اعلان کیا جائے گا۔ ساتھ ہی انہوں نے کہا کہ حکومت سرکاری اصولوں کی خلاف ورزی کرنے والے نجی اسکولوں کے خلاف سخت کارروائی کرے گی۔ سی ایتو نے کہا "جس کسی کو بھی پرائیویٹ سکولوں کی طرف سے داخلہ اور کیپیٹیشن چارجز کا مسئلہ درپیش ہوا ہے متعلقہ حکام سے مناسب ثبوت کے ساتھ رجوع کرنا چاہیے اور حکومت۔۔۔۔107

بچوں کی صحت پر ڈیجیٹل آلات کے اثرات

این سی ڈی کمیٹی ممبران نے تبادلہ خیال کر کے حل تجویز کیا

سرینگر/05 دسمبر//

نیشنل چائلڈ ڈیولپمنٹ کمیٹی (این سی ڈی سی) کے ایک حالیہ اجلاس میں، اراکین نے بچوں پر ڈیجیٹل آلات، جیسے موبائل فون، لیپ ٹاپ اور ٹیبلیٹس کے اثرات کے بارے میں بڑھتے ہوئے خدشات کو دور کیا۔ بحث نے اس بات پر توجہ مرکوز کی کہ کس طرح ضرورت سے زیادہ اسکرین ٹائم بچوں کی جسمانی اور عقلی نشوونما کو متاثر کرتا ہے۔ کشمیر نیوز سروس (کے این ایس) کے مطابق NCDC کے ایک رکن نے حیدرآباد کی ایک مثال پیش کی، جہاں ڈیجیٹل ڈیوائس کے زیادہ استعمال کی وجہ سے بچوں کو کاغذ کو تہہ کرنے اور لکھنے جیسے بنیادی کاموں کے ساتھ جدوجہد کرتے ہوئے دیکھا گیا۔ مجوزہ حل یہ تھا کہ۔۔۔۔108

ٹریفک چالان معاملات کو حل کرنے کی اہم پہل

سرینگر/05 دسمبر//

دیہی علاقوں میں ٹریفک چالان کے معاملات کو حل کرنے کیلئے ضلع لیگل سروسز اتھارٹی سرینگر نے جموں کشمیر لیگل سروسز اتھارٹی کے ساتھ مل کر "خصوصی لوک عدالت" بچوں کے قیام کا اعلان کیا ہے۔ سی این آئی کے مطابق وادی کے مختلف دیہی علاقوں میں ٹریفک چالان کے مسائل کو حل کرنے کیلئے ٹریفک۔۔۔۔109

خالی اسامیوں کا ہونا اور بھرنا ایک مسلسل عمل

مختلف محکموں کو وقتاً فوقتاً خالی اسامیوں کو مقررہ وقت پر پُر کرنے کی ہدایت دی گئی

سرینگر/05 دسمبر//

خالی آسامیوں کا ہونا اور بھرنا ایک مسلسل عمل ہے اور اسامیوں کی تفصیلات متعلقہ وزارتوں یا محکموں کے ذریعے برقرار رکھی جاتی ہیں کی بات کرتے ہوئے مرکزی وزیر مملکت برائے پرسنل جتیندر سنگھ نے کہا کہ روزگار میلے کے ایک حصے کے طور پر مرکزی حکومت کی وزارتوں اور مرکزی حکومت کی مختلف تنظیموں میں خالی آسامیوں کو مشن موڈ میں پُر کیا جا رہا ہے۔ سی این آئی مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق مرکزی وزیر مملکت برائے پرسنل جتیندر سنگھ نے راجیہ سبھا کو ایک تحریری جواب میں کہا کہ مرکزی حکومت کی وزارتوں۔۔۔۔110

لورمنڈا میں سیکورٹی فورسز کی مشترکہ کارروائی

دو ملی ٹنٹ ساتھی گرفتار، دو رائفلیں اور دیگر اسلحہ بھی ضبط

سرینگر/05 دسمبر//

سیکورٹی فورسز نے کولگام کے قاضی گنڈ کے لورمنڈا علاقے میں ملی ٹنٹوں کے دو ساتھیوں کو گرفتار کیا اور ان کے پاس سے دو اے کے 47 رائفلوں سمیت اسلحہ اور گولہ بارود بھی برآمد کیا۔ سی این آئی کے مطابق جموں کشمیر پولیس کے خصوصی آپریشن گروپ، فوج اور سی آر پی ایف نے لورمنڈا قاضی گنڈ میں ایک خصوصی کارروائی کے دوران ملی ٹنٹوں کے دو معاون ساتھیوں کو گرفتار کر لیا۔ ذرائع نے بتایا کہ ناکہ چیکنگ کے دوران قاضی گنڈ کے لورمنڈا علاقے کے قریب گلاب باغ میں دو ملی ٹنٹ ساتھیوں کو گرفتار کیا گیا اور ان سے بازیابی کی گئی۔ انہوں نے کہا کہ دونوں سے دو AK-47 رائفلیں، 4 میگزین۔۔۔111

شوپیان میں ایک ملی ٹنٹ اور ایک معاون کی جائیداد قرق

قرق شدہ جائیداد میں 50 لاکھ سے زائد رقم کے دو رہائشی مکانات بھی شامل

سرینگر/۰۵ دسمبر//

پولیس نے شوپیاں میں ایک جنگجو معاون کی جائیداد قرق کر لی ہے۔ قرق کر لی گئی منقولہ جائیداد میں 2 عدد دو منزلہ رہائشی مکان، شامل ہیں جن کی مالیت 50 لاکھ روپے سے زائد کی بتائی جاتی ہے۔ وائس آف انڈیا کے مطابق انسداد دہشت گردی کے لیے ایک اہم اقدام میں، شوپیاں پولیس نے غیر قانونی سرگرمیاں (روک تھام) ایکٹ، 1967 (یو اے پی اے) کی دفعہ 25 کے تحت دو (02) دو منزلہ رہائشی۔۔۔۔112

وادی میں طویل خشک سالی کے اثرات

رواں برس کشمیری راجماش کی پیداوار میں 90 فیصد کمی

سرینگر/05 دسمبر//

وادی کشمیر میں مسلسل خشک موسم رہنے کے نتیجے میں بالائی علاقوں میں پائے جانی والی والیس خاص کر راجماش کی فصل محض 10 فیصدی پیدا ہوئی ہے جبکہ امسال سردیوں میں زیادہ استعمال ہونے والی کشمیری راجماش کا 90 فیصدی فصل کم پیدا ہونے کی وجہ سے اس کاشتکار کافی پریشان ہو گئے ہیں جن کی روزی روٹی اسی فصل پر منحصر تھی۔ وائس آف انڈیا کے مطابق وادی کشمیر میں سردیاں شروع ہونے کے ساتھ ہی دیگر خشک سبزیوں کے ساتھ ساتھ دالوں کا استعمال بڑھ جاتا ہے خاص کر راجماش سردیوں کے ان مہینوں میں اکثر گھرانوں میں بڑے چاؤ کے ساتھ پکایا جاتا ہے۔ وی او آئی نمائندے امان ملک کے مطابق جنوبی کشمیر کے بالائی علاقوں میں راجماش اور۔۔۔۔113

شیخ محمد عبداللہ کے 119 ویں یوم پیدائش پر پُروقار تقریب

ڈاکٹر فاروق عبداللہ، عمر عبداللہ اور دیگر زعماء نے گلباری اور فاتحہ خوانی ادا کی

سرینگر/05 دسمبر//

شیر کشمیر شیخ محمد عبداللہ کے 119 ویں یوم پیدائش پر ان کے مقبرہ واقع نسیم باغ حضرت بل میں سخت سردی کے باوجود کارکنان نیشنل کانفرنس، مختلف سیاسی، سماجی اور دینی جماعتوں کے نمائندوں نے شرکت کی۔ صبح صادق سے ہی مرحوم کے مرقد پر گلباری اور فاتحہ خوانی ادا کی گئی، جبکہ صبح 9 بجے حسب قدیم شیر کشمیر ریڈنگ روم لائبریری میں قرآن خوانی کی مجلس آراستہ ہوئی جس میں مختلف ایمہ مسجد، نعت خوان۔۔۔۔114

کیا نیند کی خرابی ہمیں جلدی بوڑھا کر دیتی ہے؟

جن ادھیڑ عمر لوگوں میں نیند کی خرابی زیادہ تھی وہ اپنے آپ کو اتنی ہی تیزی سے بوڑھا ہوتا ہوا محسوس کر رہے تھے

لندن: برطانیہ میں ایک حالیہ تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ جو لوگ اکثر خراب نیند کی شکایت کرتے ہیں، وہ خود کو وقت سے پہلے ہی بوڑھا محسوس کرنے لگتے ہیں۔ واضح رہے کہ ماہرین کے نزدیک ”معیاری“ یا ”اچھی“ نیند سے مراد یہ ہے کہ آپ جب رات کے وقت سونے کے لیے لیٹیں تو آپ کو زیادہ سے زیادہ 30 منٹ میں نیند آجائے، آپ پوری رات (اپنی عمر کے مطابق) صحیح وقت تک سوتے رہیں، آپ کی نیند نہ ٹوٹے اور اگر رات میں آنکھ کھلے تو صرف ایک مرتبہ، اس سے زیادہ نہیں۔ علاوہ ازیں، جب آپ صبح سو کر اٹھیں اور خود کو تازہ دم محسوس کریں تو اس کا مطلب بھی یہی لیا جائے گا کہ آپ نے رات میں معیاری اور پوری نیند لے لی ہے۔ اب تک کی تحقیقات سے نیند کی خرابی کا تعلق دل، شریانوں اور دماغ کی مختلف بیماریوں سے واضح طور پر سامنے آچکا ہے۔ تازہ مطالعے نے اس فہرست میں ایک اور تشویش کا اضافہ کردیا ہے۔ برطانیہ میں عمر رسیدگی کے حوالے سے جاری ایک طویل مطالعے ”پروٹیکٹ اسٹڈی“ میں شریک ہونے والے کئی رضاکاروں نے نیند کی خرابی کے ساتھ ساتھ اپنے ذہن میں منفی سوچ بڑھ جانے کی شکایت بھی کی تھی۔ اس پہلو کو مدنظر رکھتے ہوئے ”پروٹیکٹ اسٹڈی“ میں شریک، پچاس سال یا زیادہ عمر کے 4824 سے بطور خاص ان کی نیند اور جذباتی کیفیات کے بارے میں تقریباً تین سال تک وقفے وقفے سے معلومات جمع کی گئیں۔ اس مقصد کے لیے تفصیلی سوالناموں کے ذریعے ان افراد سے نیند کے معیار، دورانیے، یادداشت میں آنے والی منفی تبدیلیوں، تازگی، موٹیویشن اور سرگرمیوں وغیرہ سے متعلق سال میں دو مرتبہ معلومات حاصل کی گئیں۔ معلومات کا تجزیہ کرنے پر پتا چلا کہ جن لوگوں میں نیند کی خرابی زیادہ تھی، وہ منفی خیالات، چڑچڑے پن، مایوسی، یادداشت کی خرابی اور اسی طرح کے دوسرے ذہنی و نفسیاتی مسائل میں زیادہ مبتلا تھے۔ ایسے افراد کی اکثریت کا کہنا تھا کہ وہ خود کو تیزی سے۔ ایسے افراد کی اکثریت کا کہنا تھا کہ وہ خود کو تیزی سے بوڑھا ہوتا ہوا محسوس کررہے ہیں۔ ان کا کہنا تھا کہ عمر بڑھنے کے ساتھ بڑھاپا آنا قدرتی بات ہے لیکن اس طرح سے بوڑھا ہونا ان میں شدید ناگوار قسم کے خیالات بھی پیدا کررہا ہے۔ ریسرچ جرنل ”نیورل اینڈ سلیپ میڈیسن“ کے تازہ شمارے میں اس حوالے سے شائع شدہ تحقیق میں ماہرین کا کہنا ہے کہ ناگواری کا یہ احساس ان لوگوں کے ذہنی و نفسیاتی مسائل کو مزید بڑھانے کا باعث بن جاتا ہے۔ اسی لیے ان کا مشورہ ہے کہ دوسرے اقدامات کے ساتھ ساتھ، اگر معیاری نیند پر بھی توجہ دی جائے تو عمر رسیدگی سے وابستہ کئی مسائل کو واقع ہونے سے پہلے ہی روک کر بڑھاپا خوشگوار بنایا جاسکتا ہے۔

کورونا وائرس سے بچانے والی چیونگم بھی ایجاد

یہ پہلا موقع ہے کہ چیونگم کو کسی بیماری کا علاج کرنے کیلیے تیار کیا گیا ہے

امریکی سائنسدانوں نے ایک ایسی چیونگم تیار کرلی ہے جسے چبا کر کورونا وائرس کا پھیلاؤ بڑی حد تک روکا جاسکے گا۔ تفصیلات کے مطابق، کورونا وائرس (سارس کوو 2) سے متاثرہ افراد کے تھوک (لعابِ دہن) میں اس وائرس کی بہت زیادہ مقدار ہوتی ہے جو اسی تھوک کے ساتھ جسم کے اندر پہنچ کر اس بیماری (کووِڈ 19) کو شدید تر کرنے کا باعث بن سکتی ہے۔ لہٰذا، ماہرین کا خیال تھا کہ تھوک میں کورونا وائرس کی مقدار کم کرکے اس بیماری کی شدت میں بھی کمی لائی جاسکتی ہے۔ اسی سوچ کے پیشِ نظر انہوں نے ایک ایسی چیونگم تیار کی جس میں ”ایس 2“ (ACE2) کہلانے والے پروٹین کی وافر مقدار شامل تھی۔ یہ پروٹین کورونا وائرس کو خلیے کی سطح سے چپکنے اور خلیے میں داخل ہونے سے روکتا ہے؛ اور اس طرح یہ کووِڈ 19 کا اثر بھی زیادہ سنگین ہونے نہیں دیتا۔ ابتدائی تجربات میں اس چیونگم کا سفوف، کلچر ڈش میں رکھے ہوئے انسانی لعابِ دہن پر کامیابی سے آزمایا جاچکا ہے۔ ان تجربات سے معلوم ہوا ہے کہ صرف 5 ملی گرام چیونگم نے انسانی تھوک میں کورونا وائرس کی مقدار خاصی کم کردی۔ البتہ، جب یہ مقدار بڑھا کر 50 ملی گرام کی گئی تو اس نے تھوک کے نمونوں میں سے کورونا وائرس کی 95 فیصد مقدار ختم کردی۔ اگرچہ یہ ایک امید افزا کامیابی ہے لیکن ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ اس تحقیق کو بہت زیادہ بڑھا چڑھا کر پیش نہ کیا جائے کیونکہ ابھی

پھلوں کا رس نومولود بچوں میں موٹاپے کی وجہ بن جاتا ہے، تحقیق

میری لینڈ: امریکی سائنسدانوں نے چار ہزار سے زائد نوزائیدہ بچوں پر سات سالہ تحقیق کے بعد دریافت کیا ہے کہ اپنی زندگی کے پہلے 12 مہینوں میں باقاعدگی سے پھلوں کا رس پینے والے بچے، بعد کی عمر میں موٹاپے کا شکار ہوجاتے ہیں۔ اس تحقیق میں امریکا کے نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ اور دوسرے طبی اداروں کے ماہرین نے بچوں کی ماؤں سے سوال جواب کیے اور سروے فارم بھروائے جن کا تعلق ان کے بچوں کی روزمرہ غذاؤں سے تھا۔ اگرچہ بچوں کی غذا اور صحت کے حوالے سے ’امریکن اکیڈمی آف پیڈیاٹرکس‘ کی واضح ہدایات ہیں کہ جب تک کسی بچے کی عمر ایک سال نہ ہوجائے، تب تک اسے پھلوں کا رس (فروٹ جوس) نہ پلایا جائے کیونکہ اس میں صرف مٹھاس ہوتی ہے جبکہ دوسرے اہم غذائی اجزاء موجود نہیں ہوتے۔ ان ہدایات کے باوجود، اس تحقیق سے معلوم ہوا کہ تقریباً 25 فیصد خواتین نے اپنے بچوں کو پیدائش کے پہلے 6 ماہ میں ہی پھلوں کا رس پلانا شروع کردیا تھا، 49 فیصد نے یہ استعمال 7 سے 12 ماہ کی عمر میں شروع کیا جبکہ صرف 26 فیصد خواتین نے بچوں کی عمر ایک سال (12 ماہ) ہوجانے کے بعد انہیں پھلوں کا رس پلانا شروع کیا تھا۔ سات سالہ تحقیق کے بعد معلوم ہوا کہ جن بچوں نے ایک سال کی عمر کو پہنچنے سے پہلے ہی پھلوں کے رس کا استعمال شروع کردیا تھا، وہ اپنی عمر کے آئندہ برسوں

ہڈیوں کا درد کیوں ہوتا ہے؟ علاج کیسے ممکن ہے؟

ہڈیاں جسم کی ساخت بناتی ہیں اور ہڈیوں میں موجود گودہ خون کے اجزاء تیار کرتا ہے۔ جب بھی ہڈیاں دکھتی ہیں تو کوئی نہ کوئی ایسا امر ضرور ہوتا ہے جو انہیں اذیت پہنچاتا ہے۔ گاہے یورک ایسڈ ہوتا ہے، کبھی اجزائے کیلشیم یا حیاتین ڈی ہوتے ہیں۔ کبھی ہڈیوں کی ساخت نہایت نرم ہوجاتی ہے تو کبھی کافی سخت (برٹل) ہوجاتی ہیں۔ مگر اکثر یہ درد اعصابی کمزوری سے ہوتا ہے جسے جوان اشخاص مشکل سے تسلیم کرتے ہیں۔ ہڈیوں میں چوٹ آنے سے کچھ عرصے بعد یہ درد جنم لے لیتا ہے کیونکہ اکثریت ’فزیو تھراپی‘ کا سہارا لیتے ہیں، ان میں ’ہیٹ تھراپی‘ اگر کرائی جائے اور مریض کو سردی سے بچنے کا مشورہ دیا جائے تو عارضی طور پر درد میں آرام ضرور آتا ہے، مگر کچھ عرصے بعد دوبارہ سوجن کی وجہ سے یہ درد عود کر آتا ہے۔ اب اس حال میں ہڈیاں کچھ سخت ہوجاتی ہیں اور دوا کی کیفیت اگر صرف دافع ورم ہو تو کام نہیں کرتی اس لیے ایسی دواء کا استعمال کیا جاتا ہے جو درد کا سبب بننے والے خامرات (اینزائم) کے فعل کو روک دیں۔ بعض نام نہاد ماہرین ایسی ادویہ کا انتخاب کرتے ہیں جو درد کی حس محسوس کرنے والے آخذ خلیات (ری سیپٹر) کو درد اخذ کرنے سے روک دیتے ہیں۔ مشاہدہ شاہد ہے کہ طاقت سے زیادہ ورزش کرنے سے ہڈیاں دکھتی اور کبھی درد کرتی ہیں، اصل وجہ ان عضلات کی ڈھکن ہے جو عظام (ہڈیوں) سے جڑے ہوتے ہیں، اصل درد عضلات کا ہوتا ہے مگر مریض یہی سمجھتا ہے کہ ہڈی کا درد ہے۔ اسی طرح مفاصل (جوڑوں) کا درد ہے، گاہے اس کی وجہ دو ہڈیوں کے درمیان مائع (سیال رطوبت) کی خشکی ہوتی ہے جس سے دونوں ہڈیوں کے سرے چلتے پھرتے رگڑ کا شکار ہوتے ہیں، اس کا مستقل حل زیتون کے تیل، بادام کے تیل وغیرہ سے کرنا تھا مگر اکثر اس کا حل مسکن درد اینل جیسک ادویہ سے کیا جارہا ہے، جس کے نتیجے میں جب تک دوا کھاتے رہیں آرام محسوس ہوتا ہے، جب دواء چھوڑی جائے تو درد عود کر آتا ہے۔ کچھ اشخاص کو جینیاتی طور پر یہ مسئلہ عارض ہوتا ہے جسے ریومیٹائیڈ آرتھرائٹس کہا جاتا ہے، مگر اس عارضے میں ہڈیاں/جوڑ سوجھ بھی جاتے ہیں، ہڈیوں کی ساخت کسی حد تک بگڑ جاتی ہے۔ اور جلد پر جوڑوں کے مقام پر سرخی نمودار ہوجاتی ہے۔ طب قدیم کے مطابق اس کا حل مصفی خون ادویہ اور ساتھ مسکن ادویہ سے ہوتا ہے مگر آج کل اکثر ماہرین اسٹرائیڈ کا استعمال کراتے ہیں۔ اسٹیرائیڈ قوی دافع ورم ہے مگر باقی نقصانات مثلاً عادی بنانا کہ اسٹیرائیڈ کے علاوہ باقی ادویہ مفید نہیں رہتیں علاوہ ازیں ایک اسٹیرائیڈ سے ہونا رک جائے تو اس سے قوی اسٹیرائیڈ کا استعمال کرنا پڑتا ہے۔ ہڈی کے درد کے اسباب 1۔ ورزش نہ کرنا، 2۔ زیادہ گوشت کا استعمال، 3۔ چوٹ آنا چاہے کسی شے سے ٹکرانے سے ہو یا سخت چیز پر گرنے سے، 4۔ حیاتین ڈی، فاسفورس، کیلشیم کی مقدار کا عدم توازن، 5۔ گرم اشیاء کھانے کے بعد ساتھ ہی ٹھنڈی اشیاء کا استعمال، 6۔ اومیگا فیٹی ایسڈ کی کمی، 7۔ سیال خوراک (پانی، جوس، دودھ، مکھن) کا کم استعمال (مگر یاد رہے کہ چہل قدمی ضرور کرنی چاہیے تاکہ جہاں بدن میں جس چیز (حیاتین) کی کمی ہے وہیں پہنچ سکے ورنہ صرف ہاضمہ ہوتا ہے، توانائی حاصل ہوتی

ڈائٹنگ کے لیے ہفتے میں ’دو دن فاقہ‘ کرنا زیادہ بہتر ہے، تحقیق

لندن: کوئین میری یونیورسٹی، برطانیہ کے سائنسدانوں نے دریافت کیا ہے کہ کامیاب ڈائٹنگ کے لیے روزانہ کم کھانے سے بہتر ہے کہ ہفتے میں صرف دو دن فاقہ کیا جائے جبکہ باقی پانچ دن معمول کے مطابق، صحت بخش غذائیں استعمال کی جائیں۔ ڈائٹنگ کے اس طریقے کو ”5:2 ڈائٹ“ (فائیو ٹو ڈائٹ) بھی کہا جاتا ہے جو کچھ سال پہلے ہی سامنے آیا ہے اور بہت مقبول ہورہا ہے۔ اس طریقے کے تحت ہفتے کے پانچ دنوں میں معمول کی غذاؤں سے مطلوبہ کیلوریز لی جاتی ہیں (مردوں کے لیے 2000 سے 3000 کیلوریز روزانہ جبکہ خواتین کے لیے 1600 سے 2400 کیلوریز روزانہ کو مناسب سمجھا جاتا ہے)۔ باقی کے دو دنوں میں غذا بہت کم کرتے ہوئے صرف 500 کیلوریز روزانہ تک محدود کردی جاتی ہے۔ اسے میڈیکل سائنس کی زبان میں ”فاقہ“ (فاسٹنگ) کہا جاتا ہے۔ کیا فائیو ٹو ڈائٹ واقعی میں اتنی بہتر ہے کہ جتنے اس کے بارے میں دعوے کیے جاتے ہیں؟ اس سوال کا جواب جاننے کے لیے کوئین میری یونیورسٹی کی ڈاکٹر کیٹی میئرز اسمتھ اور ان کے ساتھیوں نے 300 ایسے رضاکار بھرتی کیے جو موٹاپے میں مبتلا تھے۔ انہیں تین گروپس میں تقسیم کیا گیا جبکہ ہر گروپ میں 100 رضاکار شامل تھے۔ تینوں گروپس میں شامل افراد سے چھ ہفتوں تک تین الگ الگ ڈائٹنگ پلانز پر عمل کروایا گیا۔ اختتام پر معلوم ہوا کہ اگرچہ ”فائیو ٹو ڈائٹنگ“ اور ”روزانہ کم کھانے والی ڈائٹنگ“ کے نتائج میں کوئی خاص فرق نہیں تھا لیکن رضاکاروں کی بڑی تعداد نے ”فائیو ٹو ڈائٹنگ“ پلان کو زیادہ آسان محسوس کیا اور مطالعے کے اختتام تک اس معمول کو جاری رکھا۔ یہی نہیں بلکہ انہوں نے اپنے ملنے جلنے والوں کو بھی موٹاپے کے علاج میں ”فائیو ٹو ڈائٹنگ“ تجویز کرنا شروع کردی۔ آن لائن ریسرچ جرنل ”پی ایل او ایس ون“ کے تازہ شمارے میں اس تحقیق کی مکمل تفصیلات شائع ہوئی ہیں جن میں ماہرین نے واضح کیا ہے کہ ”فائیو ٹو ڈائٹنگ“ اگرچہ زیادہ تر لوگوں کے لیے مفید ہے لیکن 18 سال سے کم عمر افراد اور حاملہ خواتین کو فائدے کے بجائے نقصان پہنچاسکتی ہے۔

پہلے مسکرائیں، پھر بچوں کو سبزیاں کھلائیں تو وہ بھی کھائیں گے

لندن: ماہرین نے سبزیوں اور پھلوں سے منہ چرانے والے بچوں کے لیے ایک زبردست نفسیاتی نسخہ پیش کیا ہے۔ اگر والدین تھوڑی سبزی خود چکھ لیں اور مسکرائیں تو بچہ بھی اسے قبول کرلیتا ہے۔ بالخصوص مائیں بچے کو ڈرا کر، لالچ اور ترغیب دے کر بچوں کو سبزیاں کھلاتی ہیں۔ یا بسا اوقات کسی شے میں چھپا کردیتی ہیں لیکن یہ بے سود ثابت ہوتا ہے۔ اب سائنسدانوں نے ایک نیا طریقہ بتایا ہے۔ اس نئے ٹوٹکے کو استعمال کرنا بہت آسان ہے اور والدین کو صرف یہ کرنا ہے کہ بچے کو سبزی کھلاتے ہوئے حقیقی انداز میں مسکرائیں اور اس دوران تھوڑی سی سبزی خود بھی کھائیں۔ برطانیہ کی ایسٹن یونیورسٹی سے وابستہ سائنسدانوں نے 4 سے 6 برس تک کے 111 بچوں کو بھرتی کیا اور سب کو دو ویڈیوز دکھائیں۔ ایک ویڈیو میں بالغ فرد کو شاخ گوبھی (بروکولی) مسکرا کر کھاتے ہوئے دیکھا جاسکتا ہے۔ دوسری ویڈیو میں بالغ فرد تاثرات سے عاری سپاٹ چہرے کے ساتھ بروکولی کھائی۔ اب جن بچوں نے پہلی مسکرانے والی ویڈیو دیکھی تھی وہ لاشعوری طور پر سمجھے کہ شاخ گوبھی بہترین ہوتی ہے۔ ان بچوں نے نہ صرف سبزی کھائی بلکہ دیگر بچوں کے مقابلے میں دوگنی زیادہ سبزی کھائی۔ اس طرح پانچ گرام کی بجائے انہوں نے 11 گرام بروکولی کھائی۔ جامعہ سے وابستہ ماہر نفسیات کیٹی ایڈورڈز کہتی ہیں کہ بچے جب مشاہدہ کرتے ہیں کہ بڑے سبزیاں مزے سے کھاتے ہیں تو وہ بھی اس جانب راغب ہوتے ہیں۔ اس تجربے میں شاخ گوبھی استعمال کی گئی ہے جو اپنے ذائقے کی وجہ سے کشش نہیں رکھتی لیکن اس کے فوائد بے شمار ہیں۔ اور اگر کوئی تھوڑی دیر ان کے ساتھ بیٹھ کر خوشی خوشی کھاتا ہے تو بچے سبزیوں پر مزید ہاتھ بڑھا سکتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بچے بڑوں کے چہرے کے تاثرات بہت غور سے دیکھتے ہیں اور اس کا اثر لیتے ہیں۔ یہی وجہ ہے

موسم سرما میں لاحق ہونے والی بیماریوں سے کیسے محفوظ رہیں؟

جوں جوں سردی کا موسم قریب آتا ہے، ننھے منے پھول جیسے بچے زیادہ سردی لگنے سے مختلف قسم کی بیماریوں کا شکار ہونے لگتے ہیں۔ بچوں کا مدافعتی نظام اتنا مضبوط نہیں ہوتا، اس لیے وہ تھوڑی سی بد احتیاطی سے بیماری کا شکار ہوجاتے ہیں، سردیوں میں ناک بہنا، زکام، کھانسی، بخار، سانس کا تیز چلنا بچوں میں ہونے والی عام علامات ہیں۔ ان سب پر مناسب توجہ سے آسانی سے قابو پایا جاسکتا ہے۔ ان حالتوں میں زیادہ تر سانس کے نظام کا اوپر والا حصہ متاثر ہوتا ہے۔ یہ عموماً وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے لیکن کوئی اور بیکٹیریا بھی انفیکشن کرسکتا ہے اور مناسب توجہ نہ دینے کی وجہ سے نمونیہ اور ٹی بی جیسے موذی مرض بھی ہوسکتے ہیں جس سے بچے کے لیے بہت زیادہ مشکلات پیدا ہوسکتی ہیں۔ علاج اور بچاؤ-1 نظام تنفس کے اوپر کے حصہ کی بیماریاں ہیں URTI بھی کہتے ہیں یا تو وائرس کی وجہ سے ہوتی ہیں یا پھر بیکٹیریا کی وجہ سے۔ ان میں بچہ بے چین ہوتا ہے۔ بخار کی وجہ سے جسم گرم محسوس ہوتا ہے۔ ٹانسل اور نظام تنفس کے اوپر والے حصے کے دوسرے حصے سوجے اور پھولے نظر آتے ہیں۔ سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے۔ ان سب حالات میں ماں کی ذمہ داری بہت بڑھ جاتی ہے۔ اس کا کام ہے کہ تسلی سے بچے کی حرکات و سکنات اور رویے میں تبدیلی کو دیکھے اور ان حالات میں بچے کو ایک صاف اور ہوادار کمرے میں رکھا جائے۔ دوسرے صحت مند بچوں کو اس سے دور رکھا جائے۔-2 بخار وغیرہ کی صورت میں بچے کو کچھ نہ کچھ کھلاتے پلاتے رہنا چاہیے۔ عموماً دیکھا گیا ہے کہ مائیں اس صورت میں بچے کو کھلانے پلانے سے احتراز کرتی ہیں۔ ماں کو بدستور اپنا دودھ پلاتے رہنا چاہیے اور زیادہ تر پینے والی اشیاء دینا چاہئیں۔-3 بچے کی نیند اور آرام کا مکمل خیال رکھنا

دماغ بچانا ہے تو سائیکل چلایئے اور تیز قدموں سے چلیے

کیلیفورنیا: روزانہ کی ورزش یا سائیکل چلانے کا عمل بالخصوص بزرگوں میں الزائمر، ڈیمنشیا اور دیگر دماغی امراض سے دور رکھتا ہے۔ اس سے قبل ورزش کے دماغی اور جسمانی فوائد سامنے آتے رہے ہیں لیکن اب معلوم ہوا ہے کہ تیز قدمی دماغی زوال کو بھی روک سکتی ہے۔ تحقیق بتاتی ہے کہ جسمانی طور پر متحرک رہنے کا عمل دماغ میں کسی بھی طرح کی اندرونی جلن یا انفلیمیشن کو کم کرتا ہے۔ یہ اندرونی سوزش جسم کے کسی بھی مقام پر ہو وہ غیر معمولی امراض کی وجہ بنتی ہے جن میں کینسر، امراض قلب اور دیگر بیماریاں شامل ہیں۔ نئی تحقیق کے تحت بزرگوں کے لیے ضروری ہے کہ وہ تیز قدموں سے چلنے اور ممکن ہو تو سائیکل چلانے کو معمول بنائیں کیونکہ اس سے اکتسابی صلاحیت بہتر ہوتی ہے اور دماغ توانا بنتا ہے۔ یہ تحقیق یونیورسٹی آف کیلیفورنیا سان فرانسسکو کیٹلن کیسالیٹو اور ان کے ساتھیوں نے کی ہے۔ اگرچہ ڈیمنشیا اور الزائمر کو اب بھی مکمل طور پر نہیں سمجھا گیا ہے۔ پروفیسر کیٹلن کے مطابق دماغ کے امیونی خلیات مائیکروگلیا کہلاتے ہیں۔ یہ دماغ سے مضر اثرات صاف کرتے ہیں، لیکن ان کی غیر معمولی سرگرمی سے سوزش، اعصابی بیماری اور دماغی سگنل میں خلل ڈالتی ہے۔ ورزش اس غیر معمولی تحریک کو لگام دیتی ہے۔ سائنسدانوں نے 167 بوڑھے افراد کا جائزہ لیا ہے جس میں ورزش اور مائیکروگلیل خلیات کے درمیان تعلق نوٹ کیا گیا ہے۔ لیکن کچھ شرکا ایسے بھی تھے جن میں کسی قسم کی دماغی تنزلی نہیں تھی۔ تمام رضاکاروں کو ایک سے دس روز تک دماغی سرگرمی نوٹ کرنے والی ٹوپی بھی پہنائی گئی تھی جو 24 گھنٹے سرگرمی کو نوٹ کرتی رہی تھی۔ معلوم ہوا کہ ورزش سے گلیئل خلیات کی غیر معمولی بلکہ مضر سرگرمی میں کمی واقع ہوئی۔ پھر یہ بھی پتا چلا کہ اگر کوئی ڈیمنشیا یا الزائمر کا مریض ہے تو ورزش نے اس کے دماغ کو بہت فائدہ پہنچایا اور اعصابی انحطاط کم ہوگیا۔ یہی وجہ ہے کہ اب ڈاکٹر بزرگوں کو بھی ہفتے میں 120 سے 150 منٹ تک تیز قدموں سے

The Urdu Daily
WATTAN
وطن سرینگر

ملک کے تیل کے شعبے پر محتاط رہنے کی ضرورت/ اپوزیشن

نئی دہلی// راجیہ سبھا میں حزب اختلاف کے اراکین نے آج حکومت سے کہا کہ وہ گھریلو تیل کے شعبے کے ریگولیشن اور ترقی پر محتاط رہے۔ کانگریس کے شکتی سنگھ گوہل نے آئل سیکٹر (ریگولیشن اینڈ ڈیولپمنٹ) ترمیمی بل 2024 پر بحث شروع کرتے ہوئے کہا کہ ملک میں تیل اور قدرتی گیس کی پیداوار کم اور استعمال زیادہ ہے۔ حکومت اس بل کے ذریعے اس فرق کو کم کرنا چاہتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ اس بل کی شقوں کو سابقہ انداز میں نافذ کیا جا رہا ہے، ایسا نہیں ہونا چاہیے۔ انہوں نے کہا کہ بل کی منظوری سے مرکزی اور ریاستی حکومتوں کے درمیان تنازعہ پیدا ہو سکتا ہے۔ اس سے مرکزی حکومت کے اختیارات میں اضافہ ہو رہا ہے۔ انہوں نے کہا کہ آئل فیلڈ پروڈکشن پر "شیئرنگ فارمولہ" کو برقرار رکھنے سے مزید کمپنیوں کو مدعو کرنے میں مدد ملے گی۔ کمپنیوں کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لیے آئل فیلڈ کو ایک خاص مدت تک متعلقہ کمپنی کے پاس رہنا چاہیے۔ سال 2021 میں سی اے جی کی رپورٹ کا حوالہ دیتے ہوئے انہوں نے کہا کہ موجودہ آئل فیلڈز کی حالت اچھی نہیں ہے اور وہ صلاحیت سے کم پیداوار کر رہے ہیں۔ حکومت کو تیل کے شعبے کے حوالے سے محتاط رہنا چاہیے کیونکہ یہ اسٹریٹجک اہمیت کا حامل شعبہ ہے۔ قبل ازیں پیٹرولیم اور قدرتی گیس کے وزیر ہردیپ پوری نے اس بل کو ایوان میں غور اور پاس کرنے کے لیے پیش کرتے ہوئے کہا کہ ہندوستان ایک ابھرتی ہوئی معیشت ہے اور اس بل سے معیشت کی توانائی کی طلب کو پورا کرنے میں مدد ملے گی۔ بل کی تفصیلات بتاتے ہوئے انہوں نے کہا کہ اس میں تیل کے شعبے کی نئی تعریف کی گئی ہے۔ یہ بل بین الاقوامی معیار کے مطابق ہے اور نئی ٹیکنالوجی کے پیش نظر ضروری ہے۔ آئل سیکٹر (ریگولیشن اینڈ ڈیولپمنٹ) ترمیمی بل 2024 راجیہ سبھا میں 5 اگست 2024 کو پیش کیا گیا تھا۔ یہ بل آئل فیلڈز (ریگولیشن اینڈ ڈیولپمنٹ) ایکٹ 1948 میں ترمیم کرتا ہے۔ یہ ایکٹ قدرتی گیس اور پیٹرولیم کی تلاش اور کھوج کو منظم کرتا ہے۔ بحث میں حصہ لیتے ہوئے بھارتیہ جنتا پارٹی کے چنی لال گرا سیا نے کہا کہ اس بل کے ذریعے تیل کی سپلائی اور استعمال میں فرق کو کم کرنے کی کوشش کی جا رہی ہے۔ اس سے زرمبادلہ کی بچت ہوگی۔ انہوں نے کہا کہ تیل کے شعبے میں سرمایہ کاری ضروری ہے اس لیے بین الاقوامی معیار کے مطابق دفعات میں تبدیلی ضروری ہوگئی ہے۔ ترنمول کانگریس کی ڈولا سین نے کہا کہ یہ بل گھریلو تیل کے شعبے کو مارکیٹ کے مطابق لائے گا۔ انہوں نے کہا کہ حکومت کو گھریلو تیل کے شعبے کی نجکاری سے گریز کرنا چاہیے، کیونکہ یہ اسٹریٹجک اہمیت کا حامل شعبہ ہے۔ انہوں نے ملک کی تیل کمپنیوں کی گرتی ہوئی پیداوار پر بھی تشویش کا اظہار کیا اور کہا کہ حکومت کو اس طرف فوری توجہ دینی چاہیے۔ انہوں نے کہا کہ اس بل پر تفصیلی بحث ہونی چاہیے اور اسے جلد بازی میں منظور نہیں کیا جانا چاہیے۔ دراوڑ منیتر اکژگم کے این آر ایلنگو نے کہا کہ یہ ایک اہم بل ہے اور اسے سلیکٹ کمیٹی کو بھیجا جانا چاہیے۔ انہوں نے کہا کہ اس بل سے مرکز اور ریاستوں کے تعلقات متاثر ہوں گے، اس لیے اس پر تفصیلی بحث ضروری ہے۔ انہوں نے کہا کہ یہ بل سابقہ طور پر نافذ کیا جا رہا ہے، اس لیے اس پر محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ وائی ایس آر سی پی کے یارم وینکٹا سبا ریڈی نے کہا کہ یہ بل قومی سلامتی اور اقتصادی ترقی کے نقطہ نظر سے اہم ہے۔

بھارت اور چین کے تعلقات میں ترقی ہوئی ہے/ وزیر خارجہ

نئی دہلی// خارجہ امور کے وزیر ایس جے شنکر نے لوک سبھا کو مطلع کیا کہ ہندوستان اور چین کے تعلقات میں بہتری آئی ہے، جس نے چین کے ساتھ مشغول ہونے کے لیے حکومت کے عزم پر زور دیا۔ انہوں نے یہ بھی کہا کہ حالیہ فوجی اور سفارتی بات چیت نے سرحدی مسائل کو حل کیا ہے۔ وزیر خارجہ نے ایوان کو بتایا کہ چین کی کارروائیوں کی وجہ سے سرحدی علاقوں میں امن و سکون کی خرابی کے بعد 2020 سے ہندوستان اور چین کے تعلقات غیر معمولی ہیں۔ وزیر نے کہا کہ یہ ہماری افواج کا کریڈٹ ہے کہ لاجسٹک چیلنجز اور کووڈ کے باوجود انہوں نے چینی فوجیوں کا تیزی سے مقابلہ کیا۔ جے شنکر نے کہا کہ حالیہ پیش رفت، جاری سفارتی مصروفیات کی عکاسی کرتی ہے، جو ہندوستان اور چین کے تعلقات کو بہتری کی راہ پر گامزن رکھتا ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ ہندوستان سرحدی علاقوں کے لیے ایک منصفانہ اور باہمی طور پر قابل قبول فریم ورک قائم کرنے کے لیے چین کے ساتھ مشغول ہے۔ آنے والے دنوں میں، ہم سرحدی علاقوں میں کشیدگی کو کم کرنے اور سرگرمیوں کے موثر انتظام دونوں پر بات کریں گے۔ علیحدگی کے مرحلے کا اختتام اب ہمیں اپنی دو طرفہ مصروفیت کے دیگر پہلوؤں پر بھی غور کرنے کے قابل بناتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ اس سے قبل کشیدگی، سرحدی علاقوں میں مخصوص پیش رفت کی وجہ سے ہمارے مجموعی تعلقات بری طرح متاثر ہونے کے پابند تھے۔ اگلی ترجیح یہ ہوگی کہ کشیدگی میں کمی پر غور کیا جائے جو ایل اے سی کے ساتھ فوجیوں کی تعداد کو حل کرے گا۔ فوری ترجیح رگڑ پوائنٹس سے علیحدگی کو یقینی بنانا تھا جو مکمل طور پر حاصل کیا گیا ہے۔ انہوں نے مزید کہا، "اپنے قومی سلامتی کے مفادات کو مقدم رکھتے ہوئے، وزیر خارجہ وانگ یی کے ساتھ میری حالیہ ملاقاتوں میں، ہم اس بات پر متفق ہوئے کہ خصوصی نمائندے اور خارجہ سیکرٹری کی سطح کا میکانزم جلد ہی بلایا جائے گا۔" جے شنکر نے کہا کہ ہندوستان سرحدی مسئلے کے منصفانہ، معقول اور باہمی طور پر قابل قبول تصفیہ حاصل کرنے کے لیے دو طرفہ بات چیت کے ذریعے چین کے ساتھ مشغول ہونے کے لیے پرعزم ہے۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ حالیہ تجربات کی روشنی میں سرحدی علاقوں کے انتظام پر زیادہ توجہ دینے کی ضرورت ہوگی۔ انہوں نے تین کلیدی اصولوں کا خاکہ پیش کیا جس کو ہر حال میں برقرار رکھا جائے۔

حکومت نے روس اور یوکرین جنگ کے باوجود رعایتی قیمتوں پر کھاد کی آسانی سے دستیابی کو یقینی بنایا ہے/ انوپریا پٹیل

نئی دہلی// راجیہ سبھا میں کیمیکلز اور کھاد کی مرکزی وزیر مملکت محترمہ انوپریا پٹیل نے ایک سوال کے جواب میں معلومات فراہم کی کہ یوریا کو کسانوں کو اس کی پیداواری قیمت کے قطع نظر ایک قانونی طور پر نوٹیفائی شدہ زیادہ سے زیادہ خوردہ قیمت (ایم آر پی) پر فراہم کیا جاتا ہے۔ یوریا کے 45 کلوگرام کے بیگ کی سبسڈی شدہ قیمت 242 روپے فی بیگ ہے (جو نیم کوٹنگ اور لاگو ٹیکس کے چارجز کے علاوہ ہے)۔ یوریا کی کسانوں تک فراہمی کی قیمت اور یوریا یونٹس کی نیٹ مارکیٹ آمدنی کے درمیان فرق کو حکومت ہند یوریا تیار کرنے والی کمپنیوں یا درآمد کنندگان کو سبسڈی کے طور پر ادا کرتی ہے۔ اس طرح، تمام کسانوں کو یوریا سبسڈی شدہ شرح پر فراہم کیا جاتا ہے۔ فاسفورس اور پوٹاشیم پر مبنی (پی اینڈ کے) کھاد کے سلسلے میں حکومت نے یکم اپریل 2010 سے تغذیہ پر مبنی سبسڈی (این بی ایس) پالیسی نافذ کی ہے۔ اس پالیسی کے تحت، ایک مقررہ سبسڈی کی رقم، جو سالانہ یا نصف سالانہ بنیاد پر طے کی جاتی ہے، وہ کھاد تیار کرنے والوں یا درآمد کرنے والوں کو ان کے تغذیہ یعنی نائٹروجن (این)، فاسفورس (پی)، پوٹاشیم (کے) اور سلفر (ایس) کی بنیاد پر فراہم کی جاتی ہے تاکہ کسانوں تک کھاد کی فراہمی کو بہتر بنایا جاسکے۔ پی اینڈ کے کھاد کی درآمد پر کوئی کنٹرول نہیں رکھا گیا ہے اور کمپنیاں اپنی کاروباری ضروریات کے مطابق کھاد کے خام مال، درمیانہ مصنوعات اور تیار شدہ کھاد کو درآمد یا تیار کرسکتی ہیں۔ تاہم، حکومت عالمی قیمتوں پر نظر رکھتی ہے اور اگر کوئی اتار چڑھاؤ ہوتا ہے تو اسے سالانہ یا نصف سالانہ بنیاد پر پی اینڈ کے کھادوں کے این بی ایس زخوں کو طے کرتے وقت شامل کر لیا جاتا ہے۔ حکومت نے حالیہ جغرافیائی سیاسی حالات، جیسے روس-یوکرین جنگ کے باوجود کھاد کی قیمتوں کو معقول سطح پر مستحکم رکھنے اور کسانوں کو کھاد کی فراہمی کو یقینی بنانے کے لیے خصوصی پیکیجز فراہم کیے ہیں، جو این بی ایس سبسڈی شرح کے علاوہ ضروریات کے مطابق دیے گئے ہیں۔ اس طرح، کھاد کی زیادہ سے زیادہ خوردہ قیمت (ایم آر پی) مستحکم رہی ہے اور مارکیٹ میں اتار چڑھاؤ کو کنٹرول کیا گیا ہے۔ حکومت نے این بی ایس زخوں پر خصوصی یا اضافی پیکیجز فراہم کیے ہیں، جو ربیع 2021-22 میں دو مرتبہ، پھر خریف 2022، ربیع 2022-23، اور خریف و ربیع 2024 میں دیے گئے ہیں۔ مزید برآں، اپنے وسائل کے ذرائع کو وسعت دینے کے لیے حکومت ہند کھاد کے وسائل سے مالا مال ممالک کے ساتھ بات چیت کرتی ہے اور ہندوستانی کھاد کمپنیوں اور وسائل سے مالا مال ممالک کے درمیان طویل مدتی معاہدوں پر دستخط کرنے کی سہولت فراہم کرتی ہے تاکہ ہندوستان میں کھادوں، درمیانہ مصنوعات اور خام مال کی فراہمی کو یقینی بنایا جاسکے۔

جاپانی فرمیں ہندوستان میں سیمی کنڈکٹر یونٹ قائم کرنے کی خواہشمند

نئی دہلی// ڈیلوئٹ نے کہا ہے کہ جاپانی فرمیں ہندوستان میں سیمی کنڈکٹر یونٹس قائم کرنے کی خواہشمند ہیں اور ان کے پاس گھریلو فرموں کے ساتھ شراکت داری کے لیے تمام مہارت اور قابلیت موجود ہے۔ اس نے یہ بھی کہا کہ ہنر مند افرادی قوت، فنڈز اور امدادی اقدامات کا تسلسل ہندوستان میں سیمی کنڈکٹر سیکٹر کی ترقی کو آگے بڑھانے کی کلید ہے۔ ڈیلوئٹ جاپان نے کہا کہ جاپانی فرمیں ہندوستان کے بارے میں "انتہائی پرجوش" ہیں۔ جولائی میں، جاپان امریکہ کے بعد دوسرا کواڈ پارٹنر بن گیا جس نے سیمی کنڈکٹر ماحولیاتی نظام کی مشترکہ ترقی کے لیے ہندوستان کے ساتھ ایک معاہدے پر دستخط کیے اور اپنی عالمی سپلائی چین کی لچک کو برقرار رکھا۔ دونوں ممالک نے سیمی کنڈکٹر کے ڈیزائن، مینوفیکچرنگ، آلات کی تحقیق، ٹیلنٹ ڈویلپمنٹ اور سیمی کنڈکٹر سپلائی چین میں لچک لانے کے لیے یادداشت پر دستخط کیے۔ تقریباً 100 سیمی کنڈکٹر مینوفیکچرنگ پلانٹس کے ساتھ، جاپان سیمی کنڈکٹر ماحولیاتی نظام رکھنے والے سرفہرست پانچ ممالک میں شامل ہے۔ جاپان میں ایسی کمپنیاں موجود ہیں جو سیمی کنڈکٹر ویفرز، کیمیکل اور گیسز، چپ بنانے کے آلات میں استعمال ہونے والے لینز اور ڈسپلے ٹیکنالوجیز کی خام شکل میں عالمی رہنما ہیں۔ ہندوستان 10 سالوں میں 10 سیمی کنڈکٹر مینوفیکچرنگ پلانٹ لگانے کی خواہش رکھتا ہے۔ روہت بیری، صدر-حکمت عملی، رسک اینڈ ٹرانزیکشنز، ڈیلوئٹ انڈیا نے کہا ٹیکنالوجی کو دیکھتے ہوئے، تخصص کو دیکھتے ہوئے، سیمی کنڈکٹر کے اس طرح کے بلند حوصلہ جاتی اور ایک اہم ماحولیاتی نظام کو فروغ دینے کے لیے جاپان سے بہتر کوئی پارٹنر نہیں ہے۔

ڈاکٹر جتیندر سنگھ نے اسرائیلی اسٹارٹ اپس کو ہندوستان کے کوانٹم مشن میں تعاون کرنے کی دعوت دی

نئی دہلی// مرکزی وزیر ڈاکٹر جتیندر سنگھ نے اسرائیلی اسٹارٹ اپس کو مدعو کیا ہے، جو کوانٹم کمپیوٹنگ میں اپنے اولین کام کے لیے جانا جاتا ہے، کو انڈین اداروں کے ساتھ شراکت داری کے لیے اہم کوانٹم ٹیکنالوجیز تیار کرنے کے لیے مدعو کیا ہے۔ انہوں نے کہا "ہندوستان اور اسرائیل اس ڈومین میں ایک دوسرے کی تکمیل کر سکتے ہیں۔ ہندوستان اپنی بڑی مارکیٹ، افرادی قوت اور مواقع کے ساتھ، اور اسرائیل اپنی جدید اختراع کے ساتھ اس پر پیش قدمی کر سکتے ہیں۔ وزیر نے یہ بات اسرائیلی وزیر اقتصادیات نیر برکت کے ساتھ بات چیت کے دوران کہی۔ ڈاکٹر سنگھ نے ہندوستان کے قومی کوانٹم مشن کی تبدیلی کی صلاحیت پر روشنی ڈالی، اس کا تصور ملک کی تکنیکی امنگوں کی بنیاد کے طور پر کیا۔ دونوں رہنماؤں نے اسٹارٹ اپس، خاص طور پر خلائی اور کوانٹم ٹیکنالوجی میں تعاون پر تبادلہ خیال کیا۔ انہوں نے زراعت اور صحت کے شعبوں میں مشترکہ اختراعی اقدامات پر بھی تبادلہ خیال کیا۔ دورے پر آئے ہوئے اسرائیلی وزیر کے ہمراہ ایک اعلیٰ سطح کا سرکاری وفد بھی تھا۔ ہندوستان کے قومی کوانٹم مشن کا مقصد مواصلات، خفیہ نگاری اور کمپیوٹنگ جیسے شعبوں کو تقویت دینے کے لیے کوانٹم ٹیکنالوجیز کا استعمال کرنا ہے۔ ڈاکٹر سنگھ نے نوٹ کیا، باہمی فائدے کے لیے اپنے تجربے سے فائدہ اٹھاتے ہوئے، اہم ٹیکنالوجیز کو مشترکہ طور پر تیار کرنے میں اہم کردار ادا کر سکتے ہیں۔ انہوں نے ہندوستان کے خلائی ماحولیاتی نظام میں قابل ذکر نمو پر زور دیا، خلائی آغاز میں اضافہ کو حکومت کی مستقبل کی پالیسیوں اور اقدامات سے منسوب کیا۔ خلائی شعبے کو نجی کھلاڑیوں کے لیے کھولنے کے بعد سے، اس ڈومین میں اسٹارٹ اپس کی تعداد میں اضافہ ہوا ہے، جو کہ عالمی خلائی ٹیکنالوجی کے مرکز کے طور پر ہندوستان کے بڑھتے ہوئے کردار کی عکاسی کرتا ہے۔ "اسرائیلی خلائی اسٹارٹ اپس کے پاس اپنے ہندوستانی ہم منصبوں کے ساتھ تعاون کرنے کی بے پناہ صلاحیت ہے۔"

سنبھل میں بھائی چارے کو گولی ماری گئی/ اکھلیش

نئی دہلی// سماج وادی پارٹی (ایس پی) کے صدر اور لوک سبھا کے رکن اکھلیش یادو نے آج بھارتیہ جنتا پارٹی (بی جے پی) اور اس سے وابستہ تنظیموں کو سنبھل میں ہوئے حالیہ پرتشدد واقعہ کے لیے ذمہ دار ٹھہراتے ہوئے کہا کہ اتر پردیش کے اس قصبے میں منصوبہ بند طریقے پر بھائی چارے کو گولی ماری گئی۔ لوک سبھا میں وقفہ صفر کے دوران مسٹر یادو نے سنبھل میں ایک متنازعہ عبادت گاہ پر حالیہ پرتشدد واقعات اور پولیس فائرنگ کے واقعہ کا معاملہ اٹھایا اور کہا "وہاں سوچے سمجھے منصوبے کے تحت بھائی چارے کو گولی ماری گئی ہے۔" بی جے پی اور اس کی اتحادی تنظیموں نے شروع سے ہی وہاں قومی ہم آہنگی کو بگاڑنے کا کام کیا ہے۔ مسٹر یادو نے کہا کہ عدالت کے حکم پر سنبھل میں واقع شاہی جامع مسجد کا سروے مکمل کیا گیا تھا، جس میں مسجد سے وابستہ لوگوں نے مکمل تعاون کیا تھا لیکن 23 نومبر کو دوبارہ سروے کیا گیا، جس کے دوران پانچ لوگوں کی موت ہوگئی۔ تشدد میں جانیں ضائع ہوئیں اور درجنوں افراد زخمی ہوئے۔ سماج وادی پارٹی کے صدر نے ان پرتشدد واقعات کے ذمہ داروں کے خلاف کارروائی کا مطالبہ کرتے ہوئے کہا کہ وہاں تعینات پولیس افسران اور پولیس اہلکاروں کے کردار کی بھی تحقیقات ہونی چاہئیں۔ ایس پی سربراہ نے سنبھل کے معاملے میں آئین کے خلاف جانے اور غیر قانونی کام کرنے والوں کے خلاف کارروائی کا بھی مطالبہ کیا اور کہا کہ ملک میں بھائی چارہ اور گنگا جمنی تہذیب کو برقرار رکھنے کے لیے فوری اقدامات کیے جانے چاہئیں۔ اس معاملے پر کانگریس کے اجول رمن سنگھ نے ایوان میں سنبھل کے لوگوں کے لیے انصاف کا مطالبہ کیا۔ انڈین یونین مسلم لیگ کے ای ٹی محمد بشیر نے کہا "ہمیں سیکولرازم کو بچانا ہے، کبھی بابری مسجد، اس کے بعد دیگر سے بنائی جا رہی ہیں، جس سے کشیدگی پیدا ہو رہی ہے۔" خیال رہے کہ 25 نومبر کو پارلیمنٹ کا سرمائی اجلاس شروع ہونے کے بعد آج پہلی بار خوش اسلوبی سے لوک سبھا میں کارروائی چل رہی ہے۔

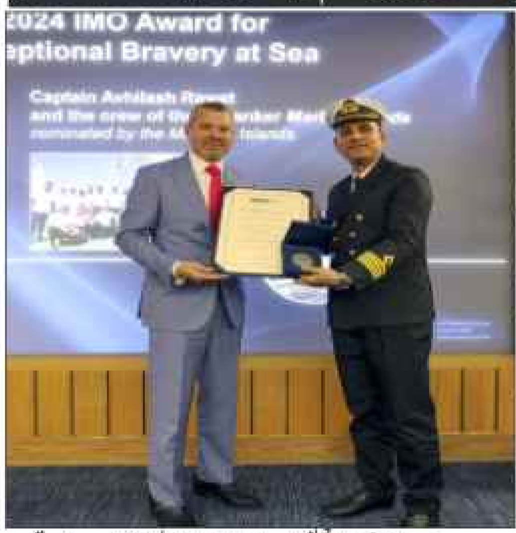
COP29 میں موسمیاتی انصاف کے لیے ہندوستان کی وکالت

نئی دہلی// باکو، آذربائیجان میں COP29 میں، ہندوستان گلوبل ساؤتھ کے لیے ایک آواز کے وکیل کے طور پر ابھرا ہے، جو ترقی یافتہ ممالک سے موسمیاتی انصاف اور مساوات کا مطالبہ کرتا ہے۔ ہندوستان کی طرف سے اٹھائے گئے کلیدی مسائل میں تاریخی اخراج کے لیے ترقی یافتہ ممالک کی طرف سے واجب الادا کاربن قرض، ترقی پذیر ممالک کی ترقی پر یکطرفہ تجارتی پابندیوں کے اثرات، اور گرین ٹیکنالوجیز تک غیر مساوی رسائی شامل ہیں۔ بھارت عالمی اخراج میں کم سے کم شراکت کے باوجود ترقی پذیر ممالک پر موسمیاتی تبدیلی کے غیر متناسب اثرات کو نمایاں کرتا ہے۔ یورپ اور شمالی امریکہ تاریخی اخراج میں 60 فیصد حصہ ڈالتے ہیں، جبکہ افریقہ اور جنوبی امریکہ میں سے ہر ایک کا حصہ صرف 3 فیصد ہے۔ گلوبل ساؤتھ، جس کی قیادت ہندوستان کی قیادت میں ہے، ترقی یافتہ ممالک کی طرف سے 100 بلین ڈالر کے آب و ہوا کے مالیاتی وعدے پر تنقید کرتا ہے، اس بات پر زور دیتا ہے کہ ان فنڈز کو قرضوں یا امداد کے طور پر نہیں بلکہ ماضی کے اخراج کے لیے جوابدہی کے طور پر استعمال کیا جانا چاہیے۔

پی ایم پرنام یوجنا کا مقصد غیر نامیاتی کھیتی کو ختم کرنا نہیں ہے/ نڈا

نئی دہلی// مرکزی وزیر برائے کیمیکل و کھاد جے۔ پی۔ نڈا نے آج راجیہ سبھا میں کہا کہ پی ایم پرنام اسکیم کا مقصد غیر نامیاتی کھادوں کے استعمال کو ختم کرنا نہیں ہے، بلکہ نامیاتی اور غیر نامیاتی کھادوں کو ملا کر پیداوار بڑھانا ہے۔ وقفہ سوالات کے دوران ایک ضمنی سوال کے جواب میں مسٹر نڈا نے کہا کہ اس اسکیم کا مقصد غیر نامیاتی کھادوں کے استعمال کو ختم کرنا نہیں ہے۔ یہ اسکیم نامیاتی اور غیر نامیاتی کھادوں کے مرکب کو استعمال کرکے بہتر پیداوار کو فروغ دینے کے مقصد سے شروع کی گئی ہے اور یہ فائدہ مند بھی رہی ہے۔ یہ اسکیم پچھلے تین برسوں سے چل رہی ہے اور محکمہ اخراجات اس سے حاصل ہونے والے معاشی فوائد کا جائزہ لے رہا ہے اور اس کے بعد اس کے فوائد ریاستوں میں تقسیم کیے جائیں گے۔

ہندوستانی جہاز کے کپتان کو برطانیہ میں میری ٹائم بہادری کا ایوارڈ سے نوازہ گیا



لندن// کیپٹن اوہلاش راوت کو اس سال کے شروع میں بحیرہ احمر کے بچاؤ مشن میں دکھائے گئے "غیر معمولی ہمت" کے لیے سمندر میں غیر معمولی بہادری کے لیے 2024 کا انٹرنیشنل میری ٹائم آرگنائزیشن ایوارڈ ملا ہے۔ پیر کی شام لندن میں آئی ایم او کے ہیڈ کوارٹرز میں ایک ایوارڈ تقریب میں، راوت نے آئل ٹینکر مارلن لوانڈا کے عملے کی جانب سے یہ ایوارڈ قبول کیا، جسے جولائی میں باوقار میری ٹائم ایوارڈ کا فاتح قرار دیا گیا تھا۔ جرات مندانہ ہمت اور جوش مظاہرہ انہوں نے فائر فائٹنگ اور ڈیمیج کنٹرول کی کوششوں کو مربوط کرتے ہوئے کیا تاکہ ایک اینٹی شپ کے بعد لگنے والی آگ پر قابو پایا جاسکے۔ بیلسٹک میزائل نے جنوری میں ان کے جہاز کو دوبارہ نشانہ بنایا۔ اس کے ساتھ ساتھ، کیپٹن برجیش نمبیار اور ہندوستانی بحریہ کے جہاز آئی این ایس وشاکھاپٹنم کے عملے کو مصیبت کے وقت مارلن لوانڈا کی مدد کے لیے "تعریفی خط سے نوازا گیا"۔ میں اس موقع پر اپنے پورے عملے کا ان کی غیر معمولی ہمت، پیشہ ورانہ مہارت، اور اٹل لگن کے لیے شکریہ ادا کرنا چاہتا ہوں۔ راوت نے اپنے قبولیت خطاب میں کہا کہ آپ کی حمایت اور اعتماد ان نازک اوقات کے دوران انمول تھا، اور ہم نے مل کر ان چیلنجوں پر قابو پایا جو ناقابل تسخیر معلوم ہوتے تھے۔ انہوں نے کہا کہ مارلن لوانڈا کے عملے کی طرف سے، میں ہندوستانی، فرانسیسی اور امریکی بحریہ کا بھی تہہ دل سے شکریہ ادا کرنا چاہوں گا؛ آپ کی بروقت مداخلت اور ثابت قدمی ہماری آگ بجھانے کی کوششوں کے انتہائی نازک لمحات میں ہماری رہنمائی کرنے میں اہم تھی۔

راجیہ سبھا میں تعطل ختم، سرمائی اجلاس میں پہلی بار ہموار کارروائی

نئی دہلی// اڈانی گروپ کی مبینہ بے ضابطگیوں، سنبھل اور منی پور کی صورتحال کی وجہ سے پیدا ہونے والی ہنگامہ آرائی جیسے امور پر قاعدہ 267 کے تحت بحث کی مانگ کے تعلق سے منگل کو راجیہ سبھا میں اپوزیشن اور حکمران پارٹی کے درمیان تعطل دور ہو گیا اور چیئرمین نے ارکان کو ان میں سے کچھ امور پر وقفہ صفر کے دوران اپنی بات رکھنے کی اجازت دے دی، جس سے سرمائی اجلاس کے پانچ دنوں کے بعد پہلی بار ایوان کی کارروائی ہموار طریقے سے چلی۔ اپوزیشن ارکان کے ان امور پر بحث کے مطالبے پر ڈٹے رہنے کی وجہ سے اجلاس کے پہلے پانچ روز ہنگامہ کے باعث کارروائی ملتوی کرنی پڑی جس کی وجہ سے ایوان میں قانون سازی کا کام نہیں ہو سکا۔ چیئرمین جگدیپ دھنکھڑ نے ضروری دستاویزات ایوان کی میز پر رکھنے کے بعد آج قانون سازی کا کام شروع کرتے ہوئے کہا کہ انہیں ضابطہ 267 کے تحت تحریک التوا کے 42 نوٹس موصول ہوئے ہیں۔ ان میں اجمیر شریف، سنبھل کی صورتحال، منی پور کی صورتحال، اڈیشہ کو خصوصی درجہ دینے، فینجل اور دوسرا ناؤ کے سبب آئی آفت، اڈانی گروپ، دہلی میں آلودگی اور بنگلہ دیش میں ہندوؤں پر مظالم جیسے آٹھ موضوعات پر بھی کام روک کر بحث کرنے کا مطالبہ کیا گیا۔ انہوں نے کہا کہ انتہائی افسوس کی بات ہے کہ ایک نوٹس پہلے ہی عام ہو چکا ہے۔ انہوں نے کہا کہ یہ نوٹس عام آدمی پارٹی کے راگھو چڈھا نے بھیجا ہے اور اسے پہلے ہی تمام قواعد کی خلاف ورزی کرتے ہوئے عام کیا جا چکا ہے۔ انہوں نے کہا کہ یہ معاملہ ان کے نوٹس میں ہے اور اس پر کیا کیا جائے اس پر غور کیا جا رہا ہے۔ انہوں نے کہا کہ ایک ہی رکن نے دو نوٹس دیے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ارکان فکر کریں اور ایوان کی کارروائی کو چلنے دیں۔ انہوں نے ارکان سے تجاویز طلب کیں اور ان سے رہنمائی طلب کی کہ ایوان میں اتنے معاملوں پر کیسے بحث ہو سکتی ہے۔ چیئرمین نے کہا کہ ان میں سے بہت سے معاملے زیر دوران نوٹس میں بھی شامل ہیں، اس لیے اراکین کو ان میں سے کچھ معاملے کو زیر و آور کے دوران اٹھانے کی اجازت دی جا سکتی ہے۔

انڈیا لیبارٹری کی طرح ہے جہاں تجربات کیے جاسکتے ہیں، بل گیٹس کے تبصرے پر تنقید

ویب ڈیسک// دنیا کی امیر ترین شخصیات میں شمار کیے جانے والے بل گیٹس کو انڈیا سے متعلق تبصرے پر تنقید کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ انڈین اخبار ہندوستان ٹائمز کے مطابق مائیکروسافٹ کے بانی بل گیٹس نے حال ہی میں ریڈ ہوفمین کے ایک پوڈ کاسٹ میں شرکت کی اور اس میں ہونے والی بات چیت کے کچھ حصے سوشل میڈیا پر وائرل بھی ہوگئے۔ ایک موقع پر بل گیٹس نے کہا کہ انڈیا لیبارٹری کی طرح ہے جہاں مختلف چیزوں پر تجربہ کیا جاسکتا ہے۔ بل گیٹس کے اس کمینٹ پر انڈیا میں لوگوں کو بہت زیادہ غصہ آیا اور تنقید بھی ہوئی۔ پوڈ کاسٹ میں بل گیٹس نے اپنے خیالات کا اظہار کرتے ہوئے کہا کہ انڈیا ایک ایسے ملک کی مثال ہے جہاں بہت کچھ ایسا ہے جو مشکل ہے۔ صحت، غذائیت اور تعلیم میں بہتری آ رہی ہے اور استحکام بھی آیا ہے۔ یہ عین ممکن ہے کہ آج سے 20 سال بعد لوگ حیران کن حد تک اچھی زندگی بسر کر رہے ہوں گے۔ یہ ایک لیبارٹری کی طرح ہے جہاں آپ تجربے کر سکتے ہیں اور انڈیا میں ٹھیک ثابت ہونے پر انہیں دوسری جگہوں پر لے جایا جاسکتا ہے۔ بل گیٹس نے مزید کہا کہ ہماری فاؤنڈیشن کا امریکہ کے علاوہ سب سے بڑا دفتر انڈیا میں ہے اور سب سے زیادہ اقدامات اپنے انڈین پارٹنرز کے ساتھ کرتے ہیں۔ سوشل میڈیا پلیٹ فارم ایکس پر ایک صارف نے تبصرہ کرتے ہوئے لکھا انڈیا ایک لیبارٹری ہے اور بل گیٹس کے لیے ہم انڈین گنی پگز ہیں۔ اس بندے نے حکومت، اپوزیشن سے کر میڈیا تک سب کو قابو کیا ہوا ہے۔ ان کا دفتر یہاں پر (انڈیا) ایف سی آر اے کے بغیر کام کرتا ہے اور ہمارے تعلیمی نظام نے انہیں ہیرو بنایا ہوا ہے۔ مجھے نہیں معلوم ہم کب جاگیں گے۔ تاہم کچھ صارفین کا کہنا تھا کہ بل گیٹس کو غیر ضروری طور پر تنقید کا نشانہ بنایا جا رہا ہے۔ ایک صارف نے لکھا مجھے انڈیا میں بل گیٹس کے خلاف چلنے والی کانسپیریسی تھیوری کے پیچھے رویہ سمجھ میں نہیں آ رہا۔ انڈیا میں ویکسین کے ٹرائل کے لیے گنی پگ کی طرح کے کوئی تجربات نہیں کیے جا رہے۔ اس سے قبل پریس ٹرسٹ آف انڈیا کو دیے گئے ایک انٹرویو میں بل گیٹس نے انڈیا کی تعریف بھی کی تھی کہ جس طرح سے حکومت نے غذائیت میں کمی کا مسئلہ حل کیا ہے۔

روزنامہ
وطن
سرینگر

کیا آپ وہ اُستاد ہیں؟

تحریر
بے نظیر فیصل

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

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

۱۔ تدریس سے لطف اندوز ہونا:

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

۲۔ فرق پیدا کرنا:

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

۳۔ مثبتیت پھیلانا:

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

۴۔ ذاتی ہونا:

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

۵۔ پرعزم ہونا:

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

۶۔ منظم رہنا:

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

۷۔ وہ کھلے ذہن کا ہونا:

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

۸۔ معیارات طے کرنا:

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

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

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

پرورش کا ابتدائی مرحلہ اور والدین کی ذمہ داریاں

تحریر
سید تنویر احمد

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

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

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

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

آبی آلودگی کیوں؟ کیسے قابو پایا جائے؟

سمیرا رحمان

دنیا میں کم از کم ایک ارب لوگوں کو پانی کی کمی کا مسئلہ درپیش ہے اور 2.7 ارب انسان ایسے ہیں جنھیں سال کے کم از کم ایک مہینے میں پانی کی کم یابی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

حال ہی میں دنیا کے پانچ سو بڑے شہروں کا سروے کیا گیا جس سے معلوم ہوا کہ ہر چار میں سے ایک شہر 'پانی کے دباؤ' سے دوچار ہے۔ اقوامِ متحدہ کے مطابق یہ وہ صورت حال ہے جب پانی کی سالانہ مقدار 1700 مکعب میٹر (17 لاکھ لیٹر) فی کس سے کم ہو جائے۔ بہت سے لوگوں کو یہ جان کر حیرت ہوگی کہ لندن میں بھی پانی کی فراہمی دباؤ کا شکار ہے۔

عام طور پر سمجھا جاتا ہے کہ وہاں بہت بارش ہوتی ہے، لیکن لندن میں بارش کی مقدار پیرس اور نیو یارک کے مقابلے میں کم ہے اور یہاں کا 80 فیصد پانی دریاؤں سے آتا ہے۔

گریٹر لندن اتھارٹی کے مطابق 2025 تک شہر میں پانی کم پڑنا شروع ہو جائے گا اور یہ مسئلہ 2040 تک 'سنگین شکل' اختیار کر لے گا۔ عالمی ادارہ صحت (ڈبلیو ایچ او) اور اقوامِ متحدہ کے بچوں سے متعلق ادارے 'یونیسف' کی رپورٹ کے مطابق پاکستان میں صرف 36 فی صد آبادی پینے کا صاف پانی استعمال کر رہی ہے۔

پاکستان میڈیکل ایسوسی ایشن کی گزشتہ سال جاری ہونے والی رپورٹ میں کہا گیا تھا کہ گندے پانی کا استعمال ملک میں 30 فی صد بیماریوں کا سبب ہے اور 40 فی صد اموات بھی اسی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔

تعلیم کے ساتھ ساتھ پانی کے ماحول کے تحفظ میں حصہ لینے کے لیے عملی سرگرمیاں بھی ہونی چاہئیں جیسے جھیل کے اطراف کوڑا کرکٹ اٹھانا، کچرا سمندر میں نہ پھینکنا۔ ان لوگوں کے لیے جو ماحولیات کے شعبے میں کام کرتے ہیں، وسیع اطلاق کے لیے گندے پانی کے علاج کے نئے طریقوں کو تلاش کرنا اور جانچنا ہمیشہ ضروری ہوتا ہے۔

گھروں میں پانی کی صفائی کا خیال رکھنے کے لیے شعور پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔ کوڑا کرکٹ کو وقت پر ٹھکانے لگائیں۔ اسے تالابوں، جھیلوں یا ندیوں میں نہ پھینکیں۔

یونائیٹڈ نیشن انوائرمنٹ پروگرام (UNEP) اقوامِ متحدہ کا ایک اہم ادارہ ہے۔

اس کی ایک رپورٹ کے مطابق صنعتیں بہت زیادہ فضلہ پیدا کرتی ہیں اور ویسٹ مینجمنٹ کا مناسب نظام نہ ہونے کے باعث وہ کچرے کو میٹھے پانی میں پھینک دیتے ہیں، جو نہروں، دریاؤں اور بعد میں سمندر میں پہنچ جاتا ہے۔

یہ فضلہ جو آبی آلودگی کی ایک بڑی وجہ ہے اس میں نقصان دہ کیمیکلز ہوتے ہیں جن میں لیڈ، مرکری، سلفر، نائٹریٹ، ایسبسٹس اور بہت سے دیگر کیمیکلز شامل ہوتے ہیں جو پانی اور ہمارے ماحول کو آلودہ کرتے ہیں اور ہمیں نقصان پہنچاتے ہیں۔

اگلی نسل کو نقصان پہنچائے بغیر زندگی کے معیار کو بہتر بنانے کے لیے رہنما خطوط اور عالمی ایکشن پلان فراہم کرنے کے لیے قائم کی گئی ہے۔ بڑے پیمانے پر شہری ترقی آبی آلودگی کی اہم وجوہات میں سے ایک ہے۔ جب بھی ایک گنجان آباد علاقے میں بڑی تعداد میں لوگ جمع ہوتے ہیں تو زمین کی جسمانی خرابی اس کے بعد شروع ہوتی ہے۔

جیسے جیسے آبادی میں تیزی سے اضافہ ہوا ہے، اسی طرح رہائش، خوراک اور کپڑے کی مانگ بھی بڑھ رہی ہے۔ جیسے جیسے زیادہ شہر اور قصبے ترقی کر رہے ہیں، اس کے نتیجے میں زیادہ خوراک پیدا کرنے کے لیے کھادوں کے استعمال میں اضافہ ہوا ہے۔

نئی سڑکوں، مکانات اور صنعتوں کی تعمیر ڈٹرجنٹ، کیمیکلز اور اخراج کے ذریعے پانی کی صفائی کو متاثر کرتی ہے۔

سیوریج لائنوں کے لیک ہونے سے زمینی پانی میں کلوروفارم کے ساتھ ساتھ دیگر آلودگیاں شامل ہو سکتی ہیں اور جب بروقت مرمت نہ کی جائے تو، رسنے والا پانی سطح پر آ سکتا ہے اور کیڑوں اور مچھروں کی افزائش گاہ بن سکتا ہے۔ ڈرائی کلینرز سے سیوریج لائنوں تک کلورین شدہ سالوینٹس کا اخراج بھی ان مستقل اور نقصان دہ سالوینٹس کے ساتھ آبی آلودگی کا ایک تسلیم شدہ ذریعہ ہے۔

جب بارش ہوتی ہے تو کھادوں، کیڑے مار ادویات، جڑی بوٹی مار ادویات لے جانے والے کھیتوں سے بہنے والا پانی بارش کے پانی میں گھل مل جاتا ہے اور ندیوں اور نہروں میں بہہ جاتا ہے، جو آبی جانوروں کے لیے شدید نقصان کا باعث بنتا ہے۔ اور دیگر آلودگی والے آبی ذخائر جیسے جھیلوں، ندیوں، تالابوں) میں پانی کی آلودگی کا باعث بنتے ہیں۔

کیمیائی کھادیں اور کیڑے مار دوائیں آبی آلودگی کی ایک بڑی وجہ ہیں کیونکہ یہ کیمیائی کھادیں اور کیڑے مار ادویات کاشتکار فصلوں کو کیڑوں اور بیکٹیریا سے بچانے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔

بہت سے ممالک میں، گاڑیوں کے اخراج میں عام طور پر Pb ہوتا ہے اور یہ ہوا کو مختلف نیل پائپ مرکبات (بشمول سلفر اور نائٹروجن مرکبات، نیز کاربن آکسائیڈز) کے ساتھ آلودہ کرتا ہے جو پانی کے ذخائر میں بارش کے پانی کے ساتھ جمع ہو کر آبی آلودگی کا باعث بن سکتے ہیں۔ n

تیل ہماری صحت پر کیا اثرات مرتب کرتے ہیں؟

عائشہ شفیق

جب سر کے بال چھوٹے ہوتے تھے تو دادی اماں پکڑ کر سر میں تیل کی مالش کرتی تھیں اور پھر کس کر چٹیا باندھ دیتی تھیں۔ دو دن چٹیا بندھی رہتی، تیسرے دن چٹیا کھلوا کر سر دھوتی تھیں۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ آج سر کے بال گھنے سیاہ، چمک دار ہونے کے ساتھ ساتھ خشکی سے پاک ہیں لیکن آج زمانہ بدل گیا اور لوگوں نے اپنے اور بچوں کے سروں میں تیل لگانا ہی چھوڑ دیا۔ نوبت یہاں تک آ پہنچی ہے کہ چھوٹی عمروں ہی میں سر کے بال سفید ہونا شروع ہو گئے ہیں۔

بالوں کے بہت سارے مسائل نے جنم لے لیا ہے۔ اگر بچوں کے سروں میں تیل لگائیں تو وہ لگانے ہی نہیں دیتے۔ نوجوان لڑکے لڑکیاں بھی تیل لگانا گوارا نہیں کرتے۔ آج کل کی نوجوان نسل مارکیٹ میں آئے نت نئے شیمپو، مختلف برانڈز کیمیکلز سے بھرپور نہ جانے کیا کیا پراڈکٹ بالوں کیلئے استعمال کر رہی ہیں۔ بڑے شہروں سے شروع ہونے والا یہ فیشن اب چھوٹے چھوٹے شہروں اور قصبوں تک کو اپنی لپیٹ میں لے چکا ہے۔ تاہم گاؤں میں آج بھی مائیں بچیوں کو بچپن ہی سے سر میں تیل لگا کر کس کر چٹیا باندھ دیتی ہیں۔ بزرگ خواتین کہتی ہیں کہ" تیل لگانے سے بالوں کی مضبوط نشوونما ہوتی ہے اور بال تیزی سے بڑھنے کے ساتھ ساتھ گھنے بھی ہونے لگتے ہیں۔" یہ بات دل کو بھی بھلی لگتی ہے کیونکہ آج بھی بزرگوں کے بال دیکھیں تو گھنے ہی دیکھنے کو ملیں گے۔

آج کل اکثر سننے کو ملتا ہے کہ بال بہت کمزور، روکھے اور سفید ہو گئے ہیں، بہت گرتے ہیں، بال لمبے نہیں ہوتے۔ اگر سوچیں! تو اس کی وجہ یہی ہے کہ ہم اپنے بالوں کی صحت اور ان کی خوراک پر توجہ ہی نہیں دیتے۔ جب ان پر توجہ نہیں دی جاتی تو پھر بڑے ہونے پر بالوں کی بیماریوں کا لاحق ہو جانا یقینی ہے۔ کیا آپ نے کبھی سوچا ہے کہ آپ کے بالوں کو صحیح خوراک مل رہی ہے یا نہیں؟ اور یہ کہ آپ اپنے بالوں کی درست طریقے سے روزانہ صفائی کر رہی ہیں یا نہیں؟ بالوں کی صحت کیلئے مختلف قیمتی شیمپو، ہیئر کنڈیشنرز اور ٹوٹکے آزمائے جاتے ہیں لیکن تیل کی طرف کوئی توجہ نہیں دی جاتی۔ اگر آپ کی خواہش ہے کہ آپ کے سر کے بال گھنے، سیاہ، چمک دار ہونے کے ساتھ ساتھ خشکی و سکری سے بھی محفوظ رہیں تو پھر سر میں سرسوں کا تیل لگانا شروع کر دیں اس قدر زیادہ لگائیں کہ وہ بالوں کی جڑوں تک پہنچ جائے تاکہ بالوں کی نشوونما میں اپنا ٹھیک طرح سے کردار ادا کر سکے۔ یہ بات یاد رکھنا ضروری ہے کہ تیل صرف بالوں ہی کیلئے ضروری نہیں ہوتا بلکہ مختلف اقسام کے تیل دردوں سے نجات کیلئے بھی استعمال کیے جاتے ہیں۔ مثلاً

کلونجی کا تیل

حدیث نبوی ﷺ ہے کہ کلونجی میں موت کے سوا ہر بیماری کا علاج ہے۔ طبی نقطہ نظر سے روغن کلونجی ذیابیطس، فالج، دمہ، جلدی امراض کے ساتھ ساتھ امراض قلب، خشکی اور درد دور کرنے کے علاوہ بالوں کیلئے بے حد مفید ہے۔

زیتون کا تیل

حدیث نبوی ﷺ ہے کہ زیتون کا تیل کھاؤ اور اس سے جسم کی مالش کرو کیونکہ یہ پاک، صاف اور مبارک ہے۔ زیتون کا تیل خشک جلد کو نرم، ملائم کرتا ہے اور چہرے کی رنگت کو بھی نکھارتا ہے۔ یہ بدن کو قوی کرتا ہے اس لئے کمزور بچوں کو زیتون کے تیل سے مالش کرنی چاہئے۔ زیتون کا تیل فالج، گھنٹیا کے علاوہ خارش، چنبل، خشکی اور گنج کی صورت میں بھی مفید ہے۔

سرسوں کا تیل

سرسوں کا تیل بھی جسم کی مالش اور بالوں کو لگانے کے علاوہ کھانے پکانے کیلئے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ نہ صرف جسم میں کولیسٹرول کو بڑھنے نہیں دیتا بلکہ گھی اور دیگر تیل کے برعکس جسم میں چربی اور وزن کو بھی بڑھنے سے روکتا ہے۔ اسے اچار کی تیاری کیلئے بھی استعمال کرتے ہیں۔ کھانا پکانے سے پہلے سرسوں کے تیل کو اچھی طرح کھول لیا جائے تو اس میں پکائے گئے سالن سے کچے تیل جیسی مہک دور ہو جاتی ہے۔ سرسوں کے تیل سے سر کے بالوں کی روزانہ مالش بالوں کو گھنا اور چمکدار بنانے کے علاوہ سر کی جلد کو خشکی و سکری سے صاف کرتی ہے۔ اس سے دماغ کو بھی تراوٹ اور سکون ملتا ہے۔

ناریل کا تیل

ناریل کا تیل بالوں میں لگانے سے نہ صرف بال گرنا بند ہو جاتے ہیں بلکہ یہ بالوں کو نرم و ملائم، چمک دار اور لمبا کرتا ہے۔ اس کی قدرتی خوشبو و تازگی کا احساس بھی پیدا کرتی ہے۔ واضح رہے کہ ناریل کا تیل بھی کھانا پکانے میں استعمال کیا جاتا ہے۔

آملہ، ریٹھا اور سیکا کائی کا مکس تیل

یہ تیل سر پر لگانے سے بالوں کی جڑیں مضبوط ہوتی ہیں اور رفتہ رفتہ بال گرنا بند ہو جاتے ہیں۔ یہ تیل، خشکی و سکری کے خاتمے کے ساتھ ساتھ بالوں کی سفیدی کو بھی دور کرتا ہے اور بال لمبے، سیاہ، چمک دار، نرم و ملائم ہو جاتے ہیں۔

مچھلی کا تیل

مچھلی کا تیل بدن کو قوت بخشتا ہے اس لئے کمزور اشخاص اور لاغر بچوں کو چند قطرے دودھ میں ملا کر دینا انتہائی مفید ہے۔ اپنی افادیت کے ساتھ ساتھ یہ خاصا گرم ہوتا ہے اس لئے ہمیشہ اس تیل کا استعمال ڈاکٹر کے مشورے کے بعد ہی کرنا چاہیے۔

گھنٹیا، جوڑوں، پٹھوں اور ہڈیوں میں درد کی صورت میں اگر مچھلی کے تیل سے مالش کی جائے تو درد کی شدت میں کمی آ جاتی ہے۔ مچھلی کے تیل کی افادیت کے پیش نظر دوا ساز کمپنیاں اس کے کیپسول بھی تیار کرتی ہیں تاہم ایک بار پھر تاکید ہے

تربیّت اطفال مگر کیسے۔۔۔۔!

نگہت فرمان

اولاد اللہ کی ان نعمتوں میں سے ایک نعمت ہے، جس کا شمار کیا ہی نہیں جا سکتا۔ جو اس نعمت سے محروم ہیں اس کی اہمیت ان سے پوچھی جائے تو ہمیں اندازہ ہوگا کہ یہ خالق کائنات کا کتنا بڑا انعام ہے۔ اولاد سے محرومی صد ہا روگ لے کر آتی ہے، جن کا دائرہ جذباتی اور نفسیاتی محرومیوں تک اور کبھی کبھار اپنی زندگی ختم کر دینے جیسے سانحے میں بدل جاتا ہے، اسی لیے اولاد جیسے انعام کی قدر کرنا اور اس پر اپنے رب کا شکر ادا کرنا ہم سب پر لازم ہے۔ جب یہ نعمت ہمیں ملتی ہے تو ہماری ساری زندگی اپنے بچوں کے گرد ہی گھومتی رہتی ہے۔ اولاد کے ساتھ ہمارے رویے مختلف ہوتے ہیں، اور یہ اس لیے ہے کہ ہم سب ہی ایک جیسے نہیں ہیں، ہم میں سے ہر ایک کو اللہ نے مختلف صلاحیتوں کے ساتھ پیدا کیا ہے، جسمانی، ذہنی اور مالی تفریق بھی ہمیں ایک دوسرے سے مختلف بناتی ہے۔ لیکن اس سب کے باوجود والدین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ وہ اپنے بچوں کو دنیا بھر کی خوشیاں دیں، چاہے انہیں کچھ بھی اور کتنی ہی محنت کرنا پڑے، اور یہ خواہش فطری ہے اس میں کوئی دو رائے اور کوئی اختلاف نہیں ہے۔ اگر یہ خواہشات مثبت اور اپنے دائرے کے تعین کے ساتھ ہوں تو بچے والدین کی خواہشات کی تکمیل کے ساتھ اچھے مسلم اور اپنے ملک و قوم کی خدمت بھی احسن طریق سے کر سکتے ہیں۔

لیکن ان سب حقائق کے باوجود اکثر والدین میں اپنی اولاد کے معاملے میں دو طرح کی انتہائیں دیکھی گئی ہیں۔ ایک تو یہ کہ والدین اپنے بچوں کو بہت زیادہ لاڈ پیار میں رکھتے ہیں اتنا کہ بچے ہاتھوں سے نکل جاتے ہیں، اور یا پھر اتنی سختیاں کرتے ہیں کہ بچے اپنا اعتماد کھو دیتے اور والدین سے دور ہو جاتے ہیں۔ اولاد کی تربیت میں میانہ روی بہت ضروری ہے۔ ہم سمجھتے ہیں کہ ہم اپنی اولاد کو دنیا جہاں کی آسائشیں دے دیں، اچھے کپڑے پہنا دیں، اعلیٰ اسکول میں پڑھا دیں یہ کافی ہے اور ہم نے اس طرح ان کا حق ادا کر دیا۔ لیکن حقیقت میں ایسا نہیں ہے اصل حق ان کا یہ ہے کہ ان کی اچھی تربیت کی جائے، اچھا انسان اور باعمل مسلمان بنایا جائے لیکن سوال یہ ہے کہ یہ کیسے ممکن ہے۔۔۔؟

آپ نے غور کیا ہے کہ ہم سب اس بات سے پریشان ہیں کہ بچے کہنا نہیں سنتے، پہلے کے بچوں میں جو فرماں برداری تھی وہ ذرا بھر بھی نظر نہیں آتی، ایسا کیوں ہے۔۔۔؟

پہلے لوگ اپنے بچوں کو جتنا وقت دیتے تھے اتنا نہ سہی لیکن پھر بھی وہ انہیں وقت دیتے ہی ہیں۔ لیکن پہلے بچوں کی جائز فرمائشیں بھی اس طرح پوری کی جاتی تھیں کہ انہیں اس کی قدر رہے، آج ان کے منہ سے جو نکلتا ہے اور وہ پورا ہو جاتا ہے۔ پہلے گھروں میں نکلنے اور رشتے داروں سے ملنے کا رواج تھا آج چاہے کوئی بھی چھٹی کا دن ہو کسی پارک یا ریسٹورنٹ نہیں تو شاپنگ مال کی نذر کرنا فیشن بن گیا ہے۔

اولاد کی خوشی اور ان کی بے جا فرمائشیں پوری کرنے کے لیے والدین جائز ناجائز طریقے سے مال کماتے ہیں، ان کی فرمائشیں غلط طریقے سے پوری کریں گے اور انہیں مشکوک رزق کھلائیں گے تو مسائل تو پیدا ہوں گے۔ بچے اگر گھروں میں ہوں تو ہم انہیں موبائل اور ٹی وی کی نذر کر دیتے ہیں کہ ہمیں ستائیں نہیں اور ہم اپنے کام بہ آسانی کر لیں۔ خود ان کے ساتھ کھیلنا، باتیں کرنا، ان کے مسائل سننا ہمیں مشکل لگنے لگا ہے۔ کیوں کہ ہمیں اپنی مصروفیات و دل چسپیاں زیادہ اہم لگتی ہیں۔ موبائل نے ہم سے ہمارا وقت چھین لیا ہے۔ خاص طور پر سوشل میڈیا ہمارے لیے زیادہ ضروری ہو گیا ہے بہ نسبت اس کے کہ ہم اپنے بچوں کو وقت دیں، انہیں اسلامی اور دیگر سبق آموز کہانیاں سنائیں، ان سے باتیں کریں، انہیں سکھائیں کہ وہ کیسے اچھے انسان اور مسلمان بن سکتے ہیں۔ بہ حیثیت ماں اولاد کی زیادہ تربیت کی ذمے داری خواتین پر عاید ہوتی ہے اسی لیے ہمیں اپنا محاسبہ کرنے کی ضرورت ہے کہ کیا ہم واقعی اپنی اولاد کو دائمی نقصان سے بچانے کے لیے اتنی جدوجہد کر رہے ہیں جتنی دنیاوی نقصان سے بچانے کے لیے کرتے ہیں؟

بچوں کے اگر امتحانات میں نمبر کم آئیں یا کسی مضمون میں کمزور ہو تو ہم کتنی تگ و دو کرتے ہیں، کیا یہ تگ و دو ہم اسے اچھا مسلمان بنانے کے لیے کرتے ہیں؟ بچوں کا دماغ سادہ تختی کی طرح ہوتا ہے جو ہم ابتداء میں سکھائیں گے وہ سیکھ لیں گے۔

چھوٹی نیکی بڑا اجر

حاجی محمد حنیف طیب

اسلام دنیا کا واحد دین ہے جو حقوق العباد اور حقوق اللہ پر بالخصوص زور دیتا ہے اور انسان کی عزت نفس کا خیال کرتا اور دوسروں کو اس کی تعظیم کا حکم دیتا ہے۔ دین اسلام میں حسنات کو قرب الٰہی کا ذریعہ بتایا گیا ہے۔ صوم و صلوٰۃ، زکوٰۃ و حج کے علاوہ بھی بے شمار طریقِ حسنات بیان کیے گئے ہیں جس کی ادائی سے بندہ اپنے رب سے قریب اور محبوب خدا ﷺ کی نگاہ میں محبوب ہو جاتا ہے۔

حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا، مفہوم:

کسی کے لیے مسکرا دینا بھی صدقہ ہے۔

راستے سے کانٹا ہٹا دینا بھی صدقہ ہے۔

بھوکے کو کھانا کھلا دینا اور لباس سے محروم کو کپڑے پہنا دینا بھی صدقہ ہے۔ کسی یتیم، غریب، مسکین، فقیر کے سر پر دست شفقت رکھ دینا بھی صدقہ ہے۔

بھٹکے ہوئے مسافر کو راستہ بتا دینا اور اندھیری رات میں چراغ جلا دینا بھی صدقہ ہے۔

پیاسے کو پانی پلا دینا بھی صدقہ ہے۔ یہ وہ چھوٹی چھوٹی نیکیاں ہیں جو دیکھنے میں تو کوئی حقیقت و زیادہ وقعت نہیں رکھتیں یہ تو چلتے پھرتے ہر شخص کر سکتا ہے، لیکن دراصل اسلام میں چھوٹی چھوٹی باتوں کو بالخصوص چھوٹی نیکیوں کو بڑی اہمیت دی گئی ہے اور ان چھوٹی نیکیوں کا اجر بہت بڑا ہے، اگر اس بات کو سمجھا جائے تو رب تعالیٰ کی نظر میں عمل و نیت کی جو اہمیت ہے اس کے پیش نظر یہ چھوٹی نیکی ہمارے اعمال کو وزنی اور اس قدر بھاری کر سکتی ہے کہ روزِ محشر ہمیں شرمندگی نہیں ہونے دے گی۔ کیوں کہ ان کے عمل کا حکم محبوب خدا ﷺ نے نا صرف دیا ہے، بل کہ آپ ﷺ نے ان پر عمل کر کے دکھایا بھی ہے۔

اسلام کسی بھی شخص کو دکھ، تکلیف، دھوکا یا فریب دینے کی قطعی اجازت نہیں دیتا، بل کہ وہ تو ہر ایک کے ساتھ حسن اخلاق سے پیش آنے کا حکم دیتا ہے اور یہی حسن اخلاق تھا کہ آج دنیا مسلمانوں سے بھری ہوئی ہے۔ حسن عمل اور حسن اخلاق قرب رب کریم کا پہلا زینہ ہے۔ قرآن کریم و احادیث مبارکہ ان دونوں معاملات کو نہایت شرح و بسط کے ساتھ بیان کرتے ہیں۔

نیکی کیا ہے۔۔۔؟

یہ انسان کے دل کی آواز ہے۔ اگر ایک شخص یہ طے کرتا ہے کہ وہ اپنی ذات سے کسی کو نقصان نہیں پہنچائے گا، کسی پر جبر و ظلم کے پہاڑ نہیں توڑے گا، ہر ایک کے کام آئے گا اور فرمان نبوی ﷺ کی روشنی میں اپنی نیکیاں بڑھانے کے لیے ان چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کرے گا، تو یہ دنیا امن کا گہوارہ بن جائے گی۔

حضور نبی کریم ﷺ کے فرمان گرامی کا مفہوم ہے کہ مومن وہ ہے کہ اس کے ہاتھ اور اس کی زبان سے دوسرا محفوظ رہے۔ یہ حدیث ہماری زندگی کا نچوڑ ہے۔ بات صرف اتنی سی ہے کہ پہل کون کرے؟ سوال یہ ہے کہ مسلمان جب ایمان رکھتا ہے تو اسے اس بات پر کلی یقین ہونا چاہیے کہ جو اجر اس پر پہلے عمل کرنے والے کو ملے گا تو وہی اجر آخر والے کو بھی ملے گا، لہٰذا بلا تاخیر و انتظار خود ہی اس پر عمل پیرا ہو جانا چاہیے کہ ہر ایک کو اپنا نامۂ اعمال بھرنا ہے۔

The Urdu Daily
WATTAN
روزنامہ وطن سرینگر

باقیات

101

اپ گریڈ کرنے اور اس کے آپریشنل بوجھ کو کم کرنے کے ذریعے سکول کی حمایت کرنے کے لیے اپنی حکومت کے عزم کا اعادہ کیا۔ ایک سوال کے جواب میں وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے کہا کہ ہمیں ایک بڑی لڑائی لڑنی ہے اور وہ ہے کہ جموں کشمیر کا ریاستی درجہ بحال ہو۔ عمر عبداللہ نے کہا" وزیر اعظم نریندر مودی نے لوک سبھا اور اسمبلی الیکشن کے دوران جموں کشمیر کے عوام سے ایک وعدہ کیا تھا یہ ہے کہ جموں کشمیر کا ریاستی درجہ بحال کیا جائے۔" انہوں نے کہا ہم پر امید ہے کہ جو عوام سے وعدہ کیا گیا ہے اس کو عملی جامع پہنا یا جائے گا۔ عمر عبداللہ نے کہا کہ دونوں انتخابات میں لوگوں نے بڑھ چڑھ کر حصہ لیا اور کسی سے بھی شکایت نہیں آئی کہ لوگوں کو زبردستی گھروں سے نکالا گیا۔ انہوں نے کہا کہ وزیر اعظم اور وزیر داخلہ مہاراشٹرا اور جھارکھنڈ میں انتخابات کے ساتھ مصروف تھے اور اب ان سے اس بارے میں بات کی جائے گی۔ ایک اور سوال کے جواب میں انہوں نے کہا کہ اس ملک میں ہر کسی مذہب کو رہنے کا حق ہے۔ لیکن ایک سوچی سمجھی سازش کے تحت ہمارے درگاہوں اور مساجد کو نشانہ بنانے کی کوشش کی جارہی ہے اور کہا کہ ہم چاہتے ہیں کہ ہمیں نشانہ نہ بنایا اور ہمیں تشدد کا شکار نہ بنایا جائے۔ ہمارے آئین میں سیکولر نامی لفظ ہے جب تک ہے اسکو سیکولر رکھیں اور اگر نہیں رکھنا ہے تو اس کو پارلیمنٹ سے نکالیں۔

102

پیشگوئی کرتے ہوئے کہا کہ 8 سے 10 دسمبر تک موسم ابر آلود رہے گا۔ اسی دوران جموں میں بھی شدید سردی کی لہر جاری ہے۔ سی این آئی کے مطابق وادی کشمیر اور صوبائی علاقے لیہہ اور کرگل میں چلہ کلان سے قبل ہی 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 رات کے دوران مطلع صاف رہنے اور دن میں کھلی دھوپ نکلنے کے باعث وادی کشمیر میں سردی کی لہر جاری ہے جبکہ آنے والوں دنوں میں شبانہ سردیوں میں مزید اضافہ ہوسکتا ہے۔ 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۔ محکمہ موسمیات کے مطابق وادی کشمیر اور لداخ میں شدید سردی کی لہر جاری ہے جس کے چلتے ایک مرتبہ پھر سرینگر میں موسم کی سرد ترین رات درج ہوئی۔ محکمہ موسمیات کے مطابق جموں وکشمیر میں پارہ گرنے کا رجحان جاری ہے۔ سرینگر میں رات کا درجہ حرارت منفی 5.5 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ ہوا ہے جبکہ اسی طرح سے مشہور سیاحتی مقام پہلگام میں شبانہ درجہ حرارت منفی 3.5 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا جہاں گذشتہ شب کا درجہ حرارت منفی 8.4 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ ہوا تھا۔ سرحدی ضلع کپواڑہ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی 5.2 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا جہاں گذشتہ شب کا درجہ حرارت منفی 3.1 ڈگری سینٹی گریڈ اور قاضی گنڈ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی 7.2 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا محکمہ موسمیات نے بتایا کہ شوپیان وادی کشمیر میں سرد ترین علاقہ درج ہوا جہاں رات کا درجہ حرارت منفی 5 . 5 ڈگری سیلسیس ریکارڈ کیا گیا جبکہ لداخ کے لیہہ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی 6.9 ڈگری سینٹی گریڈ درج ہوا۔ محکمہ موسمیات نے کہا کہ 8 دسمبر تک موسم جزوی طور پر ابر آلود رہنے کی توقع ہے۔ انہوں نے کہا کہ 9 سے 10 دسمبر تک موسم جزوی طور پر ابر آلود رہنے کی توقع ہے۔ ادھر شہر سرینگر سمیت وادی بھر میں سخت ترین ٹھنڈ جاری رہی

اور دن کے وقت بھی لوگوں کو آنے جانے میں سخت پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑا جبکہ رات کے وقت سردی کی شدت میں اضافہ ہونے کے بعد لوگ اضافی بستر ے، کمبل، گرم ملبوسات اور روم ہیٹر و واٹر بوتل جیسی چیزیں خریدنے پر مجبور ہو رہے ہیں اور متعلقہ دکاندار لوگوں کی مجبوری یا ضرورت کا خوب فائدہ اٹھا رہے ہیں اور انہوں نے یکایک ان سبھی چیزوں کی قیمتوں میں من مانے طور اضافہ کر دیا ہے۔

103

ملزم سے پولیس اسٹیشن بجبہاڑہ کے سیکشن 8/21 این ڈی پی ایس ایکٹ کے تحت مقدمہ ایف آئی آر نمبر 36/2024 کے سلسلے میں دو گاڑیاں ضبط کی ہیں۔ منشیات کی اسمگلنگ کے ذریعے غیر قانونی طریقوں سے حاصل کی گئی گاڑیوں کی ضبطی 68 این ڈی پی ایس ایکٹ کے دفعات کے تحت کی گئی ہے۔ جموں وکشمیر پولیس منشیات کی لعنت کو ختم کرنے اور منشیات کی اسمگلنگ کو سپورٹ کرنے والے انفراسٹرکچر کو ختم کرنے کے اپنے عزم کا اعادہ کرتی ہے۔ ادھر منشیات کی اسمگلنگ کے خلاف ایک بڑے کریک ڈاؤن میں، اننت ناگ پولیس نے نوشہرہ کراسنگ پر ایک ناکہ (چیک پوائنٹ) آپریشن کے دوران ایک بدنام زمانہ منشیات فروش کو گرفتار کیا۔ ملزم کی شناخت محمد امین زرگر ساکن سرہامہ کے طور پر ہوئی ہے۔ اس کے قبضے سے تقریباً 2.9 کلوگرام بھنگ برآمد ہوئی۔ یہ گرفتاری سری گفوارہ پولیس ٹیم نے کی ہے۔ پولیس اسٹیشن سری گفوارہ میں ایف آئی آر نمبر 97/2024 کے تحت این ڈی پی ایس ایکٹ کی متعلقہ دفعات کے تحت مقدمہ درج کیا گیا ہے۔ تفتیش جاری ہے، مزید قانونی کارروائی کی جائے گی۔ اننت ناگ پولیس منشیات کے استعمال کی لعنت سے نمٹنے کیلئے پرعزم ہے اور معاشرے سے اس خطرے کو ختم کرنے کے لیے کمیونٹی سے ہاتھ ملانے کی اپیل کرتی ہے۔

104

والی حکومت کے پاس اختیارات نہیں ہیں۔ انہوں نے کہا کہ اس حکومت کے پاس اختیارات کی وجہ سے ملازمین کو معطل کیا گیا ہے۔ انہوں نے یہ بھی یقین دلایا کہ حکومت گڈ گورننس کو یقینی بنائے گی۔ انہوں نے کہا" ہم ملازمین کے خلاف نہیں ہیں۔ وزراء اور سرکاری ملازمین ہمارے لیے برابر ہیں، لیکن ہم چاہتے ہیں کہ ان کا احتساب ہو اور لوگوں کو ان کے حقوق ملیں۔"

105

کارروں نے صوتی گنڈ واقعے کے بعد ایکس پر ایک پوسٹ میں لکھا ہے کہ فوجی جوان پر حملے کے بعد فوج اور پولیس نے علاقے کو محاصرے میں لیکر تلاشی آپریشن شروع کی ہے۔ شام دیر گئے تک کسی کے گرفتاری کے حوالے سے کوئی اطلاع موصول نہیں ہوئی۔ ادھر جموں وکشمیر کے پونچھ ضلع میں لائن آف کنٹرول (ایل او سی) کے قریب مشتبہ نقل وحرکت دیکھنے کے بعد فوج کے گھات لگائے ہوئے ایک پارٹی نے فائرنگ کردی، حکام نے جمعرات کو بتایا۔ دراندازی کے ممکنہ راستوں پر گھات لگا کر ڈیوٹی پر مامور فوجیوں نے بدھ کی رات دیر گئے گلپور راکاوں کے قریب مشتبہ نقل وحرکت دیکھی اور چند راؤنڈ فائرنگ کی۔ عہدیداروں نے بتایا کہ اس کے ساتھ ہی مشتبہ مقام کے گرد گھیرا مزید مضبوط کیا گیا ہے۔ حکام کے مطابق جمعرات کو پہلی روشنی میں سرچ آپریشن شروع کیا گیا تھا اور آخری اطلاعات موصول ہونے تک یہ جاری تھا۔

106

گیا تھا اور آخری اطلاعات موصول ہونے تک یہ جاری تھا۔ ایک سینئر عہدیدار نے بتایا کہ علاقے میں مشکوک نقل وحرکت دیکھنے کے بعد وہاں تعینات فوج کی گشتی پارٹی نے فائرنگ کی۔

انہوں نے کہا کہ اس کے ساتھ ہی علاقے میں تلاشی آپریشن شروع کر دیا گیا ہے۔

107

ادارے کے خلاف احتساب اور کارروائی کو یقینی بنائے گی"۔ انہوں نے کہا کہ اگر کوئی پرائیویٹ سکول فیس ریگولیشن کے حوالے سے حکومتی اصولوں کی خلاف ورزی کر رہا ہے تو اس ادارے کے خلاف سخت کارروائی کی جائے گی۔ انہوں نے مزید کہا کہ تعلیمی سیشن کو تبدیل کر دیا ہے اور وہ چاہتے ہیں کہ نیا تعلیمی سیشن جلد شروع ہوتا کہ موسم سرما کی تعطیلات کا جلد سے جلد اعلان کیا جائے۔

108

گیجٹ کے استعمال کو کم از کم تین دن تک محدود کیا جائے، یہ حکمت عملی آلات پر انحصار کو کم کرنے اور زیادہ پیداواری سرگرمیوں کی حوصلہ افزائی کے لیے خیال کیا جاتا ہے۔ ممبر نے والدین کی شمولیت کی اہمیت پر بھی زور دیا، تجویز پیش کی کہ اس دوران والدین اپنے بچوں کو بامعنی سرگرمیوں میں شامل کریں۔ این ایس ڈی سی کمیٹی کے ایک اور رکن نے اسکولوں میں ڈیجیٹل تعلیم کے بڑھتے ہوئے کردار پر روشنی ڈالی، جہاں اسباق کے لیے موبائل فون اور لیپ ٹاپ کا زیادہ استعمال ہو رہا ہے۔ اس بات کو تسلیم کرتے ہوئے کہ ٹیکنالوجی جدید تعلیم کے لیے ایک لازمی ذریعہ ہے، اس نے والدین پر زور دیا کہ وہ اپنے بچوں کے ڈیجیٹل آلات کے استعمال کی نگرانی کریں تاکہ یہ یقینی بنایا جاسکے کہ وہ ضرورت سے زیادہ تفریح کی بجائے تعلیمی مقاصد کے لیے استعمال ہو رہے ہیں۔ اس نے بچوں کو آن لائن حفاظت اور انٹرنیٹ کے ممکنہ خطرات کے بارے میں تعلیم دینے کی بھی سفارش کی۔ کمیٹی کے ارکان نے اس بات پر بھی زور دیا کہ والدین کو اپنے بچوں کے سامنے غیر ضروری طور پر فون استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے کیونکہ بچے بالغوں کے رویے کی نقل کرتے ہیں۔ انہوں نے بچوں کو تخلیقی اور تعلیمی ایپس فراہم کر کے اسکرین ٹائم کو محدود کرنے کا مشورہ دیا، جیسا کہ شطرنج کے کھیل، فکری نشوونما کو بڑھانے کے ساتھ ساتھ ٹیکنالوجی کے ساتھ تعامل کی اجازت دیتے ہیں۔ کور کمیٹی کے ایک رکن نے بچوں کو اسکرین پر کم وقت دینے کی حمایت کا اظہار کیا لیکن انہیں ٹیکنالوجی کو ذمہ داری سے استعمال کرنے کا طریقہ سکھانے کی اہمیت پر زور دیا۔ انہوں نے ایک منظم ٹائم ٹیبل بنانے کی سفارش کی کہ بچے اپنے آلات کب اور کیسے استعمال کر سکتے ہیں، اس بات کو یقینی بناتے ہوئے کہ ٹیکنالوجی کسی خلفشار کی بجائے تعلیم کے لیے ایک آلے کے طور پر کام کرے۔

109

پولیس اور ریجنل ٹرانسپورٹ آفس کشمیر کے تعاون سے خصوصی لوک عدالتوں کا انعقاد کر رہا ہے۔ اس خصوصی پروگرام میں تمام سیشنز کا مقصد زیر التواء ٹریفک چالانوں کو مؤثر طریقے سے حل کرنا ہے۔ حکام کے مطابق لوک عدالت کے سیشن ڈسٹرکٹ کورٹ کمپلیکس مومن آباد، سرینگر میں 5 دسمبر کو دوپہر 2 بجے سے شام 4 بجکر 15 منٹ تک اور 14 دسمبر کو صبح 10 بجکر 30 منٹ سے شام 4 بجکر 30 منٹ تک ہونگے۔ اس دوران 30 جون 2024 تک زیر التواء ٹریفک چالان رکھنے والے موٹر سائیکلوں اور ڈرائیوروں سے اپیل کی جاتی ہے کہ وہ اپنے مقدمات کے حل کے لیے ان سیشنز میں شرکت کریں۔ انہوں نے کہا کہ یہ اقدام زیر التواء ٹریفک چالانوں کو بغیر کسی پریشانی کے نمٹانے کا موقع فراہم کرتا ہے۔ پروگرام کی ایک اہم خصوصیت یہ ہے کہ ان سیشنوں کے دوران حل کیے گئے ورچوئل چالان کو فوری طور پر ناعدہ پورٹل سے ہٹا دیا جائے گا، جس سے ٹریفک پولیس آفس سے مزید کلیئرنس کی ضرورت نہیں رہے گی۔ سینئر سپرنٹنڈنٹ آف پولیس (ٹریفک رورل) روہیندر پال سنگھ اس اقدام کی سربراہی کر رہے ہیں، جو قانونی عمل کو ہموار کرنے اور شہریوں کے ساتھ ساتھ نافذ کرنے والی ایجنسیوں پر بوجھ کو کم کرنے کے عزم کی عکاسی کرتا ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ شہریوں کو ترغیب دی جاتی ہے کہ وہ ٹریفک پولیس آفس یا ڈسٹرکٹ لیگل سروسز اتھارٹی سے رابطہ کریں۔

110

یا محکموں کو وقتاً فوقتاً خالی آسامیوں کو مقررہ وقت میں پر کرنے کی ہدایت دی گئی ہے۔ وزیر موصوف ایک سوال کا جواب دے رہے تھے جس میں تمام مرکزی حکومت کی وزارتوں اور محکموں میں آج تک محکمہ کے لحاظ سے خالی آسامیوں کی کل تعداد کی تفصیلات مانگ رہے تھے۔ انہوں نے کہا "مختلف وزارتوں/محکموں میں خالی آسامیوں کا ہونا اور بھرنا ایک مسلسل عمل ہے۔ اسامیوں کی تفصیلات متعلقہ وزارت/محکمہ کے ذریعہ برقرار رکھی جاتی ہیں۔" ایک اور سوال کے جواب میں، انہوں نے کہا کہ سرکاری محکموں میں کنٹریکٹ پر تقرریاں انفرادی وزارتوں/محکموں کی طرف سے حکم سے ان کی ضروریات کے مطابق، جنرل فنانشل رولز، 2017 کی دفعات کے مطابق کی جاتی ہیں۔ انہوں نے کہا" 22 اکتوبر 2022 کو وزیر اعظم کے ذریعہ شروع کیے گئے روزگار میلوں میں، مشن موڈ میں خالی آسامیوں کو پُر کیا گیا ہے۔ مختلف ریاستوں/مرکز کے زیر انتظام علاقوں کے 40 سے 45 شہروں میں مرکزی سطح پر 13 روزگار میلے منعقد کیے گئے ہیں"۔ روزگار میلوں کے دوران حوالے کیے گئے مرکزی حکومت سے متعلق بھرتی کے خطوط کی تعداد کی تفصیلات طلب کرنے والے ایک سوال کے الگ جواب میں، انہوں نے کہا کہ" روزگار میلوں کے دوران کئی لاکھ تقرری خطوط جاری کیے گئے ہیں۔" انہوں نے کہا کہ روزگار میلے کے ایک حصے کے طور پر، مرکزی حکومت کی وزارتوں اور مرکزی حکومت کی مختلف تنظیموں میں خالی آسامیوں کو مشن موڈ میں پُر کیا جا رہا ہے۔

111

اور بگھورا ونڈ برآمد کر لئے گئے۔ انہوں نے کہا کہ گرفتار افراد کی شناخت منظور احمد بٹ ولد عبدالرشید بٹ ساکن پچھرو اور الطاف احمد لون ولد عبدالاحد لون ساکن تیسان کی پورہ تاورہ کے طور پر کی گئی ہے۔ پولیس کے ایک سینئر آفیسر نے اس کی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ معاملے کی نسبت کیس درج کر کے تحقیقات شروع کر دی گئی ہے۔

112

املاک کو قرق کرکے سخت کارروائی کی ہے۔ وشیرنا کے رہائشی دہشت گرد عثمان شفیع ڈار ولد محمد شفیع ڈار کے نام پر ایک رہائشی مکان گاؤں وشیرنا میں واقع 04 مرلہ (خسرہ نمبر 14) اراضی پر اور دوسرا رہائشی مکان عبدالمجید کوکا کے نام پر رجسٹرڈ ہے۔ دہشت گردی کا ساتھی سجاد احمد کھاہ ساکن مبلیو رہ 07 مرلہ زمین پر (خسرہ نمبر 1347/منٹ) گاؤں مبلیورا میں واقع، دونوں جائیدادوں کی مالیت۔ 50 لاکھ متعلقہ اندراجات ریونیو حکام کے ذریعہ ریونیو ریکارڈ میں کی گئی ہیں اور منسلک جائیدادوں کی فروخت اور منتقلی کا نوٹس (UALP) ایکٹ کی دفعات کے تحت دیا گیا ہے۔ منسلک تھانہ زینہ پورہ کے کیس ایف آئی آر نمبر 94/2024 سے منسلک ہے اور اسے قانونی پروٹوکول کی مکمل تعمیل کو یقینی بناتے ہوئے ایک باقاعدہ تشکیل شدہ پولیس ٹیم اور ایگزیکٹو مجسٹریٹ کی موجودگی میں قرق کیا گیا۔ یہ کارروائی خطے میں غیر قانونی اور تخریبی سرگرمیوں کی جاری تحقیقات میں ایک اہم سنگ میل کی نمائندگی کرتی ہے۔

113

دیگر دال کی فصلیں بہت پیدا کی جاتی تھی لیکن خشک سالی کی وجہ سے امسال راجماش کی کاشت قریب قریب 90 فیصدی کم پیدا ہوئی ہے جس کی وجہ سے کاشتکاروں کو شدید نقصان پہنچا ہے۔

114

اور علمائے کرام نے شرکت کی۔ سی این آئی کے مطابق پارٹی صدر ڈاکٹر فاروق عبداللہ اور نائب صدر و وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے صبح 11 بجے مزار قائد پر آکر فاتحہ خوانی اور گلباری انجام دی۔ اس کے بعد مرحوم کے مرقد پر اجتماعی فاتحہ خوانی ادا کی گئی جس میں دونوں قائدین کے علاوہ معاون جنرل سکریٹری ڈاکٹر شیخ مصطفی کمال، عبدالرحیم راتھر، شیخ کارپصر اسلم وانی، وزیر سکینہ ایتو، جاوید احمد ڈار، [illegible]، ترجمان اعلیٰ تنویر صادق، چودھری محمد رمضان، شریف الدین شارق، ایڈوکیٹ شوکت احمد میر، مبارک گل، نذیر احمد خان گریزی، ڈاکٹر بشیر احمد ویری، الطاف کلو، مشتاق گورو، مدثر شاہ میری، پیر آفاق احمد، شمیمہ فردوس، عبدالمجید لارمی، علی محمد ڈار، غلام محی الدین میر، سلمان علی ساگر، سیدہ تقیر، شوکت حسین گنائی، ڈاکٹر سجاد شفیع، سیف الدین بٹ، ہلال اکبر لون، ریاض بیدار، ارشاد رسول کار، ایڈوکیٹ ریاض احمد خان، ڈاکٹر محمد شفیع، پیرزادہ فیروز، جگدیش سنگھ آزاد، بشارت جان، امیت کول، شیخ اویس، میر غلام رسول ناز، شیخ محمد رفیع، انجینئر صبیہ قادری، ایڈوکیٹ نیلوفر مسعود، یونس مبارک گل، ناصر لون، ڈاکٹر سعید کے علاوہ عہدیداران، ضلع اور بلاک صدور نے فاتحہ خوانی اور گلباری میں شرکت کی جبکہ یوتھ اور خواتین ونگ کے لیڈران بھی موجود تھے۔

از نیابت سرکل صورہ تحصیل عیدگاہ سرینگر
عنوان: درخواست منجانب ادریس بیگم دختر مرحوم غلام محمد وانی ساکنہ احمد نگر شیر کمن اجرائی ڈپنڈنٹ سرٹیفکیٹ بحق وارثان متوفی

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا میں ڈپنڈنٹ سرٹیفکیٹ زیر کارروائی ہے۔ اس نسبت اول رپورٹ پٹواری طلب کیا گیا۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	کیفیت
ڈاکٹر ساگر حسین	۵۳	پسر	پرائیوٹ کام	شادی شدہ
نور العین عشرت پیرزادہ	۵۴	پسر	تجارت	....
بلقیس ظفر	۵۴	دختر	سرکاری ملازمہ	....
ادریس بیگم	۵۶	---	آنگن واڑی ہیلپر	بیوہ
نفیسہ ظفر	۵۵	---	سرکاری ملازمہ	شادی شدہ
شگفتہ	۴۸	---	گھریلو کام	....

اس طرح متوفی کا کنبہ ۶ افراد پر مشتمل ہے۔ مطابق رپورٹ پٹواری ادریس بیگم بحیثیت آنگن واڑی ہیلپر تعینات ہے مگر باپ کے فوت ہونے تک انکی آمدنی پر انحصار کرتی تھی۔ سائلہ چونکہ بیوہ معلوم ہوئی تو اس وقت میکے میں ہی زندگی بسر کرتی ہے۔ اس بارے میں ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار صورہ

از نیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب مسماۃ شاہینہ اختر زوجہ مرحوم اعجاز حسین میر ساکنہ موضع ڈانگر پورہ (مالمو) تحصیل پٹن بارہمولہ نسبت dependent سرٹیفکیٹ بحق خود بمراد ایس آر او ۴۳

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں سائلہ مذکورہ نے ایک درخواست نسبت اجرائی سرٹیفکیٹ دفتر ہذا میں پیش کی ہے۔ جس کے نسبت پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کی گئی ہے جس سے عیاں ہے سائلہ مسماۃ شاہینہ اختر زوجہ مرحوم اعجاز حسین میر اپنے فرزندان کے ہمراہ موضع ڈانگر پورہ (مالمو) پٹن میں مسلسل طور رہائش پذیر ہے۔ سائلہ مذکورہ کا شوہر مسمی اعجاز حسین میر پسر محمد اکبر میر محکمہ پولیس میں کام کررہا تھا اور دوران سروس ہی مورخہ 05/11/2024 کو فوت ہوچکا ہے جسکے نسبت سائلہ مذکورہ dependent سرٹیفکیٹ بمراد SRO -43 حاصل کرنے کی خواہاں ہے نیز متوفی اعجاز حسین میر مذکور کے ڈپنڈنٹ بذیل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	ساکنہ
شاہینہ اختر زوجہ مرحوم اعجاز حسین میر	۳۱	زوجہ متوفی	گھریلو کام	ڈانگر پورہ (مالمو)
شاہد حسین میر پسر۔۔	۷	پسر	زیر تعلیم	
زینب جان دختر۔۔۔	۵	دختر	...	

اس کے علاوہ اور کوئی Dependent نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائلہ پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک 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 گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب ہلال احمد حجام پسر غلام نبی حجام ساکنہ نولوری تحصیل پٹن نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق پسر خود عاطف ہلال

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق بیانات نمبردار وچوکیدار علاقہ سائل مذکور موضع نولوری پٹن میں ہی مسلسل طور پر رہائش پذیر ہے۔ سائل مذکور کا پسر عاطف ہلال مورخہ 04/02/2016 کو پیدا ہوا ہے۔ اس نسبت سائل مذکور اپنے پسر کے حق میں یوم پیدائش DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار گوم احمد پورہ

M/S ELFA INTERNATIONAL

Office Address: ELFA International, House No: 397, Behind DAV School Jawahar Nagar, Srinagar
Contact: 0194-2310726

TENDER NOTICE

Sealed quotations are invited from registered suppliers/vendors/agencies for the supply of 100 number of Toolkits of Embroidery and crocheted goods per the specifications/details given below.

S.no	Items	Quantity
1	Stitching Machine (ISI approved, Foot operated Machine	1
2	Embroidery Rounds frame small, medium & large (8", 10", 12")	2
3	Tracing Paper Sheet	5
4	Embroidery Needles (4", 5", 6", 10")	4
5	Pencils HB & B	1
6	Powder for tracing - 250 gm	1
7	Steel Scale (1 ft. & 2 ft.)	2
8	Measuring tape(Tailor)	2
9	Scissor	1
10	Thread Trimmer	2
11	Seam Ripper	4
12	Finger Thimble	5

Further, the sealed quotations must reach our office within 10 days from the issuance of this notice.

Sd/ Vice-President
ELFA International

Ref No:JK/EI/127 Date: 05-12-2024

PUBLIC NOTICE

It is to inform General Public through the medium of this notice that I Mohammad Iqbal Dar S/o Gh. Rasool Dar R/o Gogoo, Budgam am applying for Change in name of Ownership of our Electricity Connection under Consumer ID 0202025003852.
As the Previous Owner Ab. Majid Sheikh has deceased as such I intend to register my name Mohammad Iqbal Dar as New Owner/Consumer of the existing Electricity Connection.
Any person having any objection shall approach the concerned authorities within 07 Days from the publication of this notice. No objection shall be entertained after 07 days from publication of this notice.

SKUAST-K'S KVK Budgam observes World Soil Day 2024

Expressing solidarity with global concerns on soil health, KVK Budgam observed World Soil Day 2024 on the theme, "Caring for soils: Measure, Monitor, Manage." The theme underscores the importance of accurate soil data and information in understanding soils characteristics and supporting informed decision-making on sustainable soil health management for food security. Dr. Bilal Ahmad Lone, Head and Professor KVK Budgam, gave theme lecture on soil's vital role in ensuring food security, supporting livelihoods, and promoting human well-being. Dr. ShaziaRamzan, Scientist Soil Science, briefed the audience about different scientific techniques to build a future where healthy soils and thriving ecosystems go hand in hand. Healthy soils play a key role in maintaining biodiversity, reducing erosion and pollution, improving water filtration, and building resilient and sustainable food systems. Soils also contribute significantly to climate action through carbon sequestration. Mr. Manzoor Ahmad, AEA, Soil Testing Laboratory informed the house about the soil testing facility for farmers at district level and urged them to get their farm soil samples to ascertain the soil health of their fields for subsequent improvisation. Nearly 60 farmers from Pallar, Budgam, attended the event who were provided 12 Quintals of organic inputs like vermicompost

Sher-e-Kashmir University of Agricultural Sciences & Technology of Kashmir (SKUAST-K)

OFFICE OF THE CONTROLLER OF EXAMINATIONS
Main Campus, Shalimar, Srinagar – 190025
0194-2463998coexam@skuastkashmir.ac.in

NOTICE

Subject:Declaration of result for the post/s of Cameraman.

The result of OMR based Written Examination& the Practical Test held for the post(s) of Cameraman,advertised vide University Advertisement Notice No. 08 of 2023 dated 13.07.2023, will be available on the University website https://www.skuastkashmir.ac.in from 9th December, 2024 (Monday) 11:00AM onwards.

Sd/-
Prof. (Dr.) K. N. Qaisar
Controller of Examinations

اتر ریلوے

ای۔ٹینڈر نوٹس

سینئر ڈویژنل انجینئر ۔ کوارڈ، فیروزپور کے ذریعہ صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے درج ذیل ای۔ٹینڈرس، آخری تاریخ 19.12.2024، تا 15.00 بجے تک www.ireps.gov.in پر طلب کی جاتی ہے۔ ٹینڈر دہندہ اپنی اصل/ترمیمی ٹینڈر بند ہونے کی تاریخ اور وقت تک پیش کر سکتے ہیں۔ مینوول ٹینڈر منظور نہیں کی جائے گی اور ایسی کسی بھی مینوول تجویز کو منظور نہیں کیا جائے گا۔ تفصیلی ٹینڈر فارم کی لاگت اور بیعانہ رقم کی ادائیگی صرف www.ireps.gov.in پورٹل پر دستیاب آن لائن ذرائع کے ذریعہ جیسے نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ، کریڈٹ کارڈ وغیرہ سے ادائیگی کر سکتے ہیں۔ ڈیمانڈ ڈرافٹ، بینکرس چیک، ایف ڈی آر، رسیدوں وغیرہ کے ذریعہ سے ادائیگی کی اجازت نہیں ہے۔

ٹینڈر کی قسم	ٹینڈر کیٹگری	بولی سسٹم
اوپن	کام	سنگل بولی سسٹم
ٹینڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ	بولی کی مستقل تاریخ	بولی بند ہونے کی تاریخ / وقت
27.11.2024	05.12.2024	19.12.2024 / 15:00 بجے

نمبر شمار	ٹینڈر نمبر / تاریخ	ٹینڈر کی تفصیل		
1.	238-2024-25 MCTM-DRM-FZR	ADEN/MCTM کے تحت JAT-MCTM سیکشن پر SSE/W/MCTM کے سیکشن میں فرش و حفاظتی کاموں وغیرہ سمیت پلوں اور سرنگوں کی جنرل مرمت اور دیکھ بھال۔		
	اشتہاری قیمت (روپے)	بیعانہ رقم (روپے)	آفری ویلیڈٹی	تکمیل کی مدت
	54,99,803.33	1,10,000.00	60 دن	06 مہینے
	مساوی قسم کا کام: "ٹریک کام کے علاوہ کوئی سول کام"۔			
2.	239-2024-25 MCTM-DRM-FZR	ADEN/MCTM کے BLA,SGRR,RMJK,MNVL, اسٹیشنوں پر پانی کی سپلائی کاموں میں سدھار اور ADEN/CRWL کے تحت MCTM اور MCTM میں ORH میں فرش، لکڑی کے کام، صفائی کام کی مختلف مرمت۔		
	اشتہاری قیمت (روپے)	بیعانہ رقم (روپے)	آفری ویلیڈٹی	تکمیل کی مدت
	79,99,600.40	1,60,000.00	60 دن	08 مہینے
	مساوی قسم کا کام: "ٹریک کام کے علاوہ کوئی سول کام"۔			

نوٹ: 1 ٹینڈر ڈالنے سے پہلے ٹینڈر دہندہ ٹینڈر کے تعلق میں جاری کیے گئے کسی بھی ضمیمہ کی جانچ کریں گے۔ 2. ہندی میں کسی بھی قانونی کیلئے انگریزی ورژن کا مشاہدہ کریں اور انگریزی ورژن ہی درست ہوں گے۔

نمبر: 238&239-2024-25-MCTM-DRM-FZR تاریخ: 29.11.2024 3698/2024

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

اتر ریلوے

ٹینڈر نوٹس نمبر میں پہلا تصحیح نامہ:

251 جے۔ الیکٹ۔ ٹی نمبر شمار سی۔03-02-01، الیکٹ / 25-2024 مورخہ 03-12-2024 کا پہلا تصحیح نامہ

ٹینڈر نمبر شمار: [251J-Elect/T. Notice No. C-01-02-03-Elect/2024-25]

251J-Elect-C-1-2024-25,

251J-Elect-C-2-2024-25

251J-Elect-C-3-2024-25

سینئر ڈویژنل الیکٹریکل انجینئر (ٹی آر) اتر ریلوے جموں توی نے مذکورہ ٹینڈرز طلب کئے ہیں۔ مورخہ 05-12-2024 کو سرکردہ اخبارات میں شائع ٹینڈر نوٹس 27-12-2024 کو کھولی جائے گی۔ مذکورہ ٹینڈروں کے کام کی مدت کو صحیح کر دیا گیا ہے اور اسے مندرجہ ذیل مطابق پڑھا جاسکتا ہے: کام کی مدت: 36 ماہ (چھتیس ماہ) دیگر شرائط اور ضوابط حسب سابق رہیں گی۔ 251-J-Elect/T.Notice No. C-01-02-03- Elect/2024-25 مورخہ 05-12-2024

3747/2024

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

OFFICE OF THE DISTRICT LEGAL SERVICES AUTHORITY SRINAGAR

DATE-:04-11-2024
PRESENT MS NUSRAT ALI HAKAK

IN THE CASE OF:
1 .JAN DILAVER BHAT S/O ABDUL KAREEM BHAR R/O CHANAPORA SRINAGAR

APPLICANT

VS
RAJ RATTAN RAINA S/O LATE SHAM LAL RAINA R/O VISHAL NAGAR TALAB TILLO JAMMU AT PRESENT SUPER TAX SOCIETY SECTOR 74 FALT NO. 901 TOWER 5C OPPOSITE MANDIR NOIDA UTTARPRADESH

IN THE MATTER OF SUBSTITUTE SERVICE THROUGH PUBLICATION ADVERTISEMENT
WHEREAS, APPLICANT BANK HAS FILED APPICATION BEFORE THIS AUTHORITY IN TERMS OF SECTION 12-A OF ACT AND COMMERCIAL COURTS
WHEREAS NOTICE WAS ISSUED AGAINST NON APPLICANT BUT SERVICES COULD NOT BE EFFECTIVE DUE TO INSUFFICENT/ INCOMPLENT ADDRESS
WHEREAS IT HAS BEEN SHOWN TO THE STIFATION OF THE UNDER SIGNED THAT SERVICE OF NON APPLICANT COULD BE EFFECTIVE IN ORDINARY MODE THEREFORE THE NON APPLICANT THROUGH THE MEDIUM OF THIS NOTICE ARE DIRECTED TO APPEAR IN PERSON OR THERE ATTORNEY BY OR BEFORE THE NEXT DATE OF HEARING THAT IS 19-012-2024.
127/PUB/DL SA/SGR/ 24
02-12-2024

SECRETARY) SUB JUDGE(
DISTRICT LEGAL SERVICE AUTHORITY SRINAGAR

BEFORE THE HON'BLE COURT OF ADDITIONAL DISTRICT JUDGE SOPORE

In the case of:
1. RAYEES AHMAD KANA
2. AJAZ AHMAD KANA
3. SAJAD AHMAD KAHA
4. ARIF AHMAD KAHA
ALL SONS OF MUSHTAQ KAHA ALL R/OS OF SHER COLONY SOPORE.

[CAVEATORS]

Versus
Public at Large

...Non-Caveator's

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

SKUAST-Kashmir (MRCFC-Khudwani) Concludes MSME-Sponsored Training Programs on Bioagents and Beekeeping

The Mountain Research Centre for Field Crops (MRCFC) at Khudwani, SKUAST-Kashmir, successfully concluded two seven-day training programs, sponsored by the Ministry of Micro, Small & Medium Enterprises (MSME), from November 26 to December 2. Held in the remote Larnoo area of Anantnag district, these programs were designed to harness and develop the entrepreneurial potential of rural youth in the Breng Block.

The inauguration of the programs was marked by the presence of esteemed dignitaries, including Prof. Najeeb-Ul-Rehman, Associate Director of Research; Chief Scientists from MRCFC Khudwani; the Principal and staff of Government Degree College Larnoo; TehsildarLarnoo; and the course directors.

The training programs titled, "On-Farm Production of Bioagents for Setting up Bio-Pesticide Units for Insect Pest Management in Different Cropping Systems" and "Brown Saron-Beekeeping Model as an Enterprise for Higher Economic Returns in Oilseed Growing Areas," aimed to equip 50 local participants with the technical expertise and entrepreneurial skills to establish their own agri-business ventures.

Throughout the training, participants demonstrated great enthusiasm and engagement with the instructors. Key topics included:

- The production and conservation of biocontrol agents to reduce reliance on chemical pesticides.
- Beekeeping for the sustainable harvesting of forest honey.
- Entrepreneurship opportunities related to local niche

In addition to theoretical knowledge, the programs provided valuable hands-on experience, with participants visiting established agri-businesses in the Kokernag Sub-district, where they observed successful models in practice. This initiative, a first of its kind in the region, has generated significant interest among the local youth and is expected to encouragethe growth of sustainable and profitable rural enterprises in the area.

سانس کے ذریعے ملیریا کی تشخیص کے تجربات میں حوصلہ افزا کامیابی

سانس کے ذریعے ملیریا کی تشخیص کے تجربات میں حوصلہ افزا کامیابی حاصل ہوئی ہے جس کے بعد امید ظاہر کی جارہی ہے کہ اس مرض کی جلد تشخیص ممکن ہوسکے گی۔ برطانوی میڈیا رپورٹ کے مطابق افریقہ میں سانس کے ذریعے ملیریا کی تشخیص کے آلے استعمال کیے جارہے ہیں اور یہ آلے فی الحال بچوں میں اس بیماری کا پتہ لگانے میں کافی بہتر کارکردگی دکھا رہے ہیں البتہ بڑے پیمانے پر ان کے استعمال سے قبل مزید بہتری درکار ہوگی۔ ماہرین نے ملیریا سے متاثرہ افراد کی سانس کی بُو کا ڈیٹا اکٹھا کیا ہے اور اس سے ایک ''printbreath'' تیار کیا ہے جسے ملیریا کی تشخیص کے لیے تیار کیے گئے آلے میں شامل کیا گیا ہے۔ یہ آلہ ملیریا کا پتہ چلانے کے لیے 6 مختلف بُوؤں کو پہچاننے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ ان میں ایک بُو وہ بھی ہے جو قدرتی طور پر صنوبر کے درخت میں ہوتی ہے اور ملیریا پھیلانے والے مچھر و دیگر کیڑے اس بُو کی جانب آتے ہیں۔ ماہرین کا خیال ہے کہ جب کوئی شخص ملیریا سے متاثر ہوتا ہے تو اس کے منہ میں بھی اسی طرح کی بُو پیدا ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے مچھر اس کی طرف اور زیادہ متوجہ ہوتے ہیں اور اس کے اردگرد موجود دیگر لوگوں کو بھی کاٹتے ہیں۔ محققین نے اس آلے کو افریقی ملک ملاوی میں 34 بچوں پر آزمایا جن میں سے بعض ملیریا کا شکار تھے اور بعض صحت مند تھے۔ آلے نے ان میں سے 29 بچوں کے حوالے سے بالکل درست نتائج دیے یعنی مرض کو پہچاننے کی شرح 83 فیصد رہی البتہ بڑے پیمانے پر استعمال سے قبل اس میں مزید بہتری کی گنجائش باقی ہے۔ خیال رہے کہ ملیریا کی تشخیص کے لیے خون کے ٹیسٹ کا طریقہ کار موجود ہے تاہم محققین کا کہنا ہے کہ سانس کے ذریعے مرض کی تشخیص زیادہ آسان اور سستا طریقہ ہے۔

نیند پوری نہ ہونے سے دماغ خود کو کھانا شروع کردیتا ہے

روم، اٹلی: نیند کی کمی سے نہ صرف روزمرہ کے معمولات متاثر ہوتے ہیں بلکہ اس سے دماغ کے اندر پیدا ہونے والے فاسد مادے اور دماغی تھکاوٹ بھی دور ہوجاتی ہے۔ لیکن نیند کی مسلسل کمی سے نیورون کم ہونے لگتے ہیں اور ان کے درمیان باہمی روابط بھی کمزور ہوجاتے ہیں اور بعد کی نیند بھی اس نقصان کا ازالہ نہیں کرپاتی۔ اس ضمن میں اٹلی میں مارشے پولی ٹیکنک یونیورسٹی کے پروفیسر مائیکل بیلیسے نے چوہوں پر بے خوابی اور مکمل نیند کے تجربات کیے ہیں اور اس کے بعد یہ نتیجہ اخذ کیا ہے۔ واضح رہے کہ دماغی خلیات یا نیورونز دو طرح کے ذیلی گلائیل خلیات سے مسلسل تازہ ہوتے رہتے ہیں جنہیں اعصابی نظام کا گوند بھی کہا جاتا ہے۔ مائیکروگلائیل خلیات دماغ سے ٹوٹے پھوٹے خلیات کو باہر نکالتے رہتے ہیں اور یہ عمل فیگوسائٹوسس کہلاتا ہے۔ نینداس ضمن میں اہم کردار ادا کرتی ہے اور دماغ سے فالتو مواد اور ٹوٹ پھوٹ کو دور کرتی رہتی ہے۔ لیکن نیند کی کمی سے دماغ متاثر ہوتا ہے اور یوں خود اپنے آپ کو نقصان پہنچانا شروع کردیتا ہے۔ ماہرین نے حیرت انگیز طور پر دیکھا کہ نیند کی کمی سے دماغی خلیات کے رابطے یا کنکشنز شدید متاثر ہونے لگے۔ اس شے کی مزید کھوج کیلیے انہوں نے چوہوں کے دماغ کے اسٹین لینے شروع کیے۔ ان چوہوں کو چار گروہوں میں بانٹا گیا: چھ سے آٹھ گھنٹے سونے والے چوہے، دوسرے گروہ کو اچانک بار بار نیند سے اٹھایا گیا، تیسرے گروپ کے چوہوں کو آٹھ گھنٹے تک نیند کے بجائے جگایا گیا اور جبکہ آخری گروہ کو مسلسل پانچ روز تک سونے نہیں دیا گیا یعنی ان میں نیند کی شدید کمی پیدا کی گئی۔ ان میں سے آٹھ گھنٹے جاگنے والے اور مسلسل پانچ روز نہ سونے والے دونوں طرح کے چوہوں میں ایک ایسی سرگرمی پیدا ہوئی جس میں مائیکروگلائیل نے رابطہ خلیات کو عین اسی طرح کھانا شروع کردیا جس طرح وہ نیند میں دماغ کے فاسد مواد کو تلف کرتے تھے اور ان میں یہ شرح 14 فیصد تک نوٹ کی گئی جو حیرت انگیز ہے۔ بری خبر یہ ہے کہ ماہرین نے کہا کہ اس طرح بہت سی بیماریوں کا راستہ کھل سکتا ہے جن میں اعصابی انحطاط اور الزائمر بھی شامل ہیں۔ یعنی نیند کی مسلسل کمی ہمیں الزائمر جیسے مرض کی جانب لے جاسکتی ہے۔ تاہم اب تک ہم حتمی طور پر نہیں کہہ سکتے ہیں انسانوں پر بھی یہی کچھ گزرتا ہے لیکن چوہوں پر ماضی میں کی گئی اہم تحقیق انسانوں پر ثابت ہوتی رہی ہیں اور ایک دن شاید ان کے درمیان کوئی مماثلت سامنے آسکتی ہے۔ اپنی نوعیت کی یہ اہم تحقیق جرنل آف نیوروسائنس میں شائع ہوئی ہے۔

اب زخموں کا علاج چینی سے بھی ممکن!

جسم پر خراش یا زخم ہونے کی صورت میں اینٹی بائیوٹک کی مدد لی جاتی ہے لیکن ایک نئی طبی تحقیق میں انکشاف ہوا ہے کہ زخم بھرنے کے لیے اینٹی بائیوٹک کی جگہ چینی کا بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ زمبابوے سے تعلق رکھنے والے محقق موسیس موراندو کے مطابق چینی سے جسم پر لگے زخم یا خراش کا علاج کیا جاسکتا ہے۔ موسیس موراندو اپنے بچپن میں والد کو کسی بھی زخم پر کوئی دوا لگانے کے بجائے چینی لگاتے ہوئے دیکھتے تھے جس سے وہ ایسے متاثر ہوئے کہ بڑے ہوکر اسی پر تحقیق شروع کردی۔ وہ اکثر ایسے تجربات کرتے تھے جس میں چینی کا استعمال کیا جاتا تھا اور پھر ایک دن انہوں نے غور کیا کہ کسی بھی چوٹ پر چینی لگانے سے اس کا زخم تیزی سے بھر جاتا ہے۔ بی بی سی فیوچر کی رپورٹ کے مطابق موسیس موراندو 1997 میں برطانیہ کے نیشنل ہیلتھ سسٹم میں نرسنگ کا کام کرنے پہنچے تو انہوں نے دیکھا کہ طبی میدان میں چینی سے کوئی افادیت حاصل نہیں کی جارہی جب کہ اسے بطور دوا استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ایک دن ایک مریض، جس کے گھٹنے پر چوٹ لگی تھی، ان کے پاس بھیجا گیا اور انہوں نے زخم پر پٹی کرتے ہوئے اس پر چینی ڈالی جس سے وہ دو ہفتوں میں ٹھیک ہوگیا۔ تحقیق کے مطابق زخم کی پٹی کو اگر گیلا رکھا جائے تو جلدی ٹھیک ہوتا ہے اور چونکہ چینی کے ذرات پٹی پر پگھلتے ہیں، لہٰذا زخم کی پٹی گیلی رہتی ہے۔

سر درد ہونے کی صورت میں لاپرواہی نہ کریں

سردرد کو روزمرہ زندگی کا حصہ سمجھا جاتا ہے اور اس کے علاج کے لیے دردکش ادویات پر ہی اکتفا کیا جاتا ہے لیکن کیا آپ جانتے ہیں کہ سر کے درد پر ہمیں کب تشویش ہونی چاہیے اور اسے کب سنجیدگی سے لینا ہے۔ اوورلیڈ پارک، کنساس کے ڈاکٹر مائیکل موگر کا کہنا ہے کہ تین ہفتوں کے دوران ہر ہفتے دو سے زائد مرتبہ سردرد کی صورت میں اسے سنجیدگی سے لینا چاہیے۔ تاہم اس کا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ متاثرہ شخص بہت زیادہ پریشان ہو اور یہ کسی طبی مسئلے کی جانب اشارہ ہو۔ ڈاکٹر موگر کا کہنا ہے کہ میڈیکل چیک اپ سے ڈاکٹرز کو سر درد کی تہہ تک پہنچنے میں مدد ملتی ہے۔ انہوں نے خبردار کیا کہ سر کے درد کو بدترین تکلیف سمجھا جاتا ہے جو بہت کم کیسز میں دماغ میں رسولی کی علامت ہوتا ہے۔ ڈاکٹر موگر کا کہنا ہے کہ لوگوں کو اس پر غیر ضروری ردعمل نہیں دینا چاہیے لیکن اسے نظر انداز بھی نہیں کرنا چاہیے۔ دوسری جانب بالٹی مور میں جان ہوپکنز میڈیسن کے ڈائریکٹر ہیڈک سینٹر نعمان طارق نے خبردار کیا ہے کہ مریض کو طویل عرصے تک دردکش ادویات نہیں لینی چاہئیں کیونکہ ان ادویات کا زیادہ استعمال سر درد سے زیادہ نقصان دہ ثابت ہوسکتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق دردکش ادویات کا زیادہ استعمال السر کا باعث بن سکتا ہے جب کہ یہ گردوں اور جگر کو بھی نقصان پہنچا سکتا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے اعداد و شمار کے مطابق دنیا کی نصف بالغ آبادی کو ذہنی تناؤ اور درد شقیقہ سمیت مختلف وجوہات کے باعث سال میں کم ازکم ایک بار ضرور سر درد ہوتا ہے۔

ریڑھ کی ہڈی کیلئے نقصان دہ ثابت ہونے والی روزمرہ کی حرکات

ریڑھ کی ہڈی انسانی جسم میں طاقت کی بنیاد ہوتی ہے اور اگر یہی بنیاد کسی مشکل سے دوچار ہوجائے تو خطرے کی علامت بن جاتی ہے۔ ماہرین صحت کے مطابق دن بھر میں کچھ ایسی حرکات ہوتی ہیں جس سے ریڑھ کی ہڈی شدید متاثر ہوتی ہے اور تکلیف کا باعث بن جاتی ہے، جن میں سگریٹ نوشی، جھک کر بیٹھنا، مسلسل ڈیسک ٹاپ کمپیوٹر پر کام کرنا وغیرہ شامل ہیں۔

سگریٹ نوشی:

سگریٹ نوشی مضر صحت ہے، اکثر لوگوں کا ماننا ہے کہ سگریٹ صرف پھیپھڑوں کو متاثر کرتی ہے لیکن محققین کے مطابق یہ ہڈیوں اور جوڑوں کو بھی کمزور کردیتی ہے۔ سگریٹ نوشی سے ریڑھ کی ہڈی کمزور ہونے لگتی ہے جو تندرست رہنے کے لیے انتہائی نقصان دہ ہے۔

جھک کر بیٹھنا:

جھک کر بیٹھنے سے کمر پر دباؤ پڑتا ہے، جس سے ریڑھ کی ہڈی میں درد محسوس ہونے لگتا ہے اور آہستہ آہستہ یہ بیماری کی شکل اختیار کرجاتی ہے، اس حوالے سے ایک امریکی یوگا انسٹرکٹر لورین ہیرٹ کا کہنا ہے کہ یوگا، ریڑھ کی ہڈی کے درد اور اسے مضبوط رکھنے کے لیے انتہائی موثر ہے کیونکہ یوگا کرتے وقت بالکل سیدھے طریقے سے بیٹھا جاتا ہے جس سے پٹھے کھنچتے ہیں اور آرام محسوس ہوتا ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ کوشش کرنی چاہیے کہ ہمیشہ کمر کو سیدھا رکھ کر بیٹھیں تاکہ کمر کے درد اور اندرونی تکالیف سے بچا جاسکے۔

وٹامن ڈی نہ لینا:

ہڈیوں کی نشوونما اور مضبوطی کے لیے وٹامن ڈی کی ضرورت ہوتی ہے جو دھوپ سے وافر مقدار میں ملتی ہے لیکن اکثر افراد اس پر زیادہ دھیان نہیں دیتے اور نتیجتاً وٹامن ڈی کی کمی کا شکار ہوجاتے ہیں۔

موبائل فون کا استعمال:

مسلسل موبائل فون پر گردن جھکائے رکھنے سے ریڑھ کی ہڈی کھنچاؤ کا شکار ہوتی ہے جس سے اس بات کے خدشات بڑھ جاتے ہیں کہ کہیں ہڈی کے مہروں میں فاصلہ نہ آجائے یا پھر یہ آہستہ آہستہ کمزور پڑنے لگ جاتی ہے، ایسی صورت میں موبائل کے مسلسل استعمال سے پرہیز کرنا بہتر ہے۔

کافی پینا:

کافی پینا جہاں صحت کے لیے مفید ہے وہیں اس کی زیادتی کیلشیئم کی کمی بھی پیدا کردیتی ہے جس سے ہڈیاں کمزور پڑنے لگ جاتی ہیں۔

ڈپریشن کی ادویہ سے دل کی دھڑکن میں خرابی کا امکان، تحقیق

نیو اورلینز: ڈپریشن کے علاج میں استعمال ہونے والی ادویہ دل کی دھڑکنوں میں بے ترتیبی اور دل کے عضلات کو کمزور کرنے کا باعث بن سکتی ہیں۔ نیو اورلینز میں 20 سے 23 مارچ کے دوران منعقد ہونے والی امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کی کانفرنس میں پیش کیے گئے ایک مقالے میں بتایا گیا ہے کہ افسردگی کے باعث دل کے عضلات کی حرکات بے ترتیب ہوجاتی ہیں جس کی وجہ سے دل کی دھڑکن کی رفتار پر اثر پڑتا ہے اور دل معمول کی کارکردگی بہتر طریقے سے انجام نہیں دے پاتا۔ دل کی دھڑکن کی اس بے ترتیبی اور رفتار میں پیدا ہونے والی خرابی کو Atrial Fibrillation کہا جاتا ہے۔ یونیورسٹی آف ساؤتھ کیلیفورنیا میں 6644 مریضوں پر ڈپریشن کے مرض اور اینٹی ڈپریسنٹ دواؤں کے دل کی دھڑکن سے تعلق کا 13 سال تک مطالعہ کیا گیا جس سے پتا چلا کہ ڈپریشن کے مرض میں مبتلا افراد اور ڈپریشن کی دوا استعمال کرنے والے مریضوں کے دل کی دھڑکنوں میں بے ترتیبی پیدا ہونے کے خطرات کی شرح میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ تحقیقی مقالے میں انتباہ کیا گیا ہے کہ ڈپریشن کی دوائیں عضلات پر اثر انداز ہوتی ہیں اور بلاتفریق دل کے پٹھوں میں موجود عضلاتی ریشوں کو بھی متاثر کرتی ہیں جس کی وجہ سے دل کے عضلات بوجھل ہوکر معمول کی حرکت نہیں کرپاتے۔ بالخصوص دل کے اوپری چیمبرز (ایٹریم) کے عضلات پر اثر انداز ہوتے ہیں جس سے دل کی دھڑکن بے قابو ہوجاتی ہے۔ بے ترتیب اور بے قابو دل کی دھڑکن سے خون درست طریقے سے پمپ نہیں ہو پاتا۔ تحقیقی مقالے میں ڈپریشن کے مریضوں کے علاج کے دوران ماہرین نفسیات کو دل کی دھڑکن کی بے ترتیبی پر نظر رکھنے کی تجویز دی گئی ہے اور اگر کسی ذہنی مریض میں ادویہ کے استعمال سے دل کی دھڑکن کی بے ترتیبی میں مبتلا ہوجائے تو ایسے شخص کو ماہر امراض قلب کو ریفر کیا جانا چاہیے۔ واضح رہے کہ اینٹی ڈپریسنٹ دواؤں کے بہت سے منفی اثرات پہلے بھی سامنے آچکے ہیں اور معلوم ہوچکا ہے کہ وہ لوگ جو ڈپریشن ختم کرنے والی دواؤں کا زیادہ استعمال کرتے ہیں، ان میں خودکشی کا رجحان بھی بڑھ جاتا ہے۔

بڑھتی عمر میں دماغ کے سیل کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں، نئی تحقیق

نئی تحقیق کے مطابق بڑھتی عمر میں دماغ کے سیل کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں جس کی وجہ سے بوڑھے افراد یادداشت کم ہونے کے ساتھ الزائمر اور پارکنسن جیسی بیماری کا شکار ہوجاتے ہیں۔ ماہرین نے نومولود سے لے کر اناسی سالہ افراد کے دماغ کے سیلز پر تحقیق کی۔ نتائج کے مطابق دماغ میں سیلز کا پاور اسٹیشن بوڑھے افراد میں بالکل مختلف پایا گیا، اس پاور اسٹیشن میں موجود توانائی فراہم کرنے والے جینز نے بڑھتی عمر کے ساتھ اپنا کام کرنا بند کردیا تھا، جس کی وجہ سے بوڑھے افراد کا دماغ کمزور ہوجاتا ہے۔ ماہرین کے مطابق بڑھتی عمر کا سب سے زیادہ اثر جسم کے کسی دوسرے حصے کے مقابلے میں دماغ پر ہوتا ہے۔

ناریل کا تیل بالوں اور جلد کیلئے انتہائی موثر

قدرتی طور پر ناریل میں بے شمار فوائد موجود ہیں۔ ناریل کا استعمال غذا کے طور پر کیا جائے یا پھر اس کا تیل استعمال کیا جائے، دونوں ہی انسانی صحت کے لیے انتہائی مفید ہیں۔ بالخصوص اگر ناریل کے تیل کی بات کی جائے تو یہ نا صرف بالوں کی خوبصورتی میں اضافہ کرتا ہے بلکہ جلد کو بھی نکھار بخشتا ہے۔ ماہرین کے مطابق ناریل کا تیل بطور ٹونر استعمال کیا جاسکتا ہے، جس سے خواتین باآسانی اپنا میک اپ صاف کرسکتی ہیں۔ ناریل کے تیل میں یہ خاصیت موجود ہوتی ہے کہ یہ جلد کو نرم و ملائم بناتا ہے اور جلد پر موجود میل کو کاٹتا ہے۔ موسم خزاں میں بالوں کی خوبصورتی کو برقرار رکھنے کے چند مفید نسخے ناریل کے تیل سے رات کو اگر ہلکا مساج کیا جائے تو جلد کی خشکی دور ہوجاتی ہے، ساتھ ہی روز بروز جلد کی چمک میں بھی اضافہ ہوجاتا ہے اور وہ پہلے سے زیادہ نکھری ہوئی لگتی ہے۔ اکثر جلد پر کوئی زخم یا کٹ لگ جائے یا پھر جلد جل جائے تو اس صورت میں ناریل کا تیل بے حد مفید ہے، جس کے فوری استعمال سے زخم کا نشان بھی دور ہوجاتا ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ ہفتے میں دو بار ناریل کا تیل بالوں پر لگانے سے ان کی چمک برقرار رہتی ہے اور بال تیزی سے لمبے ہوتے ہیں۔ اکثر بالوں پر ہیئر کلر لگوانے کی وجہ سے بال بے جان ہوجاتے ہیں، ناریل کا تیل اس مشکل کو بھی دور کرتا ہے اور اس کے استعمال سے بے جان بال جاندار اور مضبوط ہونے لگتے ہیں۔ اگر خواتین یا مرد حضرات بال گرنے کی مشکل سے دوچار ہوجائیں تو ایسے میں ماہرین مشورہ دیتے ہیں کہ انہیں ناریل کا تیل استعمال کرنا چاہیے۔

صاف پانی میں ہے صحت مند زندگی

پانی کے بغیر زندگی کا تصور ممکن نہیں۔ اگر پانی کی شکل میں اللہ تعالیٰ کا یہ عظیم احسان نہ ہوتا تو دنیا بے رونق ہوتی۔ سرسبز و شاداب ہرے بھرے کھیت ہوں یا رنگ و نکہت اور رونق، پانی کے بغیر ان کا وجود نہ ہوتا۔ ایک انسان کو کتنا پانی پینا چاہیے؟ اس کا دارومدار غذا، جسمانی سرگرمی، موسم، نمی، صحت اور جسم سے خارج ہونے والے پانی کی مقدار پر ہوتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر انسان کو جسمانی نظام کی بحالی کے لیے کم ازکم اتنا پانی ضرور پینا چاہیے، جو اس جسم سے نکلنے والے پانی کو لوٹا سکے۔ پانی کے کئی طبی فوائد ہیں۔ طبی ماہرین کے مطابق، پانی میں متعدد بیماریوں کا علاج ہے۔ پانی غذا ہضم کرنے کے لئے ضروری ہے، پانی جسم کے ٹمپریچر کو ترتیب دینے اور گردش خون کو رواں رکھنے کے لئے ضروری ہے، پانی گردوں کو صاف رکھتا ہے، بڑھتی عمر کے اثرات کم کرتا ہے۔

پانی اور ہماری صحت

تحقیق کے مطابق، پاکستان کے دو تہائی گھرانے پینے کے لیے آلودہ پانی استعمال کرنے پر مجبور ہیں، جو کئی بیماریوں کی وجہ بنتا ہے۔ پانی سے لگنے والی بیماریوں سے محفوظ رہنے کے لیے ہمیشہ ابلا ہوا پانی استعمال کریں، پانی کے برتنوں کو ٹھیک طرح سے صاف کرکے اور ڈھانپ کر رکھا کریں وغیرہ وغیرہ۔ جاپان کے لوگ ہر صبح نہار منہ، برش کرنے سے بھی پہلے چار گلاس پانی (تقریباً 122 اونس) پینے کو صحت کی علامت قرار دیتے ہیں، یہاں تک کہ برش بھی بعد میں کرتے ہیں اور پانی پینے کے کم ازکم 45 منٹ بعد ناشتہ کرتے ہیں۔

پانی محدود ہے

معاشیات کا بنیادی اصول ہے کہ وسائل محدود ہوتے ہیں اور ہر محدود چیز چاہے کتنی ہی وافر مقدار میں کیوں نہ ہو، ایک دن ختم ہوجائے گی۔ پانی کی دستیابی بھی محدود ہے۔ اب تو اس کے اثرات بھی نمودار ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ اقوام متحدہ کے نیشن ڈیولپمنٹ پروگرام کی ایک رپورٹ کے مطابق، دنیا بھر میں ایک ارب دس کروڑ افراد کی پانی تک رسائی نہیں، جب کہ تین کروڑ سے زائد افراد ہر سال پانی کے بحران کی وجہ سے لقمۂ اجل بن جاتے ہیں۔ اسی رپورٹ کے مطابق 2050 تک دنیا کی ایک تہائی آبادی کو پانی کی شدید قلت کا سامنا ہوسکتا ہے۔ دنیا میں بڑھتی آبادی اور ماحولیاتی عوامل کی وجہ سے فی کس پانی کی دستیابی میں 50 سال کے دوران 60% کمی آئی ہے۔ اس وقت دنیا کی آبادی 7.63 ارب ہے۔ 2050 تک یہ آبادی 9 ارب سے بھی زیادہ ہوجائے گی۔ ان سب انسانوں کو پینے، فصلیں اگانے اور توانائی پیدا کرنے کے لیے پانی کی ضرورت ہوگی۔ ماحولیاتی تبدیلی کے باعث بارشیں نہ ہونے کے نتیجے میں دنیا کے کچھ حصے بنجر اور بے آباد ہوچکے ہیں۔ جبکہ پچھلے چالیس برسوں کے دوران دنیا کے خشک سالی سے متاثرہ حصوں میں دوگنا اضافہ ہوچکا ہے۔ ایسے میں پانی کی بڑھتی ہوئی طلب دنیا کو ایک سنگین بحران کی طرف دھکیل رہی ہے اور اس بات کا اندیشہ ہے کہ پانی کے لیے تیسری جنگ عظیم ہوسکتی ہے۔

پانی کی خصوصیات

پانی دو گیسوں ہائیڈروجن اور آکسیجن کے ملاپ سے بنتا ہے۔ پانی کے اس مرکب کا کیمیائی فارمولا H_2O ہے۔ اس فارمولے کو اس طرح بھی سمجھا جاسکتا ہے کہ ہائیڈروجن گیس کے دو اور آکسیجن گیس کا ایک ایٹم مل کر پانی کا ایک مالیکیول بناتے ہیں۔ اپنی مخصوص خصوصیات کے باعث، پانی دیگر مائعات (Liquids) سے مختلف ہے۔ بہت کم درجہ حرارت پر ٹھوس حالت سے بھاپ کی حالت میں تبدیل ہوجاتا ہے اور جب پانی کو ٹھنڈا کیا جاتا ہے، سکڑنے کے بجائے پھیلنے لگتا ہے۔ پانی مختلف درجہ حرارت پر مائع، ٹھوس اور بھاپ کی حالت میں تبدیل ہوجاتا ہے۔ کیمیائی لحاظ سے پانی کا کوئی رنگ، ذائقہ اور خوشبو نہیں ہوتی۔

بین الاقوامی مالیاتی ادارے (IMF) کے مطابق، دنیا میں قلت آب کے شکار ممالک میں پاکستان کا نمبر تیسرا ہے۔ اس وقت پاکستان میں فی کس استعمال کے لیے دستیاب پانی کی مقدار 908 مکعب میٹر ہے جو کہ پانی کی کمی کے معیار 1000 مکعب میٹر سے کم ہے۔ صرف ایک دہائی قبل 2009 میں پاکستان میں فی کس 1500 مکعب میٹر پانی دستیاب تھا۔ خدشہ یہ ہے کہ پاکستان 2025 میں پانی کی شدید قلت سے دوچار ہوجائے گا، فی کس صرف 500 مکعب میٹر پانی دستیاب ہوگا۔ ہماری حالت صومالیہ سے بھی بدتر ہوجائے گی۔ اقوام متحدہ کے ذیلی ادارے یو این ڈی پی کی ایک رپورٹ کے مطابق، پاکستان میں پانی کے استعمال کرنے کی اوسط دنیا بھر میں چوتھے نمبر پر ہے۔ پاکستان کی مجموعی قومی پیداوار کے تناسب سے پانی کے استعمال کا اشاریہ (جی ڈی پی کے ایک یونٹ میں پانی کا مکعب میٹروں میں استعمال) دنیا بھر میں سب سے بلند شرح پر ہے۔

پانی کا عالمی دن

اقوام متحدہ کے تحت ہر سال 22 مارچ کو پانی کا عالمی دن منایا جاتا ہے۔ اقوام متحدہ کی جانب سے عالمی سطح پر یہ دن منانے کا مقصد، پانی کی اہمیت کو اجاگر کرنا اور سائنسی اپروچ اختیار کرتے ہوئے پانی کا کم سے کم استعمال کرکے اس کے فوائد سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانا ہے۔ اس سال اقوام متحدہ کی جانب سے اس دن کی تھیم Water For Nature رکھی گئی ہے کہ ہم کس طرح فطرت کو استعمال میں لاتے ہوئے پانی کے 21 ویں صدی کے چیلنجز پر قابو پاسکتے ہیں۔

پانی کی کمی۔ احتیاط واحد حل

جب دستیاب وسائل کم ہوں تو عقل عام کا تقاضہ ہے کہ ان کا استعمال احتیاط سے کیا جائے۔ ہمارے ملک میں معاملہ اس کے الٹ ہے۔ ہم پانی کا بے دریغ ضیاع کررہے ہیں۔ قیام پاکستان کے وقت ہمارے ملک میں اوسطاً پانچ ہزار چھ سو مکعب میٹر پانی دستیاب تھا جو بتدریج کم ہوتے ہوتے ایک ہزار کیوبک میٹر فی شہری سے بھی کم ہوگیا ہے۔ ہمارے دریا تقریباً سوکھ چکے ہیں، بلکہ ستلج تو سوکھ ہی چکا ہے۔ سرکاری اعداد و شمار کے مطابق، پاکستان کا 90% پانی زراعت اور آبپاشی کے مقاصد کے لیے استعمال ہوتا ہے، تاہم کوئی نہیں جانتا کہ ہمارے ملک کا کئی دہائیاں پرانا آبپاشی کا انتظام کتنا پانی ضائع کردیتا ہے۔ زراعت میں جدید ٹیکنالوجی کا استعمال کرکے پانی کے استعمال میں خاطر خواہ کمی کی جاسکتی ہے۔ 1960 کی دہائی کے بعد ہم نے کوئی بڑا قابل ذکر ڈیم نہیں بنایا۔ ہم بارشوں کا پانی سمندر میں بہادیتے ہیں۔ گلی، محلے اور سڑکوں پر مٹی کو بھگانے کے لیے پانی وہاں پانی چھڑکنے کے بجائے آئیے وہاں کچرا، کوڑا کرکٹ اور چھوٹی چھوٹی چیزیں پھینکنا ترک کریں۔ اپنی گاڑیاں اور گھروں کے کارپورچ کو دھوتے وقت اپنے گھر کے باہر گلیوں کو نالے میں تبدیل نہ ہونے دیں۔ ہاتھ، منہ دھوتے وقت یا وضو کرتے وقت، وضو سے پہلے مسواک کرتے وقت یا نہاتے وقت پانی کا نل (ٹونٹی) مسلسل کھلا نہ رکھیں۔ بوقت ضرورت نل کھولیں اور پھر بند کردیں اور اس طرح ضرورت کے مطابق یہ عمل دہرائیں۔ برتن اور کپڑے دھوتے وقت اور گھر کی دھلائی کرتے وقت پانی کے نل کا منہ کھول کر بھول نہ جایا کریں۔ اس سلسلے میں سب سے اچھا اور عمل یہ ہے کہ پانی کو کسی پتیلی یا بالٹی میں بھرلیں اور پھر وہاں سے پانی نکال کر حسب ضرورت خرچ کریں۔

The Urdu Daily
WATTAN
وطن

شاہزیب خان : لگاتار سنچریاں بنانے والے اوپنر جو بابر اور سعید انور کے مداح ہیں

ویب ڈیسک // بڑے بھائی سے متاثر ہو کر ٹیپ بال سے کرکٹ کی شروعات کرنے والے 19 سالہ شاہزیب خان کو انڈر 19 ایشیا کپ میں انڈیا کے بعد متحدہ عرب امارات (یو اے ای) کی ٹیم کے خلاف بھی زبردست پرفارمنس کرنے پر خوب سراہا جا رہا ہے۔ بی بی سی کو دیے گئے ایک انٹرویو میں پاکستان انڈر 19 کے اوپننگ بیٹسمین شاہزیب کہتے ہیں کہ ویسے تو میں کسی کو کاپی نہیں کرتا لیکن لیفٹ ہینڈرز خاص طور پر سعید انور (سابق پاکستانی کرکٹر) کی بیٹنگ بہت انجوائے کرتا ہوں، اور شاید سعید انور کی مانند جم کر کھیلنے کی کوشش ہی ان کا خاصہ دکھائی دیتی ہے۔ پیر کو دبئی میں ایشیا کپ کے میچ میں یو اے ای کے خلاف پاکستان نے 314 رنز سکور کیے اور 69 رنز سے فتح حاصل کی۔ اس کامیابی میں شاہ زیب خان کی 132 رنز کی شاندار پرفارمنس بھی شامل تھی۔ انھوں نے گیارہ چوکوں اور چھ چھکوں کی مدد سے یہ سکور بنایا۔ ان کے علاوہ ریاض اللہ نے 106 رنز سکور کیے۔ جبکہ قومی ٹیم کے بالر عبید بھان نے چھ وکٹیں حاصل کیں۔ یاد رہے اس سے قبل بائیں بازو سے کھیلنے والے اوپنر شاہزیب نے ایشیا کپ میں انڈیا کے خلاف 159 رنز کی اننگز کھیلی تھی۔ انھوں نے اب تک کھیلی جانے والی 27 اننگز میں آٹھ نصف اور پانچ سنچریاں سکور کیں۔ وہ بتاتے ہیں کہ ان کے بڑے بھائی بھی کرکٹ کھیلتے تھے اور شاہزیب جا کر ان کے میچز دیکھتے تھے۔ شاید بڑے بھائی کی وجہ سے ہی گھر والوں نے نا صرف ان کا ساتھ دیا بلکہ ان کی حوصلہ افزائی بھی کی۔ اپنی بیٹنگ سٹریٹیجی کے متعلق شاہزیب بتاتے ہیں کہ شروع کے اوورز میں تھوڑی جدوجہد کرنی پڑتی ہے، یہی ٹارگٹ ہوتا ہے کہ آرام آرام سے پہلے 10 رنز، پھر مزید 10 رنز اور اسی طرح آرام آرام سے لمبا کھیلتا ہوں۔ جیسا کہ ہم نے اوپر بتایا کہ شاہزیب کسی کو کاپی تو نہیں کرتے مگر سعید انور کی بیٹنگ بہت انجوائے کرتے ہیں۔ کرکٹ کے تجزیہ کار مظہر ارشد کو دیے ایک انٹرویو میں شاہزیب نے بتایا کہ حالیہ پاکستانی ٹیم میں ان کے پسندیدہ کھلاڑی بابر اعظم ہیں۔ انھوں نے بتایا کہ بنگلہ دیش سیریز سے قبل ان کی بابر سے ملاقات بھی ہوئی جس میں سابق پاکستانی کپتان نے انھیں بیٹنگ ٹپس دی تھیں۔ انڈیا سے کھیلے گئے میچ کے بعد ایک انٹرویو میں شاہزیب نے اپنی حکمت عملی کے متعلق بتاتے ہوئے کہا تھا کہ وہ پہلے یہ دیکھتے ہیں کہ وکٹ کس قسم کے بالروں کو سپورٹ فراہم کر رہی ہے اور (ان کے اندازے کے حساب سے) انڈیا والے میچ میں وکٹ فاسٹ بالروں کو سپورٹ فراہم کر رہی تھی۔ لہٰذا جب سپنرز آئے تو میں نے یہی فیصلہ کیا کہ جو بال میری رینج میں ملے گا اسے باؤنڈری کی جانب کھیلنے کی کوشش کروں گا اور خدا نے مجھے کامیاب کیا۔ انھوں نے سنہ 2018 میں کرکٹ اکیڈمی جوائن کی اور پھر انڈر 13 کے لیے کھیلا پھر 2021-21 میں انڈر 16 اور پھر انڈر 19 اور پھر اس کے بعد ایک سال پی جے ایل (پاکستان جونیئر لیگ) کھیلے ہیں۔ انھوں نے پاکستان اور بنگلہ دیش سیریز کے علاوہ ایشیا کپ میں بھی کرکٹ کھیلی ہے۔ سوشل میڈیا پر دنیا بھر سے کرکٹ کے شائقین شاہزیب کی کرکٹ کو انجوائے کرتے اور انھیں سراہتے نظر آتے ہیں۔ موہنی شاہ نے لکھا ماشاءاللہ، ... علاقے سے تعلق رکھنے والے شاہزیب کیا کمال کا ٹیلنٹ رکھتے ہیں۔ انھوں نے پی سی بی کو مخاطب کرتے ہوئے کہا کہ پاکستان کرکٹ بورڈ کو ایسے کرکٹرز کو پروموٹ کرنا چاہیے۔ ان کے پاس ٹیلنٹ بہت ہے۔ اگر ان کی درست رہنمائی کی جائے تو بین الاقوامی لیول پر بڑے کھلاڑی بن سکتے ہیں۔ سوشل میڈیا صارفین جہاں شاہزیب کی تعریف کر رہے ہیں وہیں ان کی پروفائل اور اب تک کھیلے جانے والے میچوں کی تفصیلات بھی پوسٹ کر رہے ہیں۔ مبشر اسلم نے لکھا کہ پچھلے دس میچوں میں انھوں نے 60 رنز کی اوسط کے ساتھ 540 رنز بنائے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ یقیناً شاہ زیب پاکستان کا مستقبل ہیں۔ انیش نامی صارف نے لکھا ہے کہ شاہزیب (کرکٹ کے کھیل میں) حکمرانی کرنے کے لیے آئے ہیں۔ انھوں نے شاہزیب کو مستقبل کا روشن ستارہ قرار دیا اور کہا کہ ان کے کچھ شاٹس مجھے سعید انور کی یاد دلا رہے ہیں اور حیرت انگیز طور پر ان کے پسندیدہ کھلاڑی بھی سعید انور ہیں۔ سابق کپتان محمد حفیظ نے بھی پاکستان ٹیلی ویژن پر ایک پروگرام میں شاہزیب کی انڈیا کے خلاف شاندار پرفارمنس پر انھیں سراہا اور کہا کہ مجھے خوشی ہے کہ پورے میچ میں ان کا فوکس رہا۔ شیراز نامی صارف نے ایکس پر اپنے کمنٹ میں کہا کہ ماشاءاللہ ... والے انیس سالہ شاہ زیب خان انڈر 19 کرکٹ کے اگلے بابر اعظم ہیں۔ توصیف خٹک نے لکھا کہ شاہ زیب انڈر 19 کے مکمل بیٹسمین دکھائی دیتے ہیں۔ تکنیک، تحمل، ... اور مناسب تکنیک انھیں منفرد بناتی ہے۔ ہمیشہ ایسے ٹیلنٹ کو پرفارم کرتے دیکھنا اچھا لگتا ہے۔ یو اے ای کی خلاف پرفارمنس کے بعد ایکس پر حارث نامی صارف نے لکھا کہ ایک اور دن ایک اور سنچری۔۔۔ بہت ہی ٹیلنٹڈ ہیں شاہ زیب خان۔ شاہ زیب کی سنچریوں پر کمنٹ کرتے ہوئے حارث نے لکھا وہ حیرت انگیز حد تک آسانی سے سنچری بنا لیتے ہیں۔

انڈیا سے ویمنز بلائنڈ کرکٹ ورلڈکپ کی میزبانی چھن گئی، ٹورنامنٹ نیوٹرل وینیو پر ہوگا

ویب ڈیسک // انڈیا سے ویمنز بلائنڈ کرکٹ ورلڈکپ کی میزبانی واپس لے لی گئی ہے۔ پیر کو ورلڈ بلائنڈ کرکٹ کونسل کے 26 ویں اجلاس میں یہ فیصلہ سامنے آیا ہے کہ ویمنز بلائنڈ کرکٹ ورلڈ کپ انڈیا کے بجائے کسی نیوٹرل وینیو میں ہوگا۔ ورلڈ بلائنڈ کرکٹ کونسل کے ملتان کے ایک مقامی ہوٹل میں ہونے والے اجلاس میں انڈیا سمیت سات ممالک نے شرکت کی۔ آسٹریلیا، جنوبی افریقہ، سری لنکا، پاکستان، بنگلہ دیش، نیپال اور افغانستان کے کرکٹ حکام نے براہ راست شرکت کی جبکہ انڈیا، انگلینڈ اور نیوزی لینڈ کے بورڈ سربراہان اجلاس میں آن لائن شامل ہوئے۔ اجلاس کے دوران پاکستان بلائنڈ کرکٹ کونسل کے چیئرمین سید سلطان شاہ کو دوبارہ ورلڈ بلائنڈ کرکٹ کونسل کا سربراہ چنا گیا جبکہ انڈیا کے رجنیش ہینری سیکرٹری جنرل کے طور پر منتخب ہوئے۔ انڈیا کو ابتدا میں آئندہ بلائنڈ کرکٹ ورلڈ کپ کے میزبان کے لیے منتخب کیا گیا تھا لیکن جاری چیلنجز، بشمول لاجسٹک اور انتظامی رکاوٹوں کے باعث ڈبلیو بی سی سی نے ٹورنامنٹ کو ایک نیوٹرل مقام پر منتقل کرنے کا فیصلہ کیا ہے۔ اس موقع پر ڈبلیو بی سی سی کے صدر سید سلطان شاہ کا کہنا تھا کہ آئندہ پاک انڈیا میچز نیوٹرل وینیو پر ہوں گے۔ پاک انڈیا بلائنڈز کرکٹ بورڈز کے مابین بہترین ورکنگ ریلیشن شپ قائم ہے۔ ان کا مزید کہنا تھا کہ پاکستان اور انڈیا دونوں بلائنڈ کرکٹ کی دنیا کی اہم ٹیمیں ہیں لیکن ویزا کی پابندیوں کے سبب ایک دوسرے کے خلاف میچز نہیں کھیل پاتیں۔ نیوٹرل مقامات پر ایونٹس کی میزبانی اس مسئلے کا سب سے عملی حل ہے۔

سعودی ویمنز ٹیم سے دوستانہ میچ، پاکستان کے سکواڈ کا اعلان

ویب ڈیسک // پاکستان فٹبال فیڈریشن (پی ایف ایف) نے سعودی عرب کے ساتھ فیفا فرینڈلی میچ کے لیے پاکستان فٹبال ویمنز ٹیم کے سکواڈ کا اعلان کر دیا ہے۔ پاکستان ویمنز اور سعودی عرب ویمنز کے درمیان سات دسمبر کو دوحہ قطر میں دوستانہ میچ کھیلا جائے گا۔ اس میچ کے سلسلے میں پی ایف ایف کی جانب سے 21 رکنی سکواڈ کا اعلان کر دیا گیا ہے جو پاکستان ٹیم کے ہیڈ کوچ عدیل رضوی کی سربراہی میں روانہ ہوگا۔ پاکستان ٹیم کی قیادت ماریہ خان کریں گی۔ پی ایف ایف کے مطابق پاکستان ٹیم کی گول کیپر نشاء اشرف، آرزو اور جہان فاروقی ہوں گی۔ اس کے علاوہ ڈیفنڈرز میں ماریہ خان (کپتان)، سارہ خان، مشال بھٹی، صوفیہ قریشی، مہرین گل، فاطمہ نثار اور زوالیہ صدیقی شامل ہیں۔ مڈ فیلڈرز میں سہا ہیرانی، راہین فرید، آمنہ حنیف، شناء مہدی اور عالیہ صدیق سہر فہرست ہیں۔ اسی طرح سے فارورڈز میں زمینہ ملک، اسرا خان، نادیہ خان، انمول ہرا اور ایمان مصطفی ہیں۔ پاکستانی ٹیم کا 21 رکنی سکواڈ چار دسمبر کو کراچی سے قطر روانہ ہوگا۔ اس سے قبل پی ایف ایف کی جانب سے کہا گیا تھا کہ سعودی عرب فٹبال فیڈریشن (ایس اے ایف ایف) کی جانب سے پاکستان ویمنز کو ان کی سینئر ویمن ٹیم کے ساتھ ایک دوستانہ میچ کے لیے مدعو کیا گیا ہے۔

انگلینڈ نے ٹیسٹ کرکٹ میں نئی تاریخ رقم کردی

کرائسٹ چرچ // انگلینڈ نے ٹیسٹ کرکٹ کی تاریخ میں تیز ترین 100 پلس رنز کا ہدف حاصل کرنے کا ریکارڈ قائم کر دیا۔ کرائسٹ چرچ میں انگلینڈ نے نیوزی لینڈ کے خلاف تین میچوں کی ٹیسٹ سیریز میں آٹھ وکٹوں کی غالب فتح کے ساتھ شاندار آغاز کرتے ہوئے ٹیسٹ کرکٹ کی تاریخ میں تیز ترین 100 سے زائد رنز کا تعاقب کرنے کا ریکارڈ توڑ دیا۔ انگلینڈ نے صرف 12.4 اوورز میں 104 کے معمولی ہدف کا تعاقب کرتے ہوئے 8.21 کے حیران کن رن ریٹ سے ٹیسٹ کرکٹ کا ریکارڈ حاصل کیا۔ حتم ظریفی یہ ہے کہ پچھلا ریکارڈ نیوزی لینڈ کے پاس تھا جس نے 2017 میں بنگلہ دیش کے خلاف 18.4 اوورز میں 109 رنز کا تعاقب کیا تھا۔ اسی میچ میں انگلینڈ کے تجربہ کار بلے باز جو روٹ نے ٹیسٹ کرکٹ میں دھوم مچا دی اور وہ سچن ٹنڈولکر کو پیچھے چھوڑ کر فارمیٹ کی چوتھی اننگز میں سب سے زیادہ رنز بنانے والے کھلاڑی بن گئے۔ روٹ نے یہ سنگ میل ہیگلے اوول میں تین میچوں کی سیریز کے پہلے ٹیسٹ میں نیوزی لینڈ کے خلاف انگلینڈ کی آٹھ وکٹوں سے فتح کے دوران حاصل کیا۔ دائیں ہاتھ کے بلے باز نے ناٹ آوٹ 22 رنز بنائے جو انہیں ہم وطن ایلسٹر کک اور ہندوستان کے عظیم بلے باز ٹنڈولکر کو پیچھے چھوڑنے کے لیے کافی تھے۔ روٹ کے اب چوتھی اننگز میں 1630 رنز ہیں جو ٹنڈولکر کے 1625 رنز سے پانچ زیادہ ہیں۔

جو روٹ نے سچن ٹنڈولکر کا طویل ریکارڈ بالآخر توڑ ہی دیا

کرائسٹ چرچ // برطانوی بیٹر جو روٹ نے سچن ٹنڈولکر کا طویل ٹیسٹ ریکارڈ توڑ دیا۔ انگلینڈ کے تجربہ کار بلے باز جو روٹ نے ٹیسٹ کرکٹ میں دھوم مچا دی اور وہ سچن ٹنڈولکر کو پیچھے چھوڑ کر فارمیٹ کی چوتھی اننگز میں سب سے زیادہ رنز بنانے والے کھلاڑی بن گئے۔ جو روٹ نے یہ سنگ میل ہیگلے اوول میں تین میچوں کی سیریز کے پہلے ٹیسٹ میں نیوزی لینڈ کے خلاف انگلینڈ کی آٹھ وکٹوں سے فتح کے دوران حاصل کیا۔ دائیں ہاتھ کے بلے باز نے ناٹ آوٹ 22 رنز بنائے جو انہیں ہم وطن ایلسٹر کک اور ہندوستان کے عظیم بلے باز ٹنڈولکر کو پیچھے چھوڑنے کے لیے کافی تھے۔ روٹ کے اب چوتھی اننگز میں 1630 رنز ہیں جو ٹنڈولکر کے 1625 رنز سے پانچ زیادہ ہیں۔ ٹیسٹ میں چوتھی اننگز میں سب سے زیادہ رنز جو روٹ کے ہیں جنہوں نے 49 اننگز میں 1630 رنز سکور کیے، سچن ٹنڈولکر 60 اننگز میں 1625 رنز بنا کر دوسرے، گریم سمتھ 41 اننگز میں 1611 رنز سکور کر کے تیسرے، ایلسٹر کک 53 اننگز میں 1611 رنز بنا کر چوتھے جب کہ شیو نارائن چندر پال 49 اننگز میں 1580 رنز بنا کر اس فہرست میں پانچویں نمبر پر ہیں۔ جو روٹ کی چوتھی اننگز میں 2 سنچریاں اور 8 نصف سنچریاں شامل ہیں۔ فتوحات میں 620 رنز بنا کر وہ بلے بازوں کی مذکورہ فہرست میں دوسرے نمبر پر ہیں، صرف گریم سمتھ کے پاس چوتھی اننگز میں ہزار سے زیادہ رنز جیت میں بنانے کا اعزاز ہے۔ جو روٹ، ٹنڈولکر کے ٹیسٹ میں سب سے زیادہ رنز بنانے والے ریکارڈ کا تعاقب کر رہے ہیں اور وہ صرف 3144 رنز پیچھے ہیں۔

آسٹریلیا اور بھارت کے درمیان دوسرا ٹیسٹ میچ 6 دسمبر سے شروع ہوگا

ایڈیلیڈ //

آسٹریلیا اور بھارت کی ٹیموں کے درمیان 5 ٹیسٹ میچوں کی سیریز کا دوسرا ٹیسٹ میچ 6 سے 10 دسمبر تک ایڈیلیڈ اوول، ایڈیلیڈ میں کھیلا جائے گا۔ مہمان بھارتی ٹیم کو آسٹریلیا کے خلاف پانچ ٹیسٹ میچوں کی بارڈر گواسکر ٹرافی سیریز میں 0-1 کی برتری حاصل ہے۔ بھارت کی ٹیم نے پہلے ٹیسٹ میچ میں آسٹریلیا کی ٹیم کو 295 رنز سے شکست دے کر سیریز میں 0-1 کی برتری قائم کی تھی۔ پہلے ٹیسٹ میچ کے بعد پرائم منسٹر الیون اور بھارتی ٹیم کے درمیان کھیلا گیا دو روزہ وارم اپ میچ جو آسٹریلوی دارالحکومت کینبرا میں کھیلا گیا تھا وہ بھی بھارتی ٹیم نے 6 وکٹوں سے جیت لیا تھا۔ بھارت کی مردوں کی قومی کرکٹ ٹیم اپنے دورہ آسٹریلیا کے دوران میزبان ٹیم کے خلاف پانچ بین الاقوامی ٹیسٹ میچوں کی بارڈر گواسکر ٹرافی سیریز کھیلے گی، جس کا ایک میچ کھیلا جا چکا ہے جو مہمان بھارتی ٹیم نے جیت لیا تھا۔ دوسرے ٹیسٹ میچ میں بھارتی ٹیم کی قیادت مایہ ناز بلے باز روہت شرما کریں گے جو پہلے ٹیسٹ میچ میں بچے کی پیدائش کے باعث ٹیم کو دستیاب نہیں تھے۔ ان کی غیر موجودگی میں مایہ ناز فاسٹ باولر جسپریت بمراہ نے ٹیم کو لیڈ کیا تھا جبکہ میزبان آسٹریلوی ٹیم کو مایہ ناز آل راونڈر پیٹ کمنز لیڈ کریں گے۔

جے شاہ نے آئی سی سی چیئرمین کا چارج سنبھال لیا

نئی دہلی // بھارتی کرکٹ بورڈ کے سیکریٹری جے شاہ نے آئی سی سی چیئرمین کا چارج سنبھال لیا۔ انٹرنیشنل کرکٹ کونسل کا کہنا ہے کہ چیئرمین آئی سی سی کی حیثیت سے جے شاہ کے عہدے کی مدت شروع ہو گئی۔ آئی سی سی کے مطابق جے شاہ نے بطور آئی سی سی چیئرمین شپ عہدے کا آغاز کر دیا۔ اس حوالے سے جے شاہ کا کہنا ہے کہ آئی سی سی چیئرمین کا عہدہ سنبھالنے پر فخر محسوس کر رہا ہوں۔ انہوں نے کہا کہ آئی سی سی ڈائریکٹرز اور رکن بورڈز کی حمایت اور اعتماد کا شکر گزار ہوں۔ جے شاہ کا کہنا ہے کہ یہ کھیل کے لیے پرجوش لمحہ ہے، ہم اولمپک 2028 گیمز کی تیاری کر رہے ہیں، ہم کرکٹ کو شائقین کے لیے مزید دلچسپ بنانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ آئی سی سی کے چیئرمین نے مزید کہا کہ ہم ایک اہم موڑ پر ہیں جہاں مختلف فارمیٹس ایک ساتھ موجود ہیں، خواتین کے کھیل کی ترقی کو تیز کرنے کی ضرورت ہے، کرکٹ میں عالمی سطح پر بے پناہ صلاحیت موجود ہے۔ ان کا یہ بھی کہنا ہے کہ کھیل کو نئی بلندیوں تک لے جانے کے لیے آئی سی سی ٹیم اور رکن ممالک کے ساتھ قریبی کام کرنے کا منتظر ہوں۔ واضح رہے کہ جے شاہ بلا مقابلہ آئی سی سی کے چیئرمین منتخب ہوئے تھے۔ آئی سی سی کے چیئرمین گریگ بارکلے نے اگست میں دستبردار ہونے کا اعلان کیا تھا۔

چیمپئنز ٹرافی کیلئے پاکستان کے پارٹنرشپ فارمولے پر بھارتی جواب کا انتظار

دوبئی // چیئرمین پی سی بی محسن نقوی چیمپئنز ٹرافی کیلئے آئی سی سی بورڈ میٹنگ میں شرکت کے بعد واپس پاکستان پہنچ گئے۔ محسن نقوی نے چیمپئنز ٹرافی کیلئے آئی سی سی کو پارٹنرشپ فارمولا دیا ہے، آئی سی سی انڈین کرکٹ بورڈ کی رضامندی کے بعد فارمولے کا اعلان کرے گی۔ پی سی بی کے مجوزہ فارمولے کے مطابق ٹرافی کے بھارتی میچز دبئی میں ہوں گے، بھارتی ٹیم کے سیمی فائنلز اور فائنل کی صورت میں میچز دبئی میں ہوں گے۔ پارٹنرشپ فارمولے کے مطابق بھارت سیمی فائنل میں نہ پہنچا تو فائنل اور سیمی فائنلز پاکستان میں ہوں گے۔ پاکستانی کرکٹ ٹیم بھی بھارت میں شیڈول آئی سی سی ایونٹس کے اپنے تمام میچ نیوٹرل مقام پر کھیلے گی، پی سی بی نے فارمولے پر کم سے کم تین سال تک عملدرآمد کی شرط رکھی ہے۔

شام کو گلابی گیند سے کھیلنا مشکل ہے / پجارا

ایڈیلیڈ // ہندوستان اور آسٹریلیا کے درمیان ہونے والے دوسرے ڈے اینڈ نائٹ ٹیسٹ میچ کے بارے میں ہندوستانی کرکٹ ٹیم کے سابق بلے باز چیتشور پجارا نے کہا کہ سرخ اور گلابی گیندوں میں فرق ہوتا ہے اور اس کے ساتھ شام میں کھیلنا مشکل ہوتا ہے۔ پجارا نے کہا کہ "جو بھی گلابی گیند سے ٹیسٹ کھیلا ہے وہ آپ کو بتائے گا کہ شام کو بیٹنگ کرنا سب سے مشکل ہوتا ہے۔ اس وقت نہ مکمل روشنی ہوتی ہے اور نہ ہی مکمل اندھیرا۔ اس وقت اسٹیڈیم کی بتیاں جلتی ہیں اور پھر آپ کچھ کم دیکھ سکتے ہیں۔ اس وقت بلے بازوں کے لیے گلابی گیند کھیلنا زیادہ مشکل ہوتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ "آپ نے دیکھا ہوگا کہ سرخ گیند زیادہ نہیں چمکتی

چیمپئنز ٹرافی، شعیب اختر کی ہائبرڈ ماڈل تسلیم کرنے پر پی سی بی پر کڑی تنقید

لاہور // پاکستان کے سابق فاسٹ باولر شعیب اختر نے 2025 کے آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی کے لیے ہائبرڈ ماڈل کو تسلیم کرنے پر پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) کو تنقید کا نشانہ بناتے ہوئے کہا ہے کہ بورڈ کی جانب سے اس تجویز کی عوامی قبولیت سے بہت پہلے ہی معاہدے کو حتمی شکل دے دی گئی تھی۔ متنازعہ ہائبرڈ ماڈل کے تحت ہندوستان اپنے تمام میچ یو اے ای میں کھیلے گا جبکہ ٹورنامنٹ کے بقیہ میچز کی میزبانی پاکستان میں ہوگی۔ یہ معاہدہ بورڈ آف کنٹرول فار کرکٹ ان انڈیا (بی سی سی آئی) کی جانب سے انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کو مطلع کرنے کے بعد سامنے آیا ہے کہ سیکورٹی خدشات کی وجہ سے ہندوستانی ٹیم کو پاکستان کا سفر کرنے کی حکومتی اجازت نہیں دی جائے گی۔ آئی سی سی نے پاکستان میں جاری سیاسی اور سیکورٹی چیلنجز کا حوالہ دیتے ہوئے اس تجویز کی توثیق کی۔ 49 سالہ شعیب اختر نے ایک مقامی میڈیا آوٹ لیٹ کے ساتھ ایک حالیہ انٹرویو میں پی سی بی کی صورتحال سے نمٹنے پر اپنی مایوسی کا اظہار کیا۔ ہائبرڈ ماڈل کے تحت میزبانی کے حقوق کو برقرار رکھنے کے مالی فوائد کا اعتراف کرتے ہوئے انہوں نے دلیل دی کہ مذاکرات میں پاکستان کا موقف مضبوط ہونا چاہیے تھا۔ شعیب اختر نے کہا کہ "پی سی بی ریونیو اور میزبانی کے حقوق کو برقرار رکھنے میں درست تھا لیکن انہیں ریونیو میں سے زیادہ حصہ مانگنا چاہیے تھا۔ اگر ہندوستان پاکستان میں کھیلنے کو تیار نہیں تھا تو پاکستان اس سے بہتر معاہدے کا مستحق تھا۔ شعیب اختر نے دعویٰ کیا کہ پی سی بی عوامی قبولیت سے قبل ہی ہائبرڈ ماڈل پر اتفاق کر چکا تھا۔ انہوں نے تجویز پیش کی کہ پی سی بی کی مزاحمت زیادہ تر دکھاوے کے لیے دکھائی دیتی ہے جب کہ شرائط پہلے سے طے شدہ تھیں۔ انہوں نے کہا کہ "حقیقت میں ہائبرڈ ماڈل پر پہلے ہی دستخط ہو چکے تھے۔ پی سی بی کو بہتر شرائط کو یقینی بنانے کے لیے مضبوط پوزیشن اختیار کرنی چاہیے تھی۔" یہ ماڈل بی سی سی آئی کی جانب سے یہ واضح کرنے کے بعد متعارف کرایا گیا تھا کہ اگر اس ٹورنامنٹ کی میزبانی پاکستان میں ہوتی ہے تو بھارت اس میں شرکت نہیں کرے گا۔ پورے ایونٹ کی میزبانی پر پی سی بی کے ابتدائی اصرار کے باوجود رپورٹس بتاتی ہیں کہ بورڈ نے بالآخر میزبانی کے حقوق کو مکمل طور پر کھونے سے بچنے کے لیے نرمی اختیار کی۔ شعیب اختر نے پاک بھارت کرکٹ تعلقات کے وسیع تناظر پر بھی توجہ دی۔ انہوں نے بھارت کے ساتھ مستقبل کے مقابلوں میں پی سی بی کی جانب سے عملی انداز اختیار کرنے کی وکالت کی۔ ان کا کہنا تھا کہ "مستقبل میں ہندوستان میں کھیلنے کے معاملے میں ہمیں دوستی کا ہاتھ بڑھانا چاہیے۔ میرا عقیدہ ہمیشہ سے رہا ہے کہ ہندوستان جاؤ اور وہاں انہیں شکست دو۔ ہائبرڈ ماڈل کے معاہدے پر ملے جلے ردعمل سامنے آئے ہیں۔ کچھ نے میزبانی کے حقوق کو برقرار رکھنے پر پی سی بی کی تعریف کی ہے، جبکہ دوسروں نے بورڈ کی بہتر شرائط پر بات چیت کرنے کی صلاحیت پر سوال اٹھایا ہے۔

پاکستان سیریز سے قبل جنوبی افریقہ کو ایک اور انجری کا سامنا کرنا پڑ گیا

ڈربن // جنوبی افریقہ کے فاسٹ باولر جیرالڈ کوئٹزی کو ایک اہم دھچکا لگا ہے جو کہ سری لنکا کے خلاف گقبرہا میں ہونے والے آئندہ دوسرے ٹیسٹ اور پاکستان کے خلاف پوری سیریز سے کمر کی انجری کے باعث باہر ہو گئے ہیں۔ ڈربن میں پہلے ٹیسٹ کے چوتھے دن کے دوران انجری کا شکار ہونے والے جیرالڈ کوئٹزی 6 ہفتوں تک ایکشن سے محروم رہیں گے کیونکہ اسکینز میں ان کے دائیں کمر میں پٹھوں میں کھنچاؤ کی تصدیق ہوئی تھی جس کے باعث انہیں پاکستان سیریز سے باہر رکھا گیا تھا۔ ان کی غیر موجودگی میں ایک ہونہار تیز گیند باز کوینا مافاکا جنہوں نے اس سال کے شروع میں ویسٹ انڈیز کے خلاف ٹی ٹوئنٹی سیریز کے دوران بین الاقوامی کیریئر کا آغاز کیا تھا کو ان کی جگہ ٹیم میں شامل کرنے کے لیے بلایا گیا ہے۔ ڈربن ٹیسٹ کے صبح کے سیشن میں کوئٹزی کے بولنگ کے دوران یہ چوٹ آئی۔ تکلیف کے باوجود وہ لنچ کے بعد واپس آئے اور چند میل کی اہم وکٹ لینے میں کامیاب رہے۔ اس کے بعد انہوں نے دوبارہ بولنگ نہیں کی۔ جیرالڈ کوئٹزی کی چوٹ جنوبی افریقہ کی چوٹ کے خدشات کی بڑھتی ہوئی فہرست کو مرکب کرتی ہے۔ پہلے سے ہی فاسٹ باولنگ آل راونڈر ویان مولڈر کے بغیر جو دائیں درمیانی انگلی میں فریکچر کے ساتھ سائیڈ لائن ہیں۔ کمر کے نچلے حصے میں تناؤ کے فریکچر کی وجہ سے نینڈرے برگر کو موسم گرما میں نہیں رکھا گیا ہے اور لونگی نگیڈی جنوری تک ایکشن سے محروم رہے گی

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,