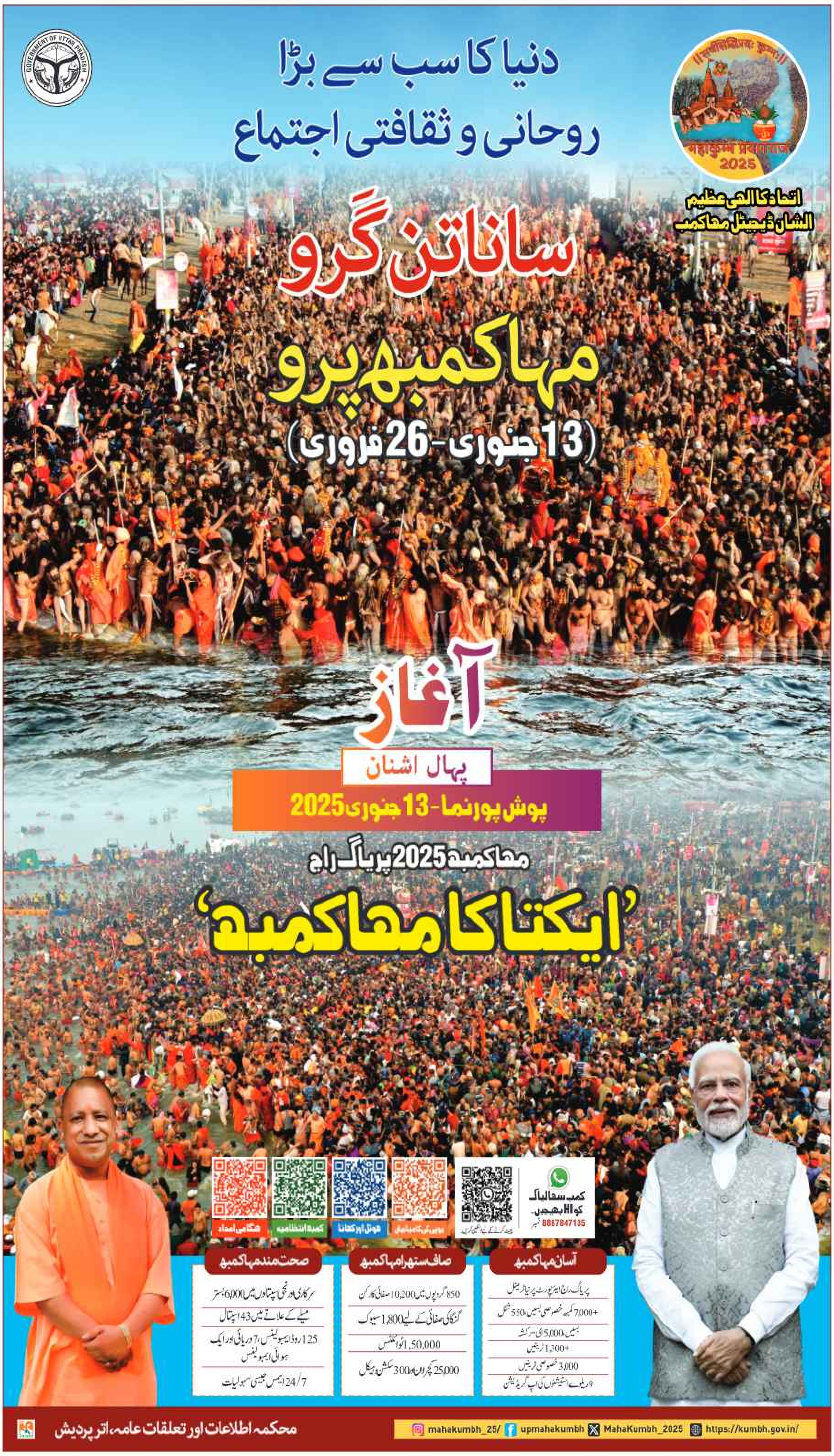
روزنامہ
وطن
بڈگام
WATTAN
The Urdu Daily

جمعرات
30 جنوری 2024
THURSDAY
30-JANUARY-2025

صفحہ 08
عثمان خواجہ اور اسٹیو اسمتھ کی سنچریاں

صفحہ 08
نعمان علی کی ٹیسٹ رینکنگ میں بہتری

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■
■ جلد: 15 ■ شمارہ نمبر: 24 ■ صفحات: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■



علیحدگی پسند اور تفرقہ انگیز قوتوں کو طاقتور بننے کی اجازت نہیں دی جانی چاہئے

بھارت اب جی ڈی پی میں 15 فیصد کا حصہ ڈال رہا ہے

سرینگر/ 29 جنوری //
علیحدگی پسندوں اور تفرقہ پسند طاقتوں کو طاقتور بننے کی اجازت نہیں دی جانی چاہئے اور اس کیلئے شہریوں کی حمایت حاصل کرنے کی کوشش کی ہے کی بات کرتے ہوئے لیفٹننٹ۔۔۔ 101

صحت کے شعبے میں موجودہ وسائل اور سہولیات کو اپ گریڈ کرنا حکومت کی ترجیح: سکینہ

سرینگر/ 29 جنوری //

حکومت کی ترجیح صحت کے شعبے میں موجودہ وسائل اور سہولیات کو اپ گریڈ کرنا ہے تاکہ جموں وکشمیر کے صحت کی دیکھ بھال کے منظرنامے کو تبدیل کیا جا سکے کی بات کرتے ہوئے صحت اور طبی تعلیم، سماجی بہبود اور تعلیم کی وزیر سکینہ ایتو نے کہا کہ محکمہ صحت میں ڈاکٹروں اور پیرامیڈیکل اسٹاف کی کمی کو تسلیم کیا لیکن لوگوں کو یقین دلایا کہ حکومت ان تمام مسائل کو فوری طور پر۔۔۔ 102

کئی دنوں تک کھلی دھوپ نکلنے کے بعد چلہ کلان کے آخری ایام میں موسم میں تبدیلی

سرینگر/ 29 جنوری //
چلہ کلان کے آخری ایام میں موسمی صورتحال میں تبدیلی آتے ہوئے کچھ میدانی علاقوں میں بارشیں جبکہ بالائی علاقوں میں برفباری کا سلسلہ شروع ہوگیا ۔بارشوں اور برفباری۔۔۔ 103

ملک ترقی کی نئی بلندیوں کو چھو رہا ہے

جامع اور ہمہ گیر ترقی کا سفر جاری رہے گا: مودی

سرینگر/ 29 جنوری //

پوری دہلی کہہ رہی ہے 5 فروری کو عام آدمی پارٹی جائے گا اور بی جے پی آئے گی کا اعلان کرتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ عالمی سطح پر ہونے والی تبدیلیوں کے ساتھ، دنیا کی نظریں ہندوستان پر لگی ہوئی ہیں، کیونکہ ہندوستان میں دنیا کا ایمان مضبوط ہو رہا ہے۔ انہوں نے کہا کہ ایسے وقت میں ملک کیلئے یہ ضروری۔۔۔ 104

گزشتہ 10 سال کے دوران تاریخی ریاست کو تباہی اور بربادی کے دہانے پر لا کھڑا کیا گیا

سرینگر/ 29 جنوری //
گزشتہ 10 سال کے دوران تاریخی ریاست کو تباہی اور بربادی کے دہانے پر لا کھڑا کیا گیا ہے کی بات کرتے ہوئے نیشنل کانفرنس کے صدر ڈاکٹر فاروق عبد اللہ نے کہا کہ ہم نے اپنے منشور میں جو بھی وعدے کئے ہیں اُن سب کو ایک ایک کر کے پورا کیا جائے گا۔ سی این آئی کے مطابق صدر نیشنل کانفرنس ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے آج۔۔۔ 105

The Urdu Daily
WATTAN
وطن

موسمی ووبائی امراض کب اور کیسے جنم لیتے ہیں

بارشوں کے ٹھہرے ہوئے پانی کی سڑن، بو اور تعفن انسانی صحت کے لیے کافی مضر ثابت ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں مچھر اور مکھیاں امراض سے آلودہ جراثیم، وائرس اور بیکٹیریاز کو انسان جسم میں منتقل کرنے کا کردار بخوبی نبھاتے ہیں۔ موسم برسات میں موسمی اور وبائی امراض کے حملہ آور ہونے کے خطرات بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔ پانی جو کہ ہر ذی روح کی پہلی اور بنیادی ضرورت مانی جاتی ہے، اگر اس کے استعمال میں بے توجہی برتی جائے تو فوڈ پوائزننگ، اسہال، ہیضہ اور پیچش جیسے موذی اور مہلک امراض حملہ آور ہوکر زندگی کو خطرے میں ڈال دیتے ہیں۔ انتڑیوں میں انفیکشن کی کیفیت پیدا ہوکر سوزشی علامات ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ ہلکی سی غذائی بداحتیاطی سے ہی فوڈ پوائزننگ، پیچش، اسہال اور قے جیسے عوارض لاحق ہونے کے امکانات میں اضافہ ہونے لگتا ہے۔ موسمی اور

وبائی امراض کے پھوٹنے کی ایک بڑی وجہ فضائی آلودگی بھی ہوتی ہے جو خورونوش کی اشیاء کو جراثیم، وائرس اور بیکٹیریاز سے آلودہ کر دیتی ہے۔ جراثیم، وائرس اور بیکٹیریاز کو ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ مکھیاں ہیں۔ یوں زہریلے جراثیم، وائرس اور بیکٹیریاز غذا کے رستے معدے میں جا کر فوڈ پوائزننگ کا باعث بن جاتے ہیں۔ فوڈ پوائزننگ سے ہیضہ، پیچش اور اسہال جیسے موذی اور مہلک امراض کی راہ ہموار ہوتی ہے۔ ہیضہ اور اسہال دو ایسے جان لیوا مرض ہیں کہ اگر ان کے علاج معالجے میں ذرا سی کوتاہی کا مظاہرہ کیا جائے تو انسان جان سے ہاتھ تک دھو بیٹھتا ہے۔ اسہال اور قے آنے کی علامات بالخصوص برسات کے موسم میں اس طرح کی کسی بھی علامت کو معمولی ہرگز خیال نہیں کیا جانا چاہیے۔ موسم برسات دیگر موسموں کی نسبت زیادہ تکلیف دہ اور خطرناک ثابت ہوتا ہے۔ اس میں عام طور پر معدہ اور انتڑیوں کے امراض وبائی شکل اختیار کر جاتے ہیں۔ ان امراض کا اگر مناسب اور بروقت علاج نہ کیا جائے تو یہ جان لیوا بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔ مذکورہ امراض میں سے فوڈ پوائزننگ ایک ایسا مرض ہے، جو ہلکی سی بے احتیاطی اور لاپرواہی سے ہی حملہ آور ہوکر نہ صرف انسانی صحت کو خطرے میں ڈال دیتا ہے بلکہ ہیضہ اور اسہال جیسے موذی امراض کے جنم کی راہ بھی ہموار کرتا ہے۔ فوڈ پوائزننگ یا غذائی تعفن کو غذا سے پیدا ہونے والی بیماری کہا جا سکتا ہے۔ یہ حفظان صحت کے اصولوں سے روگردانی کرتے ہوئے ناقص اور آلودہ خوراک کھانے کے نتیجے میں معدے اور انتڑیوں میں خرابی پیدا ہونے سے رونما ہوتی ہے۔ اس بیماری کا سبب بننے والے عام اسباب کے ساتھ ساتھ مختلف قسم کے بیکٹیریاز، وائرس، جراثیم اور طفیلیے شامل ہوا کرتے ہیں۔ بعض اوقات غذا میں شامل کیمیائی اجزاء زہریلے ہوکر فوڈ پوائزننگ کا باعث بھی بن جایا کرتے ہیں لیکن ایسا کبھی کبھار ہی ہوا کرتا ہے۔ مرض پیدا کرنے والے ذرائع، خوراک کو پکانے یا تیار کرنے کے دوران کسی وقت بھی آلودہ کر سکتے ہیں۔ ایسا عام طور پر غذا کو نامناسب طریقے سے پکاتے ہوئے یا غیر محفوظ طرز پر رکھی گئی حالت میں ہوتا ہے۔ آلودہ اور ناقص غذا کھانے کے بعد فوڈ پوائزننگ کا دارومدار غذائی تعفن کی شدت، قوت مدافعت اور آپ کی عمر و بدنی حالت پر ہوتا ہے۔ جو آدمی جس قدر کمزور قوت مدافعت کا حامل ہوتا ہے وہ اسی قدر جلد مرض کی لپیٹ میں آجایا کرتا ہے۔ جس قدر غذا میں زہریلے اجزاء شامل ہوتے ہیں، اسی قدر فوڈ پوائزننگ کا حملہ جلد ہوتا ہے۔

ایک اسپرین روزانہ، ایچ آئی وی انفیکشن روکنے میں انتہائی مددگار

وِنی پیگ// اس وقت خصوصاً افریقا سمیت دنیا کا غالب حصہ ایچ آئی وی ایڈز کے چنگل میں گرفتار ہے تاہم سو سال سے بھی پرانی ایک دوا اسپرین اس مرض کو بھی مؤثر انداز میں روک سکتی ہے۔ کینیڈا کی یونیورسٹی آف مینیٹوبا کے ماہرین نے کہا ہے کہ کم مقدار میں اسپرین کھانے سے ایچ آئی وی (ایڈز وائرس) کے پھیلاؤ کو کم کیا جاسکتا ہے۔ افریقی خواتین ایچ آئی وی انفیکشن کی زیادہ شکار ہوتی ہیں اور اسی بنا پر ماہرین نے تحقیق کے لیے افریقا کا انتخاب کیا ہے۔ جامعہ مینیٹوبا، یونیورسٹی آف واٹرلو، کینیڈا میں صحت کی ایجنسی اور کینیا کے دیگر اداروں نے کینیا کی بہت سی خواتین کو اسپرین دی جس کا کیمیائی نام 'ایسٹائل سیلی سائیلک ایسڈ' یا اے ایس اے ہے۔ یہ تحقیق بین الاقوامی ایڈز سوسائٹی کے جرنل میں شائع ہوئی ہے جس میں اسپرین جیسی عام دوا کے ایچ آئی وی پر اثرات کا جائزہ لیا گیا ہے جس کے بہت حیرت انگیز مثبت نتائج برآمد ہوئے ہیں۔ وائرس کو پھیلنے کیلیے انسان کے اندر مطلوبہ خلیہ درکار ہوتا ہے۔ اس ضمن میں عام خلیات کے مقابلے میں زیادہ تر سرگرم امنیاتی خلیات (امیون سیلز) ہی ایچ آئی وی کا نوالہ بنتے ہیں۔ ماہرین کے خیال میں خواتین کے تولیدی نظام (ری پروڈکٹیو ٹریکٹ) میں

اندرونی سوزش ہی ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کی وجہ بنتی ہے۔ تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ اسپرین نے خواتین کے رحم اور تولیدی نظام میں ایچ آئی وی سے متاثر ہونے والے خلیات کی تعداد میں 35 فیصد تک کمی کردی۔ اس کے علاوہ ایچ آئی وی کے خطرے سے دوچار خواتین کئی برس تک انفیکشن سے محفوظ رہیں۔ ماہرین نے اس کامیابی کے بعد اسپرین پر مزید تحقیق پر زور دیا ہے۔ ماہرین اب یہ جاننا چاہتے ہیں کہ اسپرین جیسی سادہ دوا کس طرح خلوی سطح پر انفیکشن کو روک رہی ہے۔ اگر یہ بات اچھی طرح ثابت ہوجاتی ہے تو اسپرین کے ذریعے کم خرچ طریقے پر غریب ممالک کی خواتین میں ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کو روکا جاسکتا ہے تاہم اسے علاج کے بجائے احتیاطی تدبیر ہی کہا جائے گا۔

اسمارٹ فونز کی روشنی بینائی کے لیے خطرناک

یہ تو سب جانتے ہیں کہ اسمارٹ فونز سے خارج ہونے والی نیلی روشنی ہماری آنکھوں کے لیے اچھی نہیں مگر اب یہ انکشاف سامنے آیا ہے کہ یہ توقعات سے زیادہ تباہ کن ہے۔ امریکا کی ٹولیڈو یونیورسٹی کی تحقیق میں انکشاف کیا گیا کہ اسمارٹ فونز سے خارج ہونے والی یہ روشنی ہمارے قرنیے میں جذب ہوکر ایسے زہریلے کیمیکل کی پیداوار کو حرکت میں لاتی ہے جو خلیات کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ اس نقصان کے نتیجے میں بینائی میں بڑے بلائنڈ اسپاٹس بنتے ہیں جو پٹھوں میں تنزلی کی علامت ہوتے ہیں، یہ ایک ایسا مرض ہے جو اندھے پن کا خطرہ بڑھاتا ہے۔ تحقیقی ٹیم نے لوگوں کو مشورہ دیا ہے کہ اندھیرے میں ان ڈیوائسز کو استعمال نہ کریں کیونکہ اس وقت زیادہ

خطرناک نیلی روشنی آنکھوں میں داخل ہوتی ہے۔ عمر بڑھنے کے ساتھ آنیوالی تنزلی عام طور پر 50 سال یا اس سے زائد عمر کے افراد کو شکار بناتی ہے جس سے اندھے پن کا خطرہ بڑھتا ہے۔ ایسا اس وقت ہوتا ہے جب قرنیے کے مرکز کے قریب واقع ایک حصہ جو نظر تیز رکھنے میں مدد دیتا ہے، کو نقصان پہنچتا ہے۔ اس کے شکار افراد کو دھندلے پن اور بلائنڈ اسپاٹس کا سامنا ہوتا ہے جو وقت کے ساتھ بڑے ہونے لگتے ہیں جبکہ قرینہ مرنے لگتا ہے۔ اس تحقیق میں اسمارٹ فونز کی روشنی کے بینائی پر مرتب ہونے والے اثرات کا جائزہ لیا گیا۔ محققین کا کہنا تھا کہ انسانی آنکھ یو وی لائٹ کو بہت اچھی طرح منعکس کرتی ہے مگر نیلی روشنی کو اندر داخل ہونے کی اجازت دیتی ہے اور قرینہ بھی اسے اچھی طرح جذب کرتا ہے۔

نیند کی کمی کے یہ اثرات آنکھیں کھول دیں گے

ہوسکتا ہے آپ دفتر میں بہت مصروف ہو یا یہ بھی ممکن ہے کہ کسی نومولود کی دیکھ بھال کر رہے ہوں، یہ نہیں تو ہوسکتا ہے آپ کو اچانک پتا چلے کہ آج شب تو کوئی بہت پسندیدہ پروگرام ٹی وی پر آنے والا ہے۔ غرض لاکھوں وضاحتیں ہوسکتی ہیں جن کی مدد سے آپ خود کو تسلی دیں گے کہ طبی ماہرین کے تجویز کردہ 7 سے 8 گھنٹے کی نیند نہیں لی جاسکتی۔ مگر یہاں کچھ وجوہات ایسی بتائی جارہی ہیں جو یہ سمجھانے میں مددگار ثابت ہوسکتی ہے کہ ہر رات پوری نیند لینا کیوں ضروری ہے۔

حادثات کا خطرہ بڑھتا ہے

نیند کی کمی صرف آپ کی نہیں بلکہ دیگر افراد کی زندگیاں خطرے میں ڈال سکتی ہے، خصوصاً سڑک پر، ذہنی و جسمانی تھکاوٹ اور غنودگی ردعمل کی صلاحیت کو انتہائی سست کردیتے ہیں بالکل جیسے الکحل استعمال کرنے والوں کی طرح، امریکا کے نیشنل ہائی وے ٹریفک سیفٹی ایڈمنسٹریشن کے مطابق صرف امریکا میں ہی نیند کی کمی کی وجہ سے ایک لاکھ حادثات ہوتے ہیں اور 7 ہزار ہلاکتیں ہوتی ہیں، اسی طرح بے خوابی دفاتر میں بھی حادثات اور زخمی ہونے کا خطرہ بڑھ جاتی ہے۔

دماغی صلاحیتیں سست ہوجانا

نیند سوچنے، خیالات کے تجزیے اور سیکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے، اس کی کمی ان دماغی صلاحیتوں کو نمایاں حد تک سست کردیتی ہے، اس سے توجہ مرکوز کرنے، چوکنا پن اور مسائل حل کرنے کی صلاحیتیں بھی متاثر ہوتی ہیں، آسان الفاظ سے دماغ کے لیے اپنی مکمل صلاحیت کام کرنا ممکن نہیں ہوتا جس کی وجہ سے روزمرہ کے کاموں میں مشکلات کا سامنا ہوتا ہے۔

جان لیوا طبی امراض

مختلف طبی تحقیقی رپورٹس کے مطابق بے خوابی کے شکار افراد میں ذیابیطس، دل کی دھڑکن میں بے ترتیبی، ہائی بلڈ پریشر، امراض قلب، ہارٹ فیلیئر، فالج، بانجھ پن اور بینائی کی کمزوری کا خطرہ بہت زیادہ ہوتا ہے۔

ذہنی صحت کے مسائل

نیند کی کمی سے ڈپریشن کا مرض لاحق ہوسکتا ہے، ایک تحقیق میں دریافت کیا گیا کہ 6 گھنٹے سے کم نیند لینے والے افراد میں ڈپریشن اور ذہنی بے چینی کا عارضہ اکثر سامنے آتا ہے۔

قبل از وقت بڑھاپا

صرف ایک دن کی ناکافی نیند کے اثرات بھی جلد پر نمایاں ہوتے ہیں، یعنی آنکھیں پھول جاتی ہیں اور جلد بھی سوجن کا شکار ہوتی ہے، تاہم اگر ناکافی نیند کو عادت بنالیا جائے تو اس کے جلد پر انتہائی منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں، وہ ڈھیلی ہوجاتی ہے، فائن لائنز تیزی سے ابھرنے لگتی ہیں جبکہ آنکھوں کے نیچے سیاہ حلقے تو سب سے پہلے نمودار ہوتے ہیں۔

یادداشت سے محرومی

جب ہم سوتے ہیں تو دماغ یادداشت کو منظم کرنے کا کام کرتا ہے، جس سے یادداشت مستحکم رہتی ہے اور نئی چیزیں سیکھنے میں بھی مدد ملتی ہے، تاہم نیند کی کمی کی صورت میں دماغ یادوں کو عارضی طور پر محفوظ کرتا ہے اور طویل المعیاد بنیادوں پر لوگ چیزیں بھولنے لگتے ہیں یا یوں کہہ لیں بھلکڑ ہوجاتے ہیں۔

موٹاپا

کم نیند کے نتیجے میں لوگوں کا جسمانی ہارمون توازن بگڑ جاتا ہے جس کے نتیجے میں کھانے کی اشتہا خاص طور پر بہت زیادہ کیلوریز والی غذاؤں کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔

کیا ذہنی تناؤ بال گرنے کی رفتار بڑھانے کا باعث بنتا ہے

ہر ایک کو ہی روزمرہ کی زندگی میں ذہنی تناؤ کا سامنا ہوتا ہے، اب وہ پیشہ وارانہ فرائض کی وجہ سے ہو یا گھریلو مسائل، بیماریاں یا کسی بھی وجہ سے، ذہنی صحت تو متاثر ہوتی ہے۔ مگر کیا ذہنی تناؤ بالوں کے گرنے یا گنج پن کا خطرہ بھی بڑھاتا ہے؟ اس سوال کا جواب ہے ہاں ایسا ہوتا ہے کیونکہ کئی بار تناؤ کے باعث جسم اپنا ردعمل مختلف مسائل جیسے ناخن کمزور ہوجانا، کیل مہاسوں یا بالوں کے گرنے کی شکل میں ظاہر کرتا ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق اس وجہ سے اگر بالوں سے محروم ہورہے ہوں تو اسے **telogeneffluvium** کہا جاتا ہے جس کے دوران تناؤ کے باعث بالوں کی جڑوں کو "سونے" پر مجبور کردیتا ہے جس کے نتیجے میں بال گرنے لگتے ہیں یا کچھ حصوں سے کھوپڑی نمایاں ہونے لگتی ہے۔ ماہرین کے مطابق بالوں کی جڑوں کی اپنی زندگی کا چکر ہوتا ہے، نشوونما، تبدیلی، آرام اور گرنا، بیشتر افراد اس پیچیدہ عمل کو سمجھنے سے قاصر ہوتے ہیں، آسان الفاظ میں کہا جائے تو ذہنی تناؤ آپ کو گنج پن کا شکار بنا سکتا ہے۔ تاہم یہ اثر اکثر حالات میں دیرپا نہیں ہوتا بلکہ مکمل گنج پن اسی وقت تک ممکن نہیں جب تک سر کے اندر ورم موجود نہ ہو اور یہ آٹو امیون مرض اس وقت حرکت میں آتا ہے جب کوئی شخص بہت زیادہ تناؤ کا شکار ہو۔ درحقیقت تناؤ کے نتیجے میں بالوں کے گرنے کا نوٹس فوری طور پر نہیں ہوتا بلکہ 3 ماہ بعد اس کے آثار نظر آنا شروع ہوتے ہیں کیونکہ نئے بالوں کی نشوونما جو نہیں ہوتی۔ عام طور پر اوسطاً ہر فرد کے روزانہ 50 سے 100 بال گرتے ہیں جو کہ معمول کا حصہ ہے بلکہ عام طور پر ان بالوں کی عدم موجودگی کا علم بھی نہیں ہوتا، مگر جب یہ تعداد زیادہ ہوجائے تو پھر یہ واقعی سوچنے پر مجبور کردینے والا مسئلہ ہے۔ یعنی اگر آپ کنگھے یا سر دھونے کے بعد ٹوٹ جانے والے بالوں کو معمول سے زیادہ دیکھیں یا ان کا گھنا پن کسی ایک حصے سے کم ہورہا ہو یا پورے سر پر ایسا ہورہا ہو تو ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہئے۔ طرز زندگی میں مخصوص تبدیلیاں کرنا اس حوالے سے مددگار ثابت ہوسکتا ہے، جیسے مناسب وقت تک نیند، اپنے پسندیدہ مشاغل میں وقت گزارنا جس سے تناؤ میں کمی آئے، قابل ذکر ہیں۔ اسی طرح وٹامنز اور منرلز سے بھرپور متوازن غذا کا استعمال بھی ضروری ہوتا ہے، ورزش کو معلوم بنالینا بھی ذہنی تناؤ میں کمی لاتا ہے۔

جلد کی بیماریاں کینسر کا باعث قرار

کیلی فورنیا: امریکا کے طبی ماہرین نے انکشاف کیا ہے کہ جلد کی مختلف معمولی بیماریاں شدت اختیار کرکے خطرناک موذی مرض کینسر میں تبدیل ہوجاتی ہیں۔ تفصیلات کے مطابق امریکا کی اسٹینفورڈ یونیورسٹی میں جلدی امراض سے متعلق تحقیقاتی مطالعے کا انعقاد کیا گیا جس کے دوران یہ بات سامنے آئی کہ بے ضرر سمجھی جانے والی بیماری بڑھ کر کینسر میں تبدیل ہوجاتی ہے۔ ماہرین کے مطابق تحقیق میں یہ بات سامنے آئی کہ اکثر لوگ جلد پر نکلنے والے غدود کو عام سمجھ کر نظر انداز کرتے ہیں مگر یہ حقیقت میں کینسر کی آمد کا خاموش پیغام ہوتا ہے۔ تحقیقاتی ماہرین کے مطابق بے ضرر سمجھے جانے والے جلدی امراض شدت اختیار کرکے جان لیوا کینسر میں تبدیل ہوجاتے ہیں۔

بے داغ اور جگمگاتی جلد کے لیے یہ عادت چھوڑ دیں

کیا بے داغ اور جگمگاتی جلد چاہتے ہیں؟ تو بے وقت مختلف چیزوں کو کھانے کی عادت سے جان چھڑالیں۔ یہ بات امریکا میں ہونے والی ایک طبی تحقیق میں سامنے آئی۔ ٹیکساس یونیورسٹی کی تحقیق میں بتایا گیا کہ رات گئے یا بے وقت کچھ کھانا جلد کی سورج کی نقصان دہ الٹرا وائلٹ شعاعوں سے خود کو بچانے کی صلاحیت کو متاثر کرسکتی ہے۔ تحقیق میں یہ بھی بتایا گیا کہ ایسے افراد کی جلد سورج کی تپش سے جلد جل جاتی ہے جبکہ طویل المعیاد بنیادوں پر جلد کو قبل از وقت بڑھاپے اور اسکین کینسر جیسے خطرات کا سامنا بھی ہوسکتا ہے۔ محققین کا کہنا تھا کہ نتائج نے ہمیں حیران کردیا، ہمارا انہیں خیال تھا کہ جلد اس چیز پر توجہ دیتی ہے کہ ہم کیا کھاتے ہیں۔ چوہوں پر کیے گئے تجربات کے

دوران انہیں مختلف اوقات میں غذا دی گئی اور معلوم ہوا کہ بے وقت یا رات گئے کھانے سے جلد پر سورج کی شعاعیں زیادہ اثرات مرتب کرتی ہیں۔ محققین کے مطابق رات گئے کھانے کے نتیجے میں ایک انزائمے جو کہ سورج کی شعاعوں سے متاثر جلد کی مرمت کا کام کرتا ہے، کی کارکردگی دن میں کم متحرک ہوجاتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ کھانے کا نظام الاوقات ہونا جلد کو بے داغ اور جگمگانے کے لیے ضروری ہے اور سورج کی شعاعوں سے زیادہ تحفظ مل سکتا ہے۔ تاہم اگر کسی فرد کے کھانے پینے کا کوئی وقت نہیں، تو اس کی جلدی گھڑی پر مضر اثرات مرتب ہوتے ہیں اور وہ قبل از وقت بوڑھے نظر آنے لگتے ہیں۔ اس تحقیق کے نتائج طبی جریدے جرنل سیل میں شائع ہوئے۔

پھیپھڑوں کا سرطان

پھیپھڑوں کا سرطان بہت مہلک اور جان لیوا سرطان ہے اور دنیا بھر میں ہر سال کینسر سے ہونے والی اموات میں سے ہر پانچ میں سے ایک موت پھیپھڑوں کے سرطان کی وجہ سے ہوتی ہے۔ دنیا بھر میں ہر سال پھیپھڑوں کے سرطان کا عالمی دن منایا جاتا ہے جس کا مقصد عالمی برادری میں پھیپھڑوں کے سرطان کے بارے میں آگاہی اور اس سے تدارک کے حل کے لیے کوشش شامل ہیں۔

پھیپھڑوں کا سرطان زیادہ تر سگریٹ نوشی اور آلودگی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ ایک رپورٹ کے مطابق 94 فیصد پھیپھڑوں کے سرطان میں بنیادی وجہ تمباکو نوشی ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق تمباکو نوشی کرنے والے 24 سے 36 فیصد افراد میں پھیپھڑوں کے سرطان کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کیڑے مار ادویات، ڈیزل کا دھواں، زیادہ گوشت کا استعمال، سیمنٹ کے ذرات اور کان کنی کے شعبے سے متعلق افراد کو بھی پھیپھڑوں کے سرطان میں مبتلا ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ تابکاری، صنعتی اداروں کے کچرے، فضائی آلودگی اور چند دیگر عوامل بھی اس سرطان کو پروان چڑھانے میں نمایاں کردار ادا کرتے ہیں۔

تمباکو نوشی کے بڑھتے ہوئے استعمال کے ساتھ ساتھ پھیپھڑوں کے سرطان میں بھی اضافہ ہورہا ہے۔ پاکستان میں نہ صرف تمباکو نوشی کرنے والے افراد بلکہ **PassiveSmokers** یعنی وہ لوگ جو تمباکو نوشی سے دور ہیں، دونوں میں پھیپھڑوں کا سرطان موجود ہوسکتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق جو لوگ سگریٹ نہیں پیتے ہیں مگر سگریٹ پینے والوں کے نزدیک رہتے ہیں ان میں بھی یہ کینسر ہونے کا خطرہ بہت زیادہ ہوتا ہے۔ ایک حالیہ ریسرچ کے مطابق خالی پیٹ یا نہار منہ سگریٹ نوشی کرنے والوں میں پھیپھڑوں کے سرطان کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ تحقیق کے مطابق سگریٹ نوشی کرنے والے افراد میں نکوٹین کی ایک ذیلی پیداوار کو ٹنائن (**Contine**) کی مقدار کی پیمائش سے پھیپھڑوں کے کینسر کے خطرے کا اندازہ ہوتا ہے اور تجربے کے بعد یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ ناشتہ کرنے کے بعد سگریٹ پینے سے اس مادہ کی مقدار کم ہوجاتی ہے۔

پھیپھڑوں کے سرطان میں سب سے خطرناک چیز یہ ہوتی ہے کہ اسکی علامات اس وقت ظاہر ہوتی ہیں جب مرض دوسرے یا تیسرے مرحلے میں داخل ہوچکا ہوتا ہے۔ کھانسی مسلسل دو ہفتوں سے زیادہ رہے اور علاج اور دوائیوں کے باوجود بھی کھانسی میں افاقہ نہ ہو تو یہ پھیپھڑوں کے کینسر کی ایک علامت ہوسکتی ہے اور اگر کھانسی کی آواز میں تبدیلی کے ساتھ ساتھ کھانسنے کے دوران درد ہو اور کھانسی میں خون یا سرخ اور سبز رنگ کا بلغم (**Sputum**) آئے تو وہ بھی فوری طور پر چیک اپ کروانا چاہیے۔ اس کے علاوہ متاثرہ مریض میں پھیپھڑوں کے کینسر کا ٹیومر ہوا کے دباؤ کو محدود کرنے کی وجہ سے مریض کے پھیپھڑوں کے چاروں طرف ایک سیال جمع ہونے کا سبب ہو سکتا ہے جس کی وجہ سے مریض کو سانس لینے میں بھی بہت دشواری پیش آتی ہے۔ پھیپھڑوں کے کینسر میں مریض کو سانس لینے میں خرخراہٹ کی آواز بھی آتی ہے جو ٹیومر کی افزائش اور سوزش کی وجہ سے ہوسکتی ہے۔ مریض کے وزن میں کمی بھی ایک نمایاں تبدیلی اور علامت ہوتی ہے۔ کینسر کے خلیات توانائی حاصل کرنے کے لئے متاثرہ فرد کے میٹابولزم سے اپنی ضروریات پوری کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ کینسر میں مبتلا شخص عام طور پر ریڑھ کی ہڈی، ران کی ہڈی، پسلیوں کی بڑی ہڈیوں کے ساتھ ساتھ کندھے کے درد میں بھی مبتلا ہوجاتا ہے۔ اگر جسم میں ان جگہوں پر مسلسل درد کی شکایت رہے تو فوری طور پر اپنے ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیئے۔

پھیپھڑوں کے سرطان کی ابتدائی حالت میں اگر تشخیص ہوجائے تو علاج کے ستر فیصد امکانات ہوتے ہیں کہ مریض علاج کے سہارے پانچ سال تک زندگی گزار سکتا ہے۔ جبکہ اگر مرض آخری مرحلے پر ہو تو علاج کے امکانات پانچ فیصد سے بھی کم ہوجاتے ہیں جبکہ سگریٹ نوشی سے ہونے والی بیماریوں کے شکار افراد میں پھیپھڑوں کے سرطان کا آپریشن یا علاج مفید ثابت نہیں ہوتا ہے۔

ہم صحت مند طرز زندگی اپنا کر اور تمباکو نوشی سے پرہیز کرکے پھیپھڑوں کے سرطان سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ پھیپھڑوں کے کینسر کے علاج جس میں کیموتھراپی بھی شامل ہے، اس میں قوت مدافعت میں بہت کمی آجاتی ہے۔ لہذا صحت بخش پھلوں، سبزیوں اور مشروبات کو لازمی استعمال میں رکھنا چاہیئے۔ اور کھانے کی چیزوں کو ہاتھ لگانے سے پہلے ہاتھ اچھی طرح سے دھو لینے چاہیئے۔ پھلوں اور سبزیوں کو بھی استعمال کرنے سے پہلے، پکانے اور کھانے سے پہلے اچھی طرح دھو لینا چاہیے تاکہ ان کے اوپر سے مٹی اور دیگر جراثیم وغیرہ صاف ہوجائیں۔ کچا پکا یا بالکل کچا گوشت، انڈہ، مچھلی اور مرغی وغیرہ نہیں کھانا چاہیئے اور انڈے سے بنی ہوئی بیکری اور دیگر چیزیں بھی استعمال نہیں کرنی چاہیئے۔ ایک تحقیق کے مطابق سیب میں پائے جانے والے ایک مادے فلیوونائیڈ (**Flavonides**) کے باعث اس کے استعمال سے پھیپھڑوں کے سرطان کے خطرات میں کمی آسکتی ہے۔ اس کے علاوہ **cancer prevention research** جرنل میں شائع ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق تازہ لہسن کو اپنی روزمرہ کی خوراک میں استعمال کرنے سے پھیپھڑوں کے کینسر کے خطرے کے امکانات کو کم کیا جاسکتا ہے۔ تحقیق کے مطابق لہسن میں موجود ایلی سین (**Allicin**) انسانی جسم کے لئے بے حد فائدہ مند ہوتا ہے جو جسم میں سوزش کو کم کرکے مختلف **infections** کو کنٹرول میں رکھتا ہے۔ زیادہ فوائد حاصل کرنے کے لئے لہسن کو کچا کھانا چاہیئے۔

بند گوبھی میں سلفورافین (**Sulforaphane**) نامی مادہ پھیپھڑوں کے کینسر سے محفوظ رکھتا ہے۔ اور یہ انسانی جسم میں انزائمز کی پیداوار کو بڑھا کر سرطان پیدا کرنے والے مادے کی پیداوار کو کم کردیتا ہے۔ اس کے علاوہ شملہ مرچ، سرخ مرچیں جن میں موجود فائٹو کیمیکل موجودگی پھیپھڑوں کے کینسر کے خطرے کو کم کرنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ ہری سبزیوں خصوصاً پالک میں موجود آئرن، وٹامن اور لوٹین کی وافر مقدار کی موجودگی بھی پھیپھڑوں کے سرطان سے محفوظ رکھتے ہیں۔ ایک تحقیق کے مطابق گریپ فروٹ کا اینٹی آکسیڈنٹ **AntiOxidant**، انگوپین پر مشتمل ہوتا ہے جو پھیپھڑوں میں موجود نقصان دہ **Toxins** کو ختم کر دیتا ہے اور سفید خلیات کی تعداد میں اضافہ کرتے ہیں۔

ایک طبی جریدے **cancer epidemiology biomarkers & prevention** کی ایک تحقیق کے مطابق نشاستہ دار غذا زیادہ استعمال کرنے سے پھیپھڑوں کے کینسر کا خطرہ 49 فیصد تک بڑھ جاتا ہے۔ ایک اندازے کے مطابق 90 فیصد پھیپھڑوں کے کینسر کو صرف تمباکو نوشی کو ترک کرکے روکا جاسکتا ہے۔ اور ہمیں انفرادی اور اجتماعی طور پر تمباکو نوشی کے بڑھتے ہوئے رجحان کو روکنے کی اشد ضرورت ہے۔ آج کل مختلف مختلف ناموں سے لوگ تمباکو نوشی کر رہے ہیں۔ جس میں ایک نشہ شیشہ بھی ہے جو تمباکو نوشی کی ایک بے حد خطرناک صورت ہے۔ کارخانوں کے مضر صحت دھوئیں سے ممکنہ حد تک پرہیز کرنا چاہیئے اور اپنے اردگرد اور گھر کے ماحول کو صاف ستھرا، دھول مٹی سے دور رکھنا چاہیئے۔ باقاعدگی سے اپنے قریبی معالج یا فزیشن سے مکمل چیک اپ کرواتے رہنا چاہیئے۔ تاکہ اگر کینسر یا دیگر کسی بھی بیماری کی موجودگی کا ابتدائی مرحلے سے ہی معلوم ہوسکے اور اسکا بروقت علاج کیا جاسکے۔ خاص کر ایسے افراد جن میں پھیپھڑوں کے سرطان کا خطرہ زیادہ ہو، جیسے تمباکو نوشی کرنے والے افراد جن کی عمر 55 سال سے زیادہ ہو۔ ان کو سال میں ایک بار لازمی چیک اپ کروالینا چاہیئے۔ برطانیہ کی ایک حالیہ تحقیق کے مطابق ہزاروں افراد سرطان کی ابتدائی علامات اپنے معالج کے سامنے خوف کی وجہ سے بیان نہیں کر پاتے ہیں۔ سرطان کے علاج کے لئے ابتدائی مرحلے میں ہی اس کی تشخیص ضروری ہے۔

وزیراعظم نے پرواسی بھارتیہ ایکسپریس کو جھنڈی دکھا کر روانہ کیا

نئی دلی//

وزیراعظم نریندر مودی نے بھوبنیشور میں پرواسی بھارتیہ ایکسپریس کا افتتاح کیا۔ یہ ایک خصوصی ٹورسٹ ٹرین ہے جو ہندوستانی تارکین وطن کے لیے وقف ہے۔ لانچ 18ویں پرواسی بھارتیہ دیوس کنونشن کے ساتھ ہوا، جو کہ ہندوستانی تارکین وطن کے ساتھ مشغول ہونے کا ایک اہم پروگرام ہے، جو اوڈیشہ حکومت کے ساتھ شراکت میں منعقد کیا جا رہا ہے۔ کنونشن سے خطاب کرتے ہوئے پی ایم مودی نے ہندوستان کی تیز رفتار ترقی اور ہنر مند ہنر کی عالمی مانگ کو پورا کرنے کی اس کی صلاحیت پر زور دیا۔ مودی نے کہا" ہندوستان، اپنی نوجوان اور ہنر مند آبادی کے ساتھ، آنے والی دہائیوں میں ٹیلنٹ کی دنیا کی ضرورت کو پورا کرنے میں اہم کردار ادا کرے گا۔ انھوں نے ہندوستان کی عالمی ساکھ کو بڑھانے کے لئے ڈایا سپورا سے اظہار تشکر کیا اور ان کی بہبود کے لئے حکومت کے عزم کو دہرایا۔ آپ کی حفاظت اور فلاح و بہبود ہماری اولین ترجیحات ہیں۔ بحران کے دوران آپ کی مدد کرنا ہماری ذمہ داری ہے، چاہے آپ کہیں بھی ہوں۔ یہ اصول ہندوستان کی خارجہ پالیسی کی رہنمائی کرتا ہے۔ اوڈیشہ کے وزیر اعلیٰ موہن چرن ماجھی نے بھی اس تقریب سے خطاب کیا، جس میں ریاست کے بھرپور ثقافتی ورثے کی نمائش کی گئی۔ انہوں نے ہندوستان کے کلاسیکی فنون، جیسے اوڈیسی رقص اور پٹا چتر پینٹنگز میں اوڈیشہ کی شراکت پر روشنی ڈالی، اور اس کے عالمی سطح پر مشہور ہینڈلوم کپڑے اور قدرتی خوبصورتی کی تعریف کی۔ 8 سے 10 جنوری تک منعقد ہونے والے پرواسی بھارتیہ دیوس کنونشن نے 50 سے زیادہ ممالک سے ہندوستانی ڈایا سپورا کے ارکان کو اکٹھا کیا ہے۔ اس سال کے پروگرام کا تھیم ہے " ڈایا سپورا کی شراکت برائے وکست بھارت"۔ جو ایک ترقی یافتہ ہندوستان کی تعمیر میں بیرون ملک ہندوستانیوں کے کردار کی عکاسی کرتا ہے۔ وزیر اعظم مودی کے بھوبنیشور کے دورے کو ہوائی اڈے پر سی ایم ماجھی، وزیر خارجہ ایس جے شنکر، اور اوڈیشہ کے گورنر ہری بابو کمبھمپتی کی طرف سے گرمجوشی سے استقبال کیا گیا۔ مسٹر مودی نے اس موقع پر کہا کہ خصوصی ٹرین کو ہری جھنڈی دکھانا 1915 میں مہاتما گاندھی کی جنوبی افریقہ سے ہندوستان واپسی کی سالگرہ کے موقع پر ہے۔ اسی دن 1915 میں مہاتما گاندھی طویل عرصے تک بیرون ملک رہنے کے بعد ہندوستان واپس آئے تھے۔ قابل غور ہے کہ پرواسی بھارتیہ ایکسپریس کو خاص طور پر ہندوستانی تارکین وطن کے لیے ڈیزائن اور تیار کیا گیا ہے، خاص طور پر 45 سے 65 سال کی عمر کے افراد کے لیے۔ ٹرین تین ہفتہ کی مدت میں اہم سیاحتی اور مذہبی مقامات سمیت ملک بھر کے کئی مقامات کا سفر کرے گی۔ ان مقامات میں اجودھیا، پٹنہ، گیا، وارانسی، مہابلی پورم، رامیشورم، مدورائی، کوچی، گوا، ایکتا نگر (کیوڑیا)، اجمیر، پشکر اور آگرہ شامل ہیں۔ ہندوستانی تارکین وطن کو ان کی جڑوں سے جوڑنے کے لیے، یہ تین ہفتہ طویل دورہ انڈین ریلوے کیٹرنگ اینڈ ٹورازم کارپوریشن (آئی آر سی ٹی سی) کے تعاون سے وزارت خارجہ کی پرواسی تیرتھ درشن یوجنا (پی ٹی ڈی وائی) اسکیم کے تحت منعقد کیا جا رہا ہے۔ ٹرین زیادہ سے زیادہ 156 مسافر بیٹھ سکتے ہیں۔

بھارت اور افغانستان کے حکام کی دبئی میں اہم ملاقات

دبئی// بھارتی خارجہ سیکریٹری وکرم مشری نے دبئی میں افغانستان کے قائم مقام وزیر خارجہ مولوی امیر خان متقی کے ساتھ اہم ملاقات کی۔ دونوں فریقین نے دوطرفہ تعلقات اور علاقائی ترقیات سے متعلق مختلف امور پر تبادلہ خیال کیا۔ خارجہ سیکریٹری نے بھارتی عوام اور افغان عوام کے درمیان تاریخی دوستی کو اجاگر کیا اور دونوں ممالک کے عوام کے درمیان مضبوط تعلقات پر زور دیا۔ انہوں نے افغانستان کے عوام کی ترقیاتی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے بھارت کی تیاری کا اظہار کیا۔ ملاقات کے دوران، دونوں رہنماؤں نے افغانستان میں جاری بھارتی انسانی امدادی پروگراموں کا جائزہ لیا۔ افغان وزیر نے بھارتی قیادت کی حمایت اور افغان عوام کی مدد کے لیے کوششوں کی تعریف کی۔ موجودہ ترقیاتی سرگرمیوں کو دیکھتے ہوئے فیصلہ کیا گیا کہ بھارت مستقبل قریب میں ترقیاتی منصوبوں میں حصہ لینے پر غور کرے گا۔ اس کے ساتھ جاری انسانی امدادی پروگراموں کو بھی جاری رکھے گا۔ یہ بات قابل ذکر ہے کہ بھارت نے افغان عوام کی ضروریات کو مدنظر رکھتے ہوئے انسانی امداد فراہم کرنے کا فیصلہ کیا تھا، جس میں اب تک 50,000 میٹرک ٹن گندم، 300 ٹن ادویات، 27 ٹن زلزلہ ریلیف، 40,000 لیٹرز کیڑے مار ادویات، 100 ملین پولیو خوراکیں، 1.5 ملین کووڈ ویکسینز، 11,000 ہائی جین کٹس، منشیات سے چھٹکارے کے پروگرام کے لیے امداد، 500 یونٹس کے موسم سرما کے کپڑے اور 1.2 ٹن اسٹیشنری شامل ہیں۔ افغان فریق کی درخواست پر، بھارت نے صحت کے شعبے میں مزید امداد فراہم کرنے اور پناہ گزینوں کی بحالی میں تعاون کرنے کا وعدہ کیا۔ ملاقات کے دوران دونوں رہنماؤں نے نوجوان افغانوں کے لیے کھیلوں (خصوصاً کرکٹ) میں تعاون بڑھانے پر بھی اتفاق کیا۔ چابہار بندرگاہ کے استعمال کو فروغ دینے کے لیے بھی بات چیت کی گئی تاکہ تجارت اور افغانستان کے لیے امداد کو آسان بنایا جا سکے۔ افغان وزیر نے بھارت کی سلامتی کے خدشات کو مدنظر رکھنے کی یقین دہانی کرائی۔ دونوں فریقین نے مسلسل رابطے میں رہنے اور مختلف سطحوں پر تعلقات کو مضبوط کرنے کا عزم کیا۔

آرمی چیف نے این سی سی یوم جمہوریہ کیمپ 2025 کا دورہ کیا

نئی دلی//

چیف آف آرمی اسٹاف (سی او اے ایس) جنرل اوپیندر دویدی نے 9 جنوری 2025 کو دہلی کینٹ میں این سی سی یوم جمہوریہ پریڈ کیمپ کا دورہ کیا۔ اپنے خطاب میں، انہوں نے کیڈٹس کی حوصلہ افزائی کی کہ وہ بہترین کارکردگی کے لیے کوششیں جاری رکھیں اور اس حقیقت پر زور دیا کہ قوم کی خدمت مسلح افواج سے بالاتر ہے۔ انہوں نے یہ بھی کہا کہ این سی سی کی طرف سے رکھی گئی بنیاد انہیں ہر شعبے میں قائدانہ کردار کے لیے تیار کرتی ہے۔ سی او اے ایس نے خدمت اور قومی تعمیر میں این سی سی کی بے لوث کوششوں کی بھی تعریف کی۔ انہوں نے کئی کمیونٹی پروگراموں، خون کے عطیہ کی مہم، ماحولیاتی تحفظ کے اقدامات اور سماجی بیداری کی سرگرمیوں میں کیڈٹس کی فعال شرکت کی تعریف کی۔ آرمی چیف نے اپنے کیڈٹ کے دنوں کو یاد کرتے ہوئے اس حقیقت پر روشنی ڈالی کہ آج کے کیڈٹس وکست بھارت کے لیے بہت اہم کردار ادا کریں گے۔ جنرل اپیندر دویدی نے اپنے خطاب کے اختتام پر کیڈٹس کو ان کے مستقبل کے لئے نیک خواہشات کا اظہار کیا اور امید ظاہر کی کہ وہ ایک خوشحال اور مضبوط ہندوستان کے مستقبل کے لیڈروں کے طور پر کردار ادا کریں گے۔ آخر میں، انہوں نے سابق چیف آف ڈیفنس اسٹاف آنجہانی جنرل بپن راوت کا حوالہ دیا۔" خاموشی سے اپنی پہنچان بنائیں اور ہوائیں آپ کی تعریف کے نغمے گائیں گی"۔ آرمی چیف نے پروگرام کے حصے کے طور پر گارڈ آف آنر کا جائزہ لیا جو فوج، بحریہ، فضائیہ اور گرلز کیڈٹس پر مشتمل تھا۔ چیف آف آرمی اسٹاف نے گورنمنٹ ہائی اسکول، میزورم کے بینڈ پرفارمنس کا مشاہدہ کیا۔ جنرل اپیندر دویدی نے سماجی بیداری کے پروگراموں اور کمیونٹی ڈویلپمنٹ مہموں کی عکاسی کے تھیم پر مبنی فلیگ ایریا کی تیاری میں کیڈٹس کی کوششوں کی بھی تعریف کی۔ این سی سی کیڈٹس نے رکھے ہوئے اور فعال دونوں بحری جہازوں کے ماڈلز بنانے کی اپنی مہارت کا مظاہرہ کیا۔ کیڈٹس نے ایک چھوٹا ثقافتی پروگرام بھی پیش کیا جس میں موسیقی، آواز اور فنی نمائشی کے ذریعے اپنی ثقافت اور 'ایک بھارت شریشٹھ بھارت' کے عزم کو ظاہر کیا گیا۔

خزانہ سکریٹری توہن کانت پانڈے نے وزارت خزانہ کے ریوینیو کے محکمے کے سکریٹری کے طور پر چارج سنبھالا

نئی دلی// موجودہ خزانہ سکریٹری جناب توہن کانت پانڈے نے آج دوپہر سے قبل وزارت خزانہ کے ریوینیو کے محکمے (ڈی او آر) کے سکریٹری کے طور پر چارج سنبھالا۔ کابینہ کی تقرری کمیٹی نے بدھ کے روز جناب پانڈے کو وزارتِ خزانہ کے ریوینیو کے محکمے (ڈی/ او ریوینیو) کا سکریٹری مقرر کیا تھا۔ حکم نامے میں جناب پانڈے کو خزانہ سکریٹری کے طور پر بھی اپنی ذمہ داری جاری رکھنے کی ہدایت دی گئی ہے۔ اس سے قبل جناب پانڈے، جو 1987 بیچ کے آئی اے ایس افسر ہیں اور جن کا تعلق اڈیشہ کیڈر سے ہے، تین محکموں کے سکریٹری یعنی 24 اکتوبر 2019 سے سرمایہ کاری اور سرکاری اثاثے کے بندوبست کے محکمے (ڈی آئی پی اے ایم) یکم اگست 2024 سے سرکاری کمپنیوں کے محکمے (ڈی پی ای) اور 04 نومبر 2024 سے عملہ اور تربیت کے محکمے (ڈی پی ٹی) کے سکریٹری رہ چکے ہیں۔ ڈی آئی پی اے ایم اور ڈی پی ای دونوں محکمے وزارت خزانہ کے تحت کام کرتے ہیں۔ ڈی آئی پی اے ایم میں سکریٹری کے طور پر خدمات انجام دینے سے پہلے، جناب پانڈے نے مرکزی حکومت اور اڈیشہ کی ریاستی حکومت میں کئی اہم عہدوں پر خدمات انجام دی ہیں۔ اس کے علاوہ انہوں نے اقوام متحدہ کے صنعتی ترقیاتی ادارے (یو این آئی ڈی او) کے علاقائی دفتر میں بھی مختصر عرصے تک کام کیا۔ مرکزی حکومت میں ان کے سابقہ عہدوں میں جوائنٹ سکریٹری برائے منصوبہ بندی کمیشن (جو اب نیتی آیوگ ہے)، جوائنٹ سکریٹری، کابینہ سکریٹریٹ اور ڈپٹی سکریٹری وزارت تجارت شامل ہیں۔

تروپتی بھگدڑ واقعہ، چندرابابو نے زخمیوں کی عیادت کی

حیدرآباد// آندھراپردیش کے وزیراعلی این چندرابابو نائیڈو نے تروپتی میں گذشتہ روز پیش آئے بھگدڑ کے واقعہ کے مہلوکین کے ورثاء سے ملاقات کرتے ہوئے انہیں ہمت دلائی۔ چندرابابو نے ایس وی آئی ایم ایس ہاسپٹل پہنچ کر زخمیوں کی عیادت کی۔ ان کے بہتر علاج کا ڈاکٹرس کو مشورہ دیا۔ انہوں نے کہا کہ حکومت کی طرف سے زخمیوں کی مدد کی جائے گی۔ ان کے ہمراہ ریاستی وزراء، ضلع کلکٹر وینکٹیشور اور دوسرے موجود تھے۔ قبل ازیں چندرابابو نائیڈو نے بھگدڑ کے مقام کا معائنہ بھی کیا جہاں انہوں نے اس واقعہ کی وجوہات سے واقفیت حاصل کی۔ انہوں نے اس واقعہ پر عہدیداروں پر برہمی کا اظہار کیا۔ چندرابابو نائیڈو نے تروپتی کے کلکٹر وینکٹیشورلو، ایس پی سبارائیڈو اور ٹی ٹی ڈی کے صدرنشین شیاملا راؤ کے ساتھ ویڈیو کانفرنس کرتے ہوئے تفصیلات حاصل کیں۔ انہوں نے وزراء کے ستیہ پرساد، وی انیتا اور رام نارائن ریڈی کو ہدایت دی کہ وہ صورتحال پر نظر رکھیں۔ عہدیداروں نے تروپتی میں کنٹرول روم قائم کیا ہے تاکہ زخمیوں سے متعلق معلومات حاصل کی جاسکیں۔ اسی دوران ریاستی گورنر عبدالنذیر نے بھگدڑ کے واقعہ میں 6 افراد کی موت اور کئی افراد کے زخمی ہونے کی اطلاع پر گہرے دکھ کا اظہار کیا۔ گورنر نے عہدیداروں کو ہدایت دی کہ زخمیوں کے بہتر علاج کو یقینی بنایا جائے۔ انہوں نے مہلوکین کے ورثاء سے تعزیت کا اظہار کیا۔

کیجریوال نے مرکزی حکومت پر دلی کی جاٹ برادری کو دھوکہ دینے کا لگایا الزام

نئی دلی// عام آدمی پارٹی (آپ) کے قومی کنوینر اروند کیجریوال نے مرکزی حکومت پر دلی کی جاٹ برادری کو دھوکہ دینے کا الزام لگاتے ہوئے کہا ہے کہ بار بار وعدوں کے باوجود جاٹ برادری کو مرکز کی او بی سی فہرست میں شامل نہیں کیا گیا ہے، جس سے انہیں تعلیم اور نوکریوں میں فوائد نہیں مل رہے ہیں۔ مسٹر کیجریوال نے آج یہاں نامہ نگاروں سے کہا کہ دلی کی جاٹ برادری دلی کے اندر او بی سی کے تحت آتی ہے لیکن مرکزی فہرست میں یہ او بی سی کے تحت نہیں آتی ہے۔ وزیر اعظم نریندر مودی اور وزیر داخلہ امت شاہ نے کئی مواقع پر دلی کی جاٹ برادری کو مرکز کی او بی سی فہرست میں شامل کرنے کا وعدہ کیا ہے، لیکن ابھی تک اسے پورا نہیں کیا گیا۔ حکومت نے او بی سی ریزرویشن کے نام پر جاٹ برادری کو 10 سال سے دھوکہ دیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ مرکز کی او بی سی فہرست میں شامل نہ ہونے کی وجہ سے دلی کی جاٹ برادری کے ہزاروں بچوں کو دلی یونیورسٹی میں داخلہ کے وقت ریزرویشن نہیں ملتا ہے، وہیں راجستھان سے آنے والی جاٹ برادری کو او بی سی ریزرویشن ملتا ہے۔ مسٹر کیجریوال نے کہا کہ انہوں نے اس معاملے میں کل وزیر اعظم نریندر مودی کو خط لکھ کر دلی کی جاٹ برادری کو او بی سی میں شامل کرنے کی درخواست کی تھی۔ انہوں نے کہا کہ یہاں کی جاٹ برادری کو مرکز کی او بی سی فہرست میں شامل کرنے کے لیے جو بھی جدوجہد کرنی پڑی، وہ کریں گے۔

فرائض کی ادائیگی میں لاپرواہی برتنے پر ہیڈ ماسٹر سمیت دو اہلکار معطل

سپول// بہار میں ضلع سپول کے چھاتا پور بلاک میں بھیم پور کے مدھیا مک ودیالیہ کے ہیڈ ماسٹر اور دو اساتذہ پر پریکٹیکل امتحان کے نام پر طلبہ سے غیر قانونی طور پر پیسے بٹورنے اور اس کے تئیں سنگین لاپرواہی کے الزام لگنے کے بعد انہیں ڈیوٹی سے معطل کر دیا گیا ہے۔

بھارت اور امریکہ دہشت گردی کے خلاف جنگ میں متحد ہیں/ امریکی سفیر

ممبئی// ہندوستان میں امریکی سفیر ایرک گارسیٹی نے کہا کہ ہندوستان اور امریکہ دہشت گردی کے خلاف جنگ میں متحد ہیں، اور مجرموں کو انصاف کے کٹہرے میں لانے کے لیے دونوں ممالک کے درمیان" بڑھتے ہوئے" انٹیلی جنس شیئرنگ اور تعاون پر اطمینان کا اظہار کیا۔ انہوں نے کہا کہ امریکن ڈریم اور انڈین ڈریم ایک ہی سکے کے چلنے والے رخ ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ دونوں ممالک کے درمیان تعلقات "ملٹی پلیکلیئر" تھے اور ان کی اپنی سرحدوں سے باہر کی ذمہ داری ہے۔ یہاں 'امن اور امریکہ- ہندوستان دفاعی اور سیکورٹی شراکت داری کا کردار' کے موضوع پر ایک اجتماع سے خطاب کرتے ہوئے، گارسیٹی نے کہا کہ دہشت گردی کی وجہ سے بہت سی معصوم جانیں ضائع ہو رہی ہیں۔ دونوں ممالک کو لشکر جیش، آئی ایس آئی ایس جیسی دہشت گرد تنظیموں کے خطرے کا سامنا ہے۔ یہ دہشت گرد تنظیمیں سرحدوں کے آر پار کام کرتی ہیں اور ہمیں مل کر اس خطرے کا مقابلہ کرنا چاہیے۔ ہمارا تعاون دہشت گردی سے لڑنے سے آگے بڑھتا ہے لیکن ہمیں یہ بھی دیکھنا چاہیے کہ ہم کمیونٹیز کو کس طرح غیر بنیاد پرست بنا سکتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ہمیں اپنے کچھ غریب ترین علاقوں میں مواقع میں سرمایہ کاری کرنی ہوگی۔ ہمیں ان کمیونٹیز تک پہنچنا ہے جو محسوس کرتے ہیں کہ وہ دہانے پر ہیں اور اس بات کو یقینی بنانا ہے کہ جو لوگ امن اور استحکام کے لیے خطرہ ہیں ان کو جوابدہی کا سامنا کرنا پڑے گا۔ امن خوشحالی سے جڑا ہوا ہے۔ بھارت اور امریکہ دہشت گردی کے خلاف جنگ میں متحد ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ مجرموں کو انصاف کے کٹہرے میں لانے کے لیے دونوں ممالک کے درمیان انٹیلی جنس شیئرنگ اور تعاون میں اضافہ ہوا ہے۔ گارسیٹی نے معاشی راستے بنانے کی ضرورت پر زور دیتے ہوئے کہا کہ اگر خوشحالی اور ملازمتیں نہ ہوں تو تشدد ہوتا ہے۔

دلائی لاما کی تبت کے زلزلہ متاثرین کے ساتھ اظہار تعزیت

دھرمشالہ//

دلائی لامہ نے 7 جنوری 2024 کو تبت کی ڈنگری کاؤنٹی میں آنے والے 7.1 شدت کے زلزلے پر گہرے دکھ کا اظہار کیا، متاثرین سے تعزیت کی اور زخمیوں کی جلد صحت یابی کی خواہش کی۔ زلزلہ، جس کا مرکز سطح سے 10 کلومیٹر نیچے تھا، اس کے نتیجے میں کم از کم 95 افراد ہلاک، 130 سے زائد زخمی، اور 1,000 سے زائد مکانات تباہ ہوئے، جھٹکے نیپال اور بھارت تک محسوس کیے گئے۔ اس آفت کے جواب میں، چینی صدر شی جن پنگ نے متاثرہ رہائشیوں کی حفاظت اور بہبود کو ترجیح دیتے ہوئے فوری طور پر تلاش اور بچاؤ کی کوششوں کا حکم دیا، جبکہ چینی فوج نے امدادی کارروائیوں میں مدد کے لیے اہم وسائل کو تعینات کیا۔

بھارت جلد ہی منگولیا کے ساتھ کان کنی کے معاہدے پر دستخط کرے گا

نئی دلی// توقع ہے کہ بھارت جلد ہی منگولیا کے ساتھ ارضیات اور تلاش کے شعبے میں ایک ابتدائی معاہدے پر دستخط کرے گا۔ اس معاملے کی براہ راست معلومات رکھنے والے بھارتی حکومت کے ایک سینئر اہلکار نے کہا کہ خشکی سے گھرا منگولیا تانبے اور کوکنگ کوئلے کے ذخائر سے مالا مال ہے، اور بھارت بجلی، تعمیرات اور برقی گاڑیوں میں استعمال ہونے والی سرخ دھات کے ساتھ ساتھ فولاد سازی کے لیے کوکنگ کول کی بڑھتی ہوئی مانگ کو پورا کرنے کے لیے زیادہ تر درآمدات پر منحصر ہے۔ ہندوستان کی کابینہ نے مفاہمت کی یادداشت کی منظوری دے دی ہے اور توقع ہے کہ دونوں ممالک جلد ہی اس پر دستخط کریں گے۔ ذریعہ نے شناخت ظاہر کرنے سے انکار کرتے ہوئے کہا کہ بحث ابھی تک عوامی نہیں ہے۔ ہندوستان کی وفاقی کانوں کی وزارت نے رائٹرز کے ای میل کا جواب نہیں دیا جس میں تبصرہ طلب کیا گیا تھا۔ منگولیا کی کان کنی اور بھاری صنعت کی وزارت نے فوری طور پر رائٹرز کے ای میل کا جواب نہیں دیا جس میں تبصرے طلب کیے گئے تھے۔ ذرائع نے بتایا کہ اڈانی، ہنڈالکو اور ویدانتا جیسی کمپنیوں نے منگولیا سے تانبے کے حصول میں دلچسپی ظاہر کی ہے۔ اہلکار نے بتایا کہ ہندوستانی اور منگول دونوں حکام ہندوستانی کمپنیوں کے لیے تانبے اور کوکنگ کوئلے کے حصول کے لیے سپلائی کے راستوں پر کام کر رہے ہیں، اور ہندوستان طویل فاصلے کے باوجود روس کے ولادی ووستوک سے راستے کو ترجیح دے رہا ہے۔ عہدیدار نے کہا کہ چین آسان ہے لیکن ہم روس سے راستے کو ترجیح دیتے ہیں۔ 2020 میں اپنی متنازع سرحد پر مہلک فوجی جھڑپ کے بعد ایشیائی ممالک بھارت اور چین کے درمیان تعلقات کشیدہ ہو گئے تھے لیکن اکتوبر میں مغربی ہمالیہ کے پہاڑوں میں اپنے آخری دو اسٹینڈ آف پوائنٹس سے فوجیوں کو واپس بلانے کے لیے ایک معاہدے پر پہنچنے کے بعد سے ان میں بہتری آرہی ہے۔

صدر جمہوریہ مرمو کا میگھالیہ دورہ خراب موسم کی وجہ سے منسوخ

شیلانگ// صدر جمہوریہ دروپدی مرمو کا جمعرات کو طے شدہ میگھالیہ کا دورہ خراب موسم کی وجہ سے منسوخ ہو گیا ہے۔ صدر جمہوریہ کو میگھالیہ کے ری بھوئی ضلع کے امیام میں شمال مشرقی علاقہ کے لیے انڈین کونسل آف ایگریکلچرل ریسرچ (آئی سی اے آر) کی گولڈن جوبلی تقریبات کا افتتاح کرنا تھا۔ آئی سی اے آر کے ایک اہلکار نے بتایا کہ "صدر نے خراب موسم کی وجہ سے ریاست کا اپنا دورہ منسوخ کر دیا ہے۔ ان کے دورے کی نئی تاریخ کا اعلان بعد میں کیا جائے گا۔ تاہم مرکزی وزیر زراعت شیوراج سنگھ چوہان، میگھالیہ کے گورنر چندر شیکھر ایچ وجے شنکر اور وزیر اعلی کونراڈ سنگما افتتاحی تقریب میں شرکت کریں گے۔ صدر کا کسانوں کی ایک نمائش کا افتتاح کرنے کا بھی پروگرام تھا، جس میں سات شمال مشرقی ریاستوں اور سکم کے کسان اور سیلف ہیلپ گروپ شرکت کریں گے۔ وہ ایکسپو میں پرگتی شیل کسانوں سے بھی بات چیت کرنے والی تھیں۔ شمال مشرقی پہاڑی علاقے کے لئے ایک اہم تحقیقی ادارہ آئی سی اے آر ریسرچ کمپلیکس کا قیام 9 جنوری 1975 کو خطے کے قبائلی علاقوں کی تحقیقی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے کیا گیا تھا۔ انسٹی ٹیوٹ شمال مشرقی پہاڑی علاقے کی پہاڑیوں اور پہاڑی ماحولیاتی نظاموں کے لیے زراعت اور اس سے منسلک علاقوں میں تحقیق، توسیع اور انسانی وسائل کی ترقی کی سرگرمیوں کو فروغ اور آپریشن کر رہا ہے۔

بھارت کی دفاعی افواج مربوط مواصلاتی سیٹلائٹ گرڈ بنانے کا منصوبہ بنا رہی ہیں/ حکام

نئی دہلی// ہندوستان کی دفاعی افواج مختلف مداروں میں خلائی جہاز اور ڈیٹا ریلے سنٹر پر مشتمل ایک مربوط سیٹلائٹ کمیونیکیشن گرڈ بنانے کا منصوبہ بنا رہی ہے کیونکہ خلا جنگ کے ایک نئے ڈومین کے طور پر ابھرتا ہے۔ یہاں ڈیف سیٹ کانفرنس سے خطاب کرتے ہوئے، ڈیفنس اسپیس ایجنسی کے ڈائریکٹر جنرل ایئر وائس مارشل پون کمار نے کہا کہ دفاعی افواج صنعت کے ساتھ تعاون کرنے پر بھی غور کر رہی ہیں تاکہ ڈومین میں اپنے حریفوں پر برتری حاصل کرنے کے لیے اس کی ضروریات کو پورا کیا جا سکے۔ جب آپ مواصلات کی بات کرتے ہیں، تو میرے خیال میں ہم جس ٹیکنالوجی پر توجہ مرکوز کر رہے ہیں وہ مربوط سیٹلائٹ کمیونیکیشن گرڈ ہے۔ کمار نے منعقد ڈیف سیٹ کانفرنس کے افتتاحی خطاب میں کہا کہ ہم نہیں چاہتے کہ کوئی بھی سروس کسی خاص سیٹلائٹ پر زیادہ انحصار کرے۔ کمار نے کہا کہ دفاعی قوتیں ستاروں کے مرکب کو دیکھ رہی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ" ہم ٹریکنگ اور ڈیٹا ریلے سیٹلائٹ سنٹر کو بھی بنیادی طور پر دیکھ رہے ہیں کیونکہ یہ ڈیلیوری کے وقت کی ڈیمانڈ کو کم کرتا ہے جہاں تک OODA لوپ کا تعلق ہے۔

بھارتی برآمد کنندگان کے پاس عالمی زرعی تجارت میں حصہ بڑھانے کے وسیع مواقع ہیں

نئی دلی// ایک سرکاری اہلکار نے بدھ کو کہا کہ ہندوستانی برآمد کنندگان کے پاس عالمی زرعی تجارت میں اپنا حصہ موجودہ 2.4 فیصد سے بڑھانے کے وسیع مواقع ہیں۔ عالمی زرعی تجارت تقریباً 2 ٹریلین امریکی ڈالر ہے۔ ایگریکلچرل اینڈ پروسیسڈ فوڈ پروڈکٹس ایکسپورٹ ڈویلپمنٹ اتھارٹی (اے پی ای ڈی اے) کے چیئرمین ابھیشیک دیو نے کہا کہ ان اعداد کو دیکھتے ہوئے، ملک سے برآمدات بڑھانے کے لیے" بڑے مواقع" موجود ہیں۔ دنیا کا ساتواں سب سے بڑا زرعی برآمد کنندہ ہونے کے باوجود،" ہمارا حصہ مجموعی عالمی زرعی تجارت میں 2.4 فیصد ہے اور اس حصہ کو بڑھانے کے بے پناہ امکانات موجود ہیں۔ انہوں نے گریٹر نوئیڈا میں انڈس فوڈ 2025 کے افتتاح کے موقع پر کہا کہ ہندوستان کی زرعی برآمد 2023-24 میں تقریباً 50 بلین امریکی ڈالر تھی اور اس سال بھی، ملک اس اعداد و شمار کو" نئے ریکارڈ" تک پہنچانے کی کوشش کر رہا ہے۔ دیو نے مزید کہا کہ اب مجموعی توجہ ویلیو ایڈڈ اشیاء کی برآمدات کو فروغ دینا ہے۔ نامیاتی مصنوعات کی برآمدات کے بارے میں بات کرتے ہوئے چیئرمین نے کہا کہ اس حصے میں ہندوستان کا حصہ تقریباً 2.5 فیصد ہے، لیکن ہمارے پاس اگلے پانچ سالوں میں حصہ چار گنا بڑھانے کا بلند حوصلہ جاتی ہدف ہے اور ہم اس پر کام کر رہے ہیں۔ نامیاتی اشیاء کی عالمی منڈی 147 بلین امریکی ڈالر ہے۔ ملک کی نامیاتی خوراک کی برآمدات میں مسلسل رفتار سے اضافہ ہوا ہے اور گزشتہ دہائی کے دوران، نامیاتی مصنوعات کی برآمدات 2012-13 میں 213 ملین ڈالر سے بڑھ کر 2023-24 میں 494.80 ملین ڈالر ہو گئی ہیں۔ فوڈ شو کے بارے میں بات کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ غیر ملکی شرکاء کی تعداد سال بہ سال بڑھ رہی ہے۔ 30 ممالک کے 2,300 سے زیادہ نمائش کنندگان اور 7,500 بین الاقوامی خریدار تین روزہ انڈس فوڈ 2025 میں شرکت کر رہے ہیں۔ مربوط تجارتی میلے میں 15,000 ہندوستانی خریدار اور تجارتی مہمان شرکت کریں گے۔ ٹی پی سی آئی کے چیئرمین موہت سنگلا نے کہا کہ یہ نمائش کسانوں، ٹیکنالوجی فراہم کرنے والوں اور عالمی منڈیوں کے درمیان خلیج کو ختم کرنے کے لیے ایک پلیٹ فارم فراہم کرے گی۔ انہوں نے کہا کہ" یہ صرف تجارت کے مواقع کو بڑھاتا ہے بلکہ بہتر منڈیوں تک رسائی اور ویلیو ایڈیشن کے مواقع پیدا کر کے کسانوں کی آمدنی کو براہ راست بہتر بناتا ہے۔ فوڈ پروسیسنگ انڈسٹریز کے مرکزی وزیر چراغ پاسوان نے شو کے آٹھویں ایڈیشن کا افتتاح کیا، جس کا اہتمام ٹریڈ پروموشن کونسل آف انڈیا نے محکمہ تجارت کے تعاون سے کیا ہے۔ انڈیا ایکسپو مارٹ، گریٹر نوئیڈا میں انڈس فوڈ اینڈ بیوریجز کے تجارتی میلے کے علاوہ، کونسل انڈس فوڈ مینوفیکچرنگ کے چوتھے ایڈیشن (فوڈ پروسیسنگ ٹیکنالوجی، پیکیجنگ ٹیکنالوجی، اجزاء اور مہمان نوازی کی ٹیکنالوجی) اور انڈس فوڈ ایگریٹیک (زرعی ٹیکنالوجی کی نمائش) کا بھی اہتمام کر رہی ہے۔

آو کسی غریب ومحتاج کو سہارا دیں

از قلم ۔ مفتی محمد ضیاء

اسلام پوری دنیا کے لئے مکمل نظام حیات ہے اسلام میں ہر ایک کے حقوق کا خیال رکھا گیا ہے۔اللہ عزوجل نے اپنے بندوں کو بے یارو مددگار نہیں چھوڑا۔ ہر ایک کے لیے ایسے اسباب و ذرائع ابلاغ مہیا کر دیا ہے۔ کہ اللہ عزوجل کے بندے آسانی کے ساتھ زمین پر رہ کر اپنی زندگی کے شب و روز شائستگی اور شگفتگی کے ساتھ بسر کر سکے۔یتیم ومفلس ونادار اور لاوارث بچوں کے بھی معاشرتی حقوق ہیں۔ان کی مکمل کفالت اور ان کے حقوق کی پاسداری ہے۔اور اس سے صرف نظر کر لینا ان کے حقوق کے تقدس کی پامالی ہے اسلامی تعلیمات ہر طرح سے اپنے چاہنے والوں کے لیے مکمل نظام زندگی بیان کرتی ہے چاہیے وہ معاشراتی زندگی ہو یا کہ سیاسی زندگی ہو یا انفرادی زندگی ہو یا اجتماعی زندگی ہو اس وقت جو بات موضوع بحث ہے وہ ہے معاشرے کے ایک خاص حکم کی جو ہمارے معاشرے کو تباہ و برباد ہونے سے روکتا ہے میری مراد ہے غرباء ویتماں اور مساکین کی دل جوئی اور ان سے الفت ومحبت ان کی ضروریات زندگی کا پاس ولحاظ اور ہمدردی وغمگساری اسلام کی ایسی پاکیزہ تعلیمات ہیں جو معاشرے کو تباہ و برباد ہونے سے بچاتی ہیں۔

محتاجوں، غریبوں، یتیموں، اور ضرورت مندوں کی مدد، مزاج پرسی، حاجت روائی اور دل جوئی کا پاس ولحاظ کرنا اسلام کا بنیادی درس (نقطۂ نظر) ہے۔ دوسروں کی امداد کرنا اور ان کے ساتھ حتی المقدور تعاون کرنا ان کے لیے روز مرہ کی ضرورت کی اشیاء ہو چکا ہے غریبوں کی مدد کرتے وقت کچھ مال اس کے ہاتھ میں دے کر تصاویر لی جاتی ہے اس تصویر کو فیس بک پر اپلوڈ کرتے ہیں اور اخبارات وغیرہ میں بھی نکلواتے ہیں اس غریب عزت دار کی عزت کا جنازہ نکلتے ہیں اس طرح کا یہ فعل بدترین گناہ ہے لہذا اس قبیح عمل سے ہماری قوم کو پرہیز کرنا چاہیے یہ تھوڑے ہی آپ ہم ان پر کوئی احسان کر رہے ہیں جو انہیں سر عام رسوا کر رہے ہیں یہ تو عین عبادت اور حکم ربی ہے اگر ہم اس سے صرف نظر کریں تو یقیناً یہ ہمارے ایمان کے لیے کوئی سعادت مندی کی بات تھوڑی ہوگی۔

اے ہماری قوم کے خیر خواہوں ان غرباء ومحتاجوں کی گھر بے سہارا (بے یارو مددگار) در در کی ٹھوکریں کھا رہے ہیں اور اپنی حالات کو یاد کر کے خون کے آنسو بہا رہے ہیں تو وہی پر امت مسلمہ کی ایک کثیر تعداد مختلف شہروں ومختلف ممالک میں کچرے سے کھانے کے چند لقمے چن رہی ہے اور اپنی شکم آگ کیب کو مٹا رہی ہے۔ چھوٹے چھوٹے بچے روٹی کے لقمے نہ ملنے کے سبب اپنی ایڑیاں رگڑ رگڑ کر اپنی جان جاں آفرین کے سپرد کر رہے ہیں۔

تو ایسے میں ہم بخوبی جانتے ہیں کہ ہمارے یہاں بیواؤں اور یتیموں ومفلسوں کی ایک بڑی تعداد موجود ہے جو کہ بے سہارا و بے کس ہیں جن کے پاس سبحانہ تعالی کے نام کے سوا کچھ بھی

غاصب اسرائیل فلسطینیوں کیخلاف نسلی امتیاز کا مرتکب

خورشید عالم داؤد قاسمی

غاصب ریاست اسرائیل، اس کی قابض فوجیں اور اس کے غیر مہذب، شدت پسند صیہونی شہری ہر وقت کسی نہ کسی حیلہ اور بہانہ کی تلاش وجستجو میں لگے رہتے کہ کوئی موقع ہاتھ لگے اور بچے کھچے فلسطین پر بمباری شروع کر دیں، فلسطین کے معصوم شہریوں پر راکٹ داغ سکیں، فلسطینیوں کے خلاف بے دریغ اپنے اسلحہ کا استعمال کر سکیں، ان کے خون سے اپنی پیاس بجھا سکیں، ان کی سر سبز وشاداب کھیتی اور ہرے بھرے باغات کو نذر آتش کر کے اپنی درندگی کو سکون پہنچا سکیں۔ ابھی اوائل رمضان (**1442**ھ) میں یہ خبر آئی تھی کہ اسرائیلی فوج کے جنگی طیاروں نے وسطی غزہ میں، البریج مہاجر کیمپ کے قریب اور خان یونس کے مقام پر متعدد بار بمباری کی۔ انھوں نے جنوبی غزہ میں رفح کے مقام پر میزائل داغا۔ ہر مہینے، دو مہینے میں ایک دو بار اس طرح کی بمباری کرنا اور میزائل داغنا غاصب ریاست کے معمول کا حصہ ہے۔ جہاں تک قابض اسرائیلی فوجیوں کی بات ہے، تو اس کا کسی نہ کسی شکل میں فلسطینیوں پر ظلم وجور کرنا، ان کو تکلیف واذیت دینا اور خطرناک اسلحہ سے لیس ہو کر، ان کو خوف زدہ اور دہشت زدہ کرنا، تو بغیر کسی استثناء کے شب وروز کا مشغلہ ہے۔

غاصب ریاست اسرائیل کی طرف سے فلسطین کے خلاف اس طرح کی منظم تباہی وبربادی اور معصوم انسانی جانوں کی ہلاکت پر کسی عالمی طاقت نے نوٹس لیکر، اقوام متحدہ کے پلیٹ فارم سے یا پھر کسی دوسری یونین اور تنظیم کے پلیٹ فارم سے اسرائیل کے خلاف کاروائی کا کیا۔ جب بھی اقوام متحدہ کی جنرل ادارے میں اس طرح کی بات آئی ہے مذمتی قرارداد پاس کر کے، سب کے ہیں اور اسرائیلی حکومت اپنے طور پر کر کے، سکون کی سانس لینا شروع کرد

انسانیت پسند لوگوں کو ایک امید جگی تھی کہ امریکہ کی موجودہ انتظامیہ اپنے پیشرو کے غلط فیصلے کو مسترد کرتے ہوئے مظلوم فلسطینیوں کے لیے کچھ مثبت فیصلے لے گی؛ مگر "ہیومن رائٹس واچ" کی اس رپورٹ کے آتے ہی بائیڈن انتظامیہ نے بھی امید کے برخلاف اس رپورٹ کو مسترد کر دیا اور اسرائیل کو بچانے کے لیے میدان میں آ گئی۔ وائٹ ہاؤس کی ترجمان جین ساکی نے یہ بیان دیا ہے کہ ہیومن رائٹس واچ کی طرف سے اسرائیل کے خلاف جو رپورٹ آئی ہے اور جس میں اسرائیل پر نسل پرستی کا الزام لگایا گیا ہے، وہ ہمارے موقف کے خلاف ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ امریکہ ہر سال انسانی حقوق کی تحقیقات کرتا ہے اور اس حوالے سے ایک رپورٹ شائع کرتا ہے۔ امریکی محکمہ خارجہ نے اسرائیل کے حوالے سے کبھی بھی ایسی اصطلاح استعمال نہیں کی۔

جہاں ایک طرف "ہیومن رائٹس واچ" کی یہ تفصیلی رپورٹ **27** / اپریل **2021** کو آئی، وہیں دوسری طرف بیروت میں منعقد ہونے والی عرب پارلیمنٹ اجلاس کی طرف سے، اسی دن ایک بیان جاری کیا گیا۔ اس کا ایک حصہ یہاں پیش کیا جاتا ہے۔ اس کے بعد، ہم اس پر بھی غور کریں گے کہ یہ بیان کتنا موثر ثابت ہوگا۔ بیان میں کہا گیا ہے کہ پارلیمنٹ انسانی حقوق کی تنظیموں، قومی پارلیمنٹس اور بین الاقوامی پارلیمانی یونینوں سے وابستہ بین الاقوامی تنظیموں سے اسرائیل پر دباؤ ڈالنے، قانونی احتساب کے اصول کو فعال کرنے اور اس قابض ریاست اور اس کے آبادکاروں کے خلاف کارروائی پر زور دینے کا

PUBLIC NOTICE

I have changed my name from (Old name) NUSRAT NARGIS to (New name) BHAT NUSRAT NARGIS. In future I will be known as (New name) BHAT NUSRAT NARGIS. If anybody is having any objection he/she may contact the Passport Office, Srinagar within 7 days. After 7 days no objection will be accepted.

Government of Jammu & Kashmir

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

NOTICE INVITING TENDERS
TWO COVER SYSTEM

NIT No 96 /2024-25/RnB/Sopore Dated 23.01.2025 (E-tendering)

For and on behalf of the President of India, e-tenders are invited on %age basis from approved and eligible Contractors registered with J&K State Govt. CPWD, Railways and other State/Central Governments for each of the following works. The Contractors should mandatorily be registered on JKPWDOMS for making online payment to the agency as per Govt. Order No.: 186-PW(R&B) of 2023 dated 08-05-2023:-

S. No	Name of Work	Advt. Cost	Cost of T/Doc.	E/M	Time	T&D	Class	
1	Construction of Science Block at GCW Sopore	452.90	5500/-	905800/-	720 days	13-02-2025	AAY Major Head of Account	= (Capex 2023-24)

Position of AAA = Accorded
Position of funds = Available
Project Authority = Principal Govt. Womens Degree College Sopore.

1.	Date of Issue of Tender Notice	23-01-2025
2.	Period of downloading of bidding documents	From 24.01.2025 to 12-02.2025, 4.00 P.M
3.	Date, Time and place of pre-bid meeting	28.01.2025 From 11.00 A.M in the Office of the Superintending Engineer PWD (R&B) Circle Baramulla.
4.	Bid submission Start Date	29-01-2025 From 10.00 A.M .
5.	Bid Submission End Date	12.02.2025 upto 4.00 P.M
6.	The 1st lowest bidder has to produce an amount equal to 5% of contract as Performance Security in the shape of CDR/FDR/BG in favour of Superintending Engineer PWD (R&B) Circle Baramulla..	As per time specified in SBD.
7.	Date & time of opening of Technical Bids (Online)	13.02.2025 at 11.00 A.M in the Office of the Superintending Engineer PWD (R&B) Circle Baramulla .
8.	Date & time of opening of Financial Bids (Online)	To be notified after technical bid evaluation is completed

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

Note:- The Bidders are advised to read all conditions laid down in the NIT/SBD carefully before uploaded softcopy any short fall found in the soft copy the tender shall be rejected.

1.1 Bids must be accompanied with cost of Tender document (as mentioned above) in shape of Treasury Challan/e-challan/Demand Draft in favour of Executive Engineer R&B Division Sopore.

(The Date of Treasury Challan/Demand Draft must be between the date of start of bid and Bid Submission End date).

The bidder who chooses the option of Demand draft shall upload the copy of DD for Rs. 5500/- In addition to this the bidder shall submit the demand draft through Registered post/courier latest by 12.02.2025 to Office of the Superintending Engineer PWD (R&B) Circle Baramulla. The department shall not be responsible for any delay in submission of DD due to any reasons.

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

2. The 1st lowest bidder has to produce an amount equal to 5% of contract as Performance Security in the shape of CDR/FDR/BG in favour of Superintending Engineer PW(R&B) circle Baramulla within 15 days after the date of receipt of letter of acceptance and shall be released after successful completion of DLP. The Bank Guarantee should be valid for 45 days beyond bid validity.

9. Defect Liability Period shall be 03 Years after date of completion.

10. All key construction material (i.e. cement, steel, bitumen, pipes etc) shall have to be arranged by the contractor strictly as per specifications with the approval of Engineer-in-charge.

Sd/- Executive Engineer
R&B Division sopore

DIPK-11147
Dtd. 23-01-2025

Government of Jammu & Kashmir

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER MECHANICAL AND HOSPITAL DIVISION ANANTNAG

Gist ofe-NIT No: MHDA /TS/96 of 2024-25Dated: 23-01-2025.

For and on behalf of the Lieutenant Governor of Jammu & Kashmir, Executive Engineer, Mechanical & Hospitals Division Anantnag, invites online e-bids in Two Cover system on item rate basis from OEM's / Authorized service providers of OEMs/Dealers /Registered Firms listed as Contractors on JKPWDOMSof J&K Public Works Department for the below mentioned works:

S. No	Name of Work	Estd. Cost	Cost	E/M	Time	AA	T.S
01.	Supply, Installation, Testing and Commissioning of Fire Fighting Extinguishers at VIP Hut Complex Pahalgam (3-Huts with Structures) of Protocol and Hospitality Department.	3.66	200	7320/-	10 days	07-DH&P of 2025 Dated: - 18-01-2025	Accorded

1. Downloading of Bids: The Tender document Consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Bill of quantities (B.O.Q), Set of Terms & Conditions of Contract and other details can be seen/downloaded from the Govt. website www.jktenders.gov.in from 23-01-2025 (04:PM).

2. Submission of Bids: The bidders shall deposit their bids in electronic format on the above website from 23-01-2025 (06:PM) to 30-01-2025 (02:PM) in two covers.

3. Opening of Bids: The bids uploaded on the website up to due date and time will be opened on 31-01-2025 (14:00Hrs) in the Office of the Executive Engineer Mechanical & Hospitals Division Anantnag.

Sd/-
Executive Engineer,
Mechanical and Hospital Division Anantnag

DIPK-11165/24
Dtd. 23-01-2025

GOVERNMENT OF JAMMU AND KASHMIR

OFFICE OF THE CHILD DEVELOPMENT PROJECT OFFICER, POSHAN, BIJBEHARA

Re-Advertisement Notice No:- 13 of 2025

DATED: - 23- 01 -2025.

Subject: - Re-advertisement for Recruitment of Sahiyikas (AWHs) in Anganwadi Centre of Poshan Project Bijbehara .
Reference:-1. Government Order No: 222-JK (SWD) of 2022 Dated: 30.11.2022.
2. Government Order No: 103-JK (SWD) of 2023 Dated:-28.04.2023.
3. SMD/Poshan/ICDS/Recruitment/2024/380902-912 Dated: 06-12-2024.
4. Approval from Committee constituted by the Government vide Government Order No: 222-JK SWD) of 2022 Dated: 30.11.2022 letter No:-CDPO/Poshan/Bij/2024-25/1830 Dated :22.01.2025

Application on prescribed proforma (Annexure "A") are hereby invited from the female candidates of the panch wards / M.Wards shown against the below mentioned Panchayat Halqas/Municipal wards for the engagement of Sahaykas (AWHs) for the Anganwadi Centre of Poshan Project, Bijbehera.. The application along with required enclosures shall be submitted in the Office of Child Development Project Officer, Poshan Project Bijbehara, by or before 07 th February, 2025 upto 4: 00 PM.against proper receipt.

Detail of vacant post of Sahiyikas (AWHs) along with name and location of Anganwadi Centre.

S.No.	Name of Anganwadi Centre	Ward No	Name of Post	No. of post.
1.	New Colony "A"	Municipility Ward No: 1 (Bijbehara)	Sahiyikas (AWH)	1

(ANNEXURE ' A ')
Format of Application

1. Name of the District : ANANTNAG
2. Name of POSHAN Project: Bijbehara
3. Name of Anganwadi Centre: ____________________
4. Post Applied for____________________
5. Name of the Candidate (In Block Letters)____________________
6. Father's Name (In Block Letters)____________________
7. Marital Status :Married/Un Married____________________
8. Husband's Name ____________________
9. Residence____________________
10. Ward No:____________________
11. Address for correspondence:____________________
12. Contact No:____________________
13. Date of Birth____________________
14. Age as on 01.01.2024____________________
15. Academic Qualification:____________________

Photograph of the applicant duly attested by Gazetted Officer

S.No	Examination passed	Board/University	Year of passing	Marks obtained	Total Marks	Percentage

16. Do the candidate belong to retiring AWW/AWH (YES/ NO)
17. Document Attached.

Signature of candidate
Dated:-

A. Criteria for selection of Sahayikas (Anganwadi Helpers).
1. The selection of Helper shall be restricted to the electoral ward where Anganwadi Centre is located.
2. Women candidates in the age group of 18-37 years as on 01-01-2024 shall be eligible.
3. The candidate should be a domicile of the UT of J&K.
4. Minimum qualification for the Anganwadi Helper shall be Matriculation
5. In case no Matriculate candidate is available in the ward, candidate with qualification not less than VIII standard shall be considered.
6. Selection Committee comprising of Child Development Project Officer (CDPO), Block Development Officer, BDO and Zonal Education Officer (ZEO) concerned in each project /Block shall have the mandate to make selection of the eligible candidates for the position of AWH.
7. The Committee shall select the most destitute /needy married woman of the ward as Helper from amongst those who fulfill the qualification criteria. In case no married candidate is available, unmarried candidate may be considered.

Document Verification

1) The candidate who is shortlisted for Document verification will be required to appear for Document verification along with the original documents as well as self attested Photostat copy of each document as per the Advertisement Notification. The candidate must be in possession of the prescribed academic qualification and other document like Domicile certificate, on or before the last date of submission of application form.
a).Marks sheet(s) Diploma /Degree of the qualification prescribed for the post as per Advertisement Notification.
a) Marks sheet (s) /Diploma /Degree of the qualification prescribed formthe post as per advertisement notification.
b) Date of Birth/Matriculation certificate.
c) Domicile Certificate.
d) Unmarried Certificate (where required).

2) Candidate has to bring two passport size recent color photographs and one original Photo ID proof. Photo ID Proof can be:
i) Aadhaar Card.
ii) Voter ID Card.

3) The candidate who are supposed to furnish various certificates issued by or before the prescribed cut-off date, shall be required to produce them at the time of Document Verification or as may be sought by the Committee; in case of failure ,the Committee shall take necessary decision which shall be final.

ANNEXURE C

All applicants to submit affidavit stating following facts:
1. All Documents submitted are correct, without any mismatch, scanning, duplicate or fallacious in nature. If found incorrect or in any of the above stated situation the candidature of deponent may be cancelled and liable to action under law.
2. Maximum qualification is Graduate for vacancy of Anganwadi Worker and Class X for Anganwadi Helper and this is as per facts and onus of proving it to be true lies with the deponent.
3. The deponent has read the HR Policy No: 22-JK(SWD) of 2022 Dated: 30.11.2022 and is well versed with all salient features of the policy and shall be applicable to the deponent in case of selection as Anganwadi Worker/Anganwadi Helper.

Sd/-
Child Development .Project Officer,
Poshan Project,Bijbehera

DIPK-11177/24
Dtd. 23-01-2025

سور کا دل کسی انسان کو لگانے سے متعلق مذہبی، طبی اور حقوق کی بحث

ایک امریکی شخص دنیا کے پہلے ایسے شخص بن گئے ہیں جنھیں سور کا جینیاتی طور پر تبدیل شدہ دل لگایا گیا ہے۔ ستاون سالہ ڈیوڈ بینیٹ کے بارے میں ڈاکٹروں کا کہنا تھا کہ وہ اتنے صحت مند تو نہیں جتنا انسانی دل حاصل کر گئے ہو سکتے تھے مگر اب سات گھنٹے طویل تجرباتی علاج کے تین دن بعد بھی وہ کافی بہتر محسوس کر رہے ہیں۔ اس سرجری کو نہایت اہم طبی پیش رفت قرار دیا جا رہا ہے کیونکہ اس سے ٹرانسپلانٹ کے لیے انتظار کا وقت کم ہو جائے گا اور دنیا بھر میں مریضوں کی زندگیاں بدل جائیں گی۔ مگر کچھ لوگ ایسے علاج کے اخلاقی جواز پر بھی سوال کر رہے ہیں۔ تنقید کرنے والے ایسے ٹرانسپلانٹس سے مریضوں کے تحفظ، جانوروں کے حقوق اور مذہبی خدشات کا اظہار کر رہے ہیں۔

آئیے دیکھتے ہیں کہ سوروں کے دل انسانوں کو لگانے میں کیا تنازع ہے۔

طبی اثرات

یہ ایک تجرباتی سرجری تھی اور اس میں مریض کے لیے خطرہ بھی ہو سکتا ہے۔ انسانوں کے عطیہ کردہ وہ اعضا جو وصول کنندہ کے جسم سے میچ کر چکے ہوتے ہیں، وہ بھی کبھی کبھی جسم مسترد کر دیتا ہے اور جانوروں سے حاصل کردہ اعضا میں یہ خطرہ زیادہ ہے۔ ڈاکٹر کئی دہائیوں سے زینوٹرانسپلانٹیشن نامی اس تکنیک کے ذریعے جانوروں کے اعضا انسانوں کو لگانے کی کوشش کر رہے ہیں جس میں ملی جلی کامیابی حاصل ہوئی ہے۔ سنہ 1984 میں کیلیفورنیا کے ڈاکٹروں نے ایک شیر خوار بچی کو لنگور کا دل لگایا تھا مگر اس کی 21 دن کے بعد موت ہو گئی تھی۔ لیکن اس طرح کے علاج میں موجود خطرے کے باوجود ماہرین طبی اخلاقیات کا کہنا ہے کہ اگر مریض کو ان خطرات کا علم ہو تو یہ علاج ہونے چاہییں۔ یونیورسٹی آف آکسفرڈ کے پروفیسر جولیان سیوولیسکو کا کہنا ہے کہ 'آپ کو کبھی معلوم نہیں ہو سکتا کہ کسی شخص کی علاج کے فوراً بعد افسوس ناک طور پر موت ہو جائے گی لیکن آپ خطرہ اٹھائے بغیر آگے بھی نہیں بڑھ سکتے۔ وہ کہتے ہیں کہ 'اگر مذکورہ فرد (اس سے منسلک) تمام خطرات سے مکمل طور پر آگاہ ہو تو میرا خیال ہے کہ لوگوں کو اس طرح کے منفرد تجربات کا حصہ بننے کی اجازت ہونی چاہیے۔ پروفیسر سیوولیسکو کہتے ہیں کہ یہ اہم ہے کہ انھیں تمام دستیاب آپشنز کے بارے میں بتایا جائے جن میں مصنوعی دل یا انسانی دل شامل ہیں۔ ڈیوڈ بینیٹ کے کیس پر کام کرنے والے ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ اس آپریشن کا جواز موجود تھا کیونکہ اس کے علاوہ ان کے پاس علاج کے دیگر آپشنز موجود نہیں تھے اور یہ کہ اس کے بغیر ان کی موت ہو جاتی۔

پروفیسر سیوولیسکو کا کہنا ہے کہ کسی بھی سرجری سے قبل اس کو مکمل طور پر محفوظ بنانے کے لیے 'بافتوں کی سخت ترین ٹیسٹنگ اور کسی جانور پر ٹیسٹنگ کی جانی چاہیے۔ ڈیوڈ بینیٹ کا ٹرانسپلانٹ کسی کلینیکل آزمائش کے طور پر نہیں تھا جو کہ تجرباتی علاج کے لیے ضروری ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ انھیں جو دوائیں دی گئی تھیں، انھیں اب تک انسانوں کے علاوہ موجود حیوانات رئیسہ یعنی بندروں، لنگوروں یا بن مانسوں میں نہیں آزمایا گیا ہے۔ مگر میری لینڈ سکول آف میڈیسن کی ڈاکٹر کرسٹین لاؤ جو ڈیوڈ بینیٹ کے علاج کی منصوبہ بندی میں شامل تھیں، ان کا کہنا ہے کہ اس آپریشن کی تیاری میں کوئی کسر نہیں چھوڑی گئی تھی۔ انھوں نے بی بی سی کو بتایا کہ 'ہم نے یہ کام لیبارٹری میں بندروں پر بھی دہائیوں تک کیا ہے اور اس نقطے تک پہنچنے کی کوشش کی جہاں یہ علاج کسی انسان کو فراہم کرنا محفوظ ہو۔

جانوروں کے حقوق

اس علاج نے انسانوں میں اعضا کی منتقلی کے لیے سوروں کے استعمال پر ایک مرتبہ پھر بحث چھیڑ دی ہے اور انسانوں کے حقوق کے کئی گروہ اس کے مخالف ہیں۔ پیپل فار ایتھیکل ٹریٹمنٹ آف اینیملز (پیٹا) نامی تنظیم نے ڈیوڈ بینیٹ کو سور کا دل لگانے کو 'غیر اخلاقی، خطرناک، اور وسائل کا بے تحاشہ زیاں قرار دیا ہے۔ پیٹا کا کہنا ہے کہ 'جانور اوزاروں کی کوئی دکان نہیں جنھیں لوٹ لیا جائے، بلکہ یہ پیچیدہ اور ذہین جاندار ہوتے ہیں۔ جانوروں کے حقوق کے لیے سرگرم کارکنوں کا کہنا ہے کہ جانوروں کے جینز میں تبدیلی کر کے انھیں انسانوں کے قریب لانا غلط ہے۔ واضح رہے کہ جس سور کا دل ڈیوڈ بینیٹ کو لگایا گیا، اس کے 10 جینز میں تبدیلی کی گئی تھی تاکہ ڈیوڈ کا جسم اس دل کو مسترد نہ کر دے۔

آپریشن کی صبح سور کا دل نکال لیا گیا تھا۔

جانوروں کے حقوق کی ایک برطانوی تنظیم اینیمل ایڈ کے ترجمان نے بی بی سی کو بتایا کہ تنظیم 'ہر حال میں جانوروں کے جینز میں تبدیلی کرنے یا زینوٹرانسپلانٹس کے خلاف ہے۔ تنظیم کا کہنا ہے کہ 'جانوروں کو جینے کا حق ہے، اس درد اور صدمے کے بغیر جو جینیاتی تبدیلی سے انھیں پہنچتا ہے، اور اس کے بعد انھیں مار کر ان کے اعضا حاصل کر لیے جاتے ہیں۔ آکسفرڈ یونیورسٹی میں حیاتیاتی اخلاقیات کی فیلو ڈاکٹر کیٹرین ڈیوولڈر کہتی ہیں کہ 'ہمیں جینیاتی تبدیلیوں والے سوروں کے اعضا صرف تب استعمال کرنے چاہییں جب ہم یقینی بنا سکیں کہ انھیں غیر ضروری نقصان نہیں پہنچے گا۔ وہ کہتی ہیں کہ 'گوشت کے حصول کے لیے سوروں کا استعمال جان بچانے کے لیے ان کے استعمال سے کہیں زیادہ پریشان کن ہے لیکن یہاں بھی جانوروں کی بہبود کو نظر انداز کرنے کی کوئی وجہ موجود نہیں ہے۔

مذہب

اس کے علاوہ ان لوگوں کے لیے بھی پریشانی ہو سکتی ہے جنھیں جانوروں سے اعضا حاصل کرنے میں مذہبی پابندیوں کا سامنا ہو گا۔ سوروں کو اس لیے منتخب کیا جاتا ہے کیونکہ ان کے اعضا کا سائز انسانی اعضا کے قریب ہوتا ہے اور سوروں کی افزائش اور پرورش کرنا آسان ہے۔ مگر سوروں کے حوالے سے سخت پابندیوں کے حامل مذاہب یہودیت اور اسلام کے ماننے والوں پر اس کے کیا اثرات مرتب ہوں گے؟ ویسے تو یہودی مذہبی قانون میں سوروں کی پرورش اور انھیں کھانے پر پابندی ہے مگر لندن کے ایک سینیئر ربی ڈاکٹر موشے فریڈمین کا کہنا ہے کہ سور سے دل کا حصول یہودی ضوابطِ خوراک کی کسی بھی طرح خلاف ورزی نہیں ہے۔ ڈاکٹر موشے فریڈمین برطانوی محکمہ صحت کے اخلاقی مشاورتی گروپ (ایم ای اے جی) کے بورڈ میں بھی ہیں۔ انھوں نے بی بی سی کو بتایا کہ 'چونکہ یہودی قانون میں بنیادی اہمیت انسانی جان بچانے کی ہے اس لیے اگر جانور سے اعضا کا حصول کسی انسان کو جینے کا بہترین امکان اور مستقبل میں بہترین معیارِ زندگی فراہم کر سکتا ہے تو کسی یہودی مریض پر کسی جانور سے عضو کا حصول لازم ہو جائے گا۔

مصر کے دارالافتاء نے اپنے ایک فتوے میں کہا ہے کہ اگر 'مریض کی زندگی ختم ہونے، اس کے کسی عضو کی ناکامی، مرض کے پھیلنے اور شدید تر ہونے، یا جسم کو شدید نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہو تو سور کے دل کے والو انسان کو لگائے جا سکتے ہیں۔ دوسری جانب پروفیسر سیوولیسکو کا کہنا ہے کہ اگر کوئی شخص مذہبی یا اخلاقی بنیادوں پر جانور سے اعضا کی وصولی سے انکار بھی کر دے، تب بھی انھیں انسانوں سے اعضا کے حصول کے لیے انتظار کی فہرست میں کم ترجیح نہیں دی جانی چاہیے۔ وہ کہتے ہیں کہ 'کچھ لوگ کہیں گے کہ آپ کو ایک مرتبہ ٹرانسپلانٹ کا موقع ملا تھا، اب آپ فہرست میں نیچے جائیں، مگر کچھ لوگ کہیں گے کہ آپ کا بھی اتنا ہی حق ہونا چاہیے جتنا کہ دوسروں کا۔ پروفیسر سیوولیسکو کے مطابق 'یہ وہ موقف ہیں جن کے ساتھ ہمیں مفاہمت کرنی پڑے گی۔

گاجر اور چقندر کا جوس روزانہ صحت مند گھرانہ

قدرت نے ہمیں جو نعمتیں دی ہیں ان میں ایک انمول گاجر ہے جو مفید غذائی عناصر سے بھرپور ہے۔ یہ تو بچہ بچہ جانتا ہے کہ گاجر آنکھوں کے لیے مفید ہے کیوں کہ اس میں بیٹا کیروٹین ہوتا ہے۔ دنیا بھر میں ہونے والی متعدد تحقیقات میں سے پتہ چلا ہے کہ گاجر میں دیگر فوائد بھی موجود ہیں، جن کا ذکر عام طور پر کم ہی سننے کو ملتا ہے۔ غذائیت سے بھرپور گاجر کا جوس کئی مہلک امراض کو روکنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ گاجر کے جوس میں بہت زیادہ مقدار میں موجود وٹامن A آنکھوں، جگر، جلد، ہڈیوں اور دانتوں کے لیے بہت ہی اہم ہے۔ اس کے علاوہ اس میں وٹامن سی، بی، ای، ڈی، پروٹینز، پوٹاشیم، کیلشیم، آئرن، کاپر اور بہت سے دوسرے لازمی اجزا پائے جاتے ہیں، جن میں ہر ایک کے اپنے اپنے فوائد ہیں۔

گاجر کے جوس میں اگر تھوڑا سا چقندر اور سیب شامل کر لیا جائے تو اس کے فوائد مزید بڑھ جاتے ہیں۔ جن میں سے چند ایک درج ذیل ہیں:

جنگ نیوز

1۔ کینسر سے بچاؤ کیلئے مفید ہے کیونکہ اس کا جوس کا استعمال کینسر سے متاثرہ خلیوں کی پرورش کو روکتا ہے۔ ایک خیال یہ بھی ہے کہ کینسر کے مریض اگر اس جوس کو مسلسل استعمال کریں تو یہ بیماری مکمل طور پر ختم بھی ہو سکتی ہے۔
2۔ جگر، گردوں اور لبلبہ کی حفاظت کیلئے گاجر بہترین ہے جبکہ السر کی بیماری میں بھی بہت مفید ہے۔
3۔ اس کا جوس پھیپھڑوں کو قوت بخشتا اور بلڈ پریشر کو بھی کنٹرول کرتا ہے۔
4۔ قوت مدافعت میں زبردست اضافہ کرتا ہے۔
5۔ گاجر کا جوس آنکھوں اور بینائی کے لیے تو مفید ہونے کے ساتھ ساتھ یہ آنکھوں کو روشنی اور قوت بخشتا ہے۔ ساتھ ہی بینائی تیز کرتا ہے۔
6۔ پٹھوں کے کھنچاؤ کو دور کرتا ہے۔
7۔ قبض کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔
8۔ گاجر کا جوس بدہضمی کی وجہ سے سینے میں پیدا ہونے والی جلن کو دور کرتا ہے۔
9۔ جلد کی رنگت کو نکھارنے کیلئے بہت مفید ہے۔
10۔ جسم سے فضول فیٹس کو نکلنے میں مدد دیتا ہے اور جگر کی صفائی میں بہت ہی اہم کردار ادا کرتا ہے۔

چقندر کے فوائد

گاجر کی طرح چقندر بھی نظر مضبوط کرنے کے ساتھ ساتھ جگر کی چربی، آنت کی سوزش اور قبض دور کرتی ہے۔

بیماری کے بعد لوگ کمزوری کو دور کرنے کے لیے گلوکوز کے بجائے چقندر کا استعمال کریں تو زیادہ افاقہ ہوگا۔ چقندر میں چونکہ شکر موجود ہے، شکر اور نشاستہ کی خواہ کوئی بھی قسم ہو جسم اندر جا کر ایک مختصر عمل کے بعد گلوکوز میں تبدیل ہو جاتی ہے اس لئے چقندر میں شکر کی موجودگی کمزوری کے لئے یقیناً فائدہ مند ہوتی ہے۔ سبزی اور پھل جیسے بھی ہوں ان میں ناقابل ہضم مادہ کثیر تعداد میں ہوتا ہے، جو قبض کو دور کرتا ہے۔

توانائی سے بھرے چقندر کے جوس کو ذیابطیس کے مریضوں کے ساتھ بلڈ پریشر کے مریضوں کے لیے بھی بہترین قرار دیا جاتا ہے۔ ماہرین کے مطابق یہ دل کے پٹھوں کو فوری طور پر قوت فراہم کرتا ہے۔ امریکہ میں ہونے والی تحقیق کے مطابق چقندر میں موجود نائٹرک آکسائیڈ دل کے افعال کو منظم رکھتا ہے اور دل کے پٹھوں اور عضلات کو قوت دیتا ہے۔ اس سے قبل ماہرین نے سائیکل چلانے اور دوڑنے والے کھلاڑیوں پر چقندر کے جوس کے تجربات کے بعد کہا تھا کہ اس سے دل مضبوط ہوتا ہے اور ان کی صلاحیت بتدریج بہتر ہوتی ہے۔

چقندر کے جوس میں موجود اہم مرکبات عمر رسیدہ افراد کے ساتھ ساتھ جوانوں کو بھی غیر معمولی توانائی پہنچاتے ہوئے ان کے کام کاج، سیڑھیاں چڑھنے اور ورزش میں مدد فراہم کرتے ہیں۔ اسی طرح اگر کوئی 20 میٹر تک دوڑتا ہے تو چقندر کا جوس اس صلاحیت کو 2 فیصد تک بڑھا سکتا ہے۔

دورانِ خون میں بہتری

اس زبردست سبزی کے جوس کے استعمال سے خون کے سرخ خلیوں میں اضافہ ہوتا ہے، خون پتلا ہوتا ہے اور دوران میں اعتدال آتا ہے۔ جس کی وجہ سے بلڈ پریشر سے محفوظ رکھا جا سکتا ہے اور انسان صحت مند رہتا ہے۔

بڑھتی توانائی

محنت مشقت کرنے والے لوگوں کو چاہیے کہ چقندر کے جوس کا استعمال کریں۔ روزانہ ایک گلاس چقندر کا جوس پینے سے انسان کے جسم میں توانائی بڑھ جاتی ہے۔

شمالی کوریائی ہیکرز نے 2021 میں 400 ملین ڈالر مالیت کی کرپٹو کرنسی چوری کی

ایک رپورٹ میں دعویٰ کیا گیا ہے کہ شمالی کوریائی ہیکرز نے گذشتہ برس تقریباً 400 ملین ڈالر مالیت کے ڈیجیٹل اثاثے چرائے ہیں۔ بتایا گیا ہے کہ یہ چوری کرپٹو کرنسی کے پلیٹ فارمز پر کم از کم سات حملوں میں کی گئی۔ بلاک چین تجزیاتی کمپنی چین انیلیسز کا کہنا ہے کہ سخت پابندیوں کی حامل مشرقی ایشیائی ریاست میں سائبر کرائم میں ملوث افراد کے لیے یہ کامیاب ترین سالوں میں سے ایک تھا۔ ان حملوں میں ہیکرز کے نشانے پر زیادہ تر سرمایہ کاری کرنے والی فرمز اور سینٹرلائزڈ ایکسچینجز تھیں۔ شمالی کوریا ہیکنگ کے ان حملوں سے لاتعلقی کا اظہار کرتا رہا ہے۔ چین انیلیسز کے مطابق سنہ 2020 سے 2021 تک شمالی کوریا سے جڑے ہیکنگ کے حملوں کی تعداد چار سے بڑھ کر سات تک پہنچ گئی اور

رقم کے تناسب کے اعتبار سے ان حملوں میں 40 فیصد اضافہ ہوا۔ کمپنی کا کہنا ہے کہ ہیکرز نے بہت سی تکنیکیں استعمال کیں جن میں فشنگ، کوڈ کا ناجائز استعمال، اور میل ویئر کے ذریعے تنظیموں کے ہاٹ والٹ سے فنڈز حاصل کرنا شامل تھا اور اس کے بعد انھیں شمالی کوریا کے زیر کنٹرول ایڈریسز پر منتقل کر دیا گیا۔ کرپٹو کرنسی کے ہاٹ والٹ دراصل انٹرنیٹ اور کرپٹو کرنسی کے نیٹ ورک سے جڑے ہوئے ہوتے ہیں اس لیے وہ ہیکنگ کے لیے آسان ہدف ہوتے ہیں۔ انھیں کرپٹو کرنسی بھجوانے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے اور یہ صارفین کو یہ اجازت دیتے ہیں کہ وہ دیکھ سکیں کہ ان کے پاس کتنے ٹوکن ہیں۔ بہت سے ماہرین کہتے ہیں کہ کرپٹو کرنسی کی بڑی مقدار کو جس کی روزانہ ضرورت نہ ہو ایسے 'کولڈ والٹ' میں بھجوانا چاہیے جو انٹرنیٹ سے جڑا ہوا نہ ہو۔ چین انیلیسز کا کہنا ہے کہ زیادہ تر حملے لازارس گروپ کی جانب سے ہوئے۔ یہ وہ گروپ ہے جس پر امریکہ نے پابندیاں عائد کر رکھی ہیں۔ اس گروپ کے بارے میں یہ خیال ظاہر کیا جاتا ہے کہ اسے شمالی کوریا کی بنیادی انٹیلیجنس ایجنسی دی ریکونائسنس جنرل بیورو کنٹرول کرتا ہے۔ لازارس گروپ پر 'وانا کرائے' رینسم ویئر اٹیک، بین الاقوامی بینکوں اور کسٹمرز کے اکاؤنٹس کی ہیکنگ اور سنہ 2014 میں سونی پکچرز پر ہونے والے سائبر حملوں میں بھی شامل ہونے کے الزامات لگتے رہے ہیں۔ رپورٹ میں گذشتہ برس کے حملوں کے حوالے سے یہ بھی کہا گیا ہے کہ شمالی کوریا کے قبضے میں فنڈز آ گئے تو اس نے ان کی پردہ پوشی اور کیش آؤٹ کرنے کے لیے بہت احتیاط سے منی لانڈرنگ کا عمل شروع کیا۔ اقوام متحدہ کے پینل نے جو شمالی کوریا پر پابندیوں کا جائزہ لیتا ہے، پیانگ یانگ پر الزام عائد کیا ہے کہ وہ اپنے جوہری اور بیلسٹک میزائل پروگرام کی مدد کے لیے چوری شدہ فنڈز کا استعمال کر رہا ہے تاکہ بین الاقوامی پابندیوں سے بچا جا سکے۔ ایک اور واقعے میں امریکہ نے گذشتہ برس فروری میں شمالی کوریا سے تعلق رکھنے والے تین کمپیوٹر پروگرامرز پر بڑے پیمانے پر ہیکنگ کرنے کا الزام عائد کیا تھا۔ کہا گیا ہے کہ ان کا مقصد ایک اعشاریہ تین بلین ڈالر کی رقم اور کرپٹو کرنسی کو چوری کرنا تھا۔ امریکی محکمہ انصاف کے مطابق سائبر حملوں میں بینکوں سے لے کر ہالی وڈ کے فلم سٹوڈیوز تک بھی متاثر ہوئے ہیں۔

8 غذائیں، تمام ماہرین غذائیت تجویز کرتے ہیں

ہمیں ہر آئے دن درست غذائیت حاصل کرنے کی نت نئی کہانیاں سننے کو ملتی ہیں۔ تمام ڈائٹ پلان کے منفرد اور زبردست فوائد بتائے جاتے ہیں اور ہر ڈائٹ پلان دوسرے سے مختلف ہوتا ہے۔ کچھ غذائی ماہرین سویا کو صحت کے لیے مفید جبکہ کچھ اسے زہر قاتل تصور کرتے ہیں۔ کچھ ماہرین پھلوں کو صحت کے لیے زبردست جبکہ کچھ انھیں شوگر میں اضافے کی وجہ قرار دیتے ہیں۔ کچھ ماہرین ڈیری مصنوعات کو وزن اور جلد کے لیے نقصان دہ جبکہ کچھ اسے نعمت خداوندی قرار دیتے ہیں۔ ایسے میں یہ جاننا کہ ایسی کون سی غذائیں ہیں، جن پر تمام ماہرین غذائیت متفق ہیں، بہت خاص بات ہو سکتی ہے۔ اسی لیے آج ہم انہی غذاؤں کا ذکر کر رہے ہیں۔

بلیو بیری

بلیو بیریز میں کم از کم 15 اقسام کے فائٹو نیوٹرینٹس (Phytonutrients) پائے جاتے ہیں۔ یہ فائٹو نیوٹرینٹس زبردست اینٹی آکسیڈنٹ خصوصیات رکھتے ہیں اور جسم کا کوئی ایک بھی ایسا نظام نہیں، جسے یہ تحفظ اور قوت مدافعت فراہم نہ کرتے ہوں۔ اینٹی آکسیڈنٹس خلیوں، ریشوں اور پٹھوں کو کمزور ہونے سے بچاتے ہیں جبکہ دل و دماغ کی صحت کے لیے اہم مانے جاتے ہیں۔ بلیو بیریز صحت مند کاربوہائیڈریٹس سے بھرپور ہوتی ہیں اور نظام ہضم کو درست اور وزن کو متوازن رکھتی ہیں۔ بلیو بیریز میں وٹامنز، معدنیات بشمول آئرن، میگنیشیم، زنک، کیلشیم، پوٹاشیم اور وٹامنز C،A اور K بھی بھرپور مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

ایواکاڈو

دنیا بھر کے ماہر غذائیت، دل کی صحت کے لیے ایواکاڈو کو دنیا کی چند صحت بخش ترین غذاؤں میں شمار کرتے ہیں۔ کئی ماہرین اسے Perfect Food بھی قرار دیتے ہیں۔ ایواکاڈو میں وٹامنز B5،K،C اور B6 کے علاوہ اہم معدنیات بھی پائی جاتی ہیں۔ ایواکاڈو میں کیلے سے زیادہ پوٹاشیم پایا جاتا ہے اور اچھی بات یہ ہے کہ اس میں کیلے کے برعکس شکر کی مقدار نہیں ہوتی۔ ایواکاڈو میں فائبر بھی بڑی مقدار میں پایا جاتا ہے، جو نظام ہضم کو درست رکھتا ہے۔ ایواکاڈو کی سب سے اہم خصوصیت یہ ہے کہ یہ خلوی جھلی (Cell membrane) کو تحفظ فراہم کرتے ہیں۔ ماہرین کہتے ہیں، 'جب آپ کے خلیے فری ریڈیکلز کے نقصان سے محفوظ رہتے ہیں تو وہ بہتر کام کرتے ہیں، جس کے نتیجے میں آپ زیادہ خوبصورت جلد، تیز تر دماغ اور زیادہ توانائی حاصل کرتے ہیں'۔ ایواکاڈو کے ایک کپ میں 42 ملی گرام میگنیشیم پایا جاتا ہے۔ یہ ایک ایسا غذائی عنصر ہے، جس کی تقریباً ہم سب میں کمی پائی جاتی ہے۔ ماہرین کے مطابق، ہلکے سبز کے مقابلے میں گہرے سبز رنگ (کالے رنگ کے قریب) کا ایواکاڈو زیادہ صحت بخش غذائیت فراہم کرتا ہے۔

بینز

تمام غذائی ماہرین متفق ہیں کہ بینز (لوبیا، مٹر وغیرہ) غذائیت کی 'پاور ہاؤس' ہوتے ہیں۔ بینز، پودوں سے پروٹین حاصل کرنے کا بہترین ذریعہ اور فائبر سے بھرپور ہوتے ہیں۔ یہ کولیسٹرول اور خون میں شوگر کی سطح کو متناسب رکھنے کے علاوہ وزن کو بھی قابو میں رکھتے ہیں۔ بینز میں آئرن، میگنیشیم، پوٹاشیم اور زنک بھرپور مقدار میں پایا جاتا ہے۔

لہسن

لہسن کو قدرت کی بہترین نعمتوں میں شمار کیا جاتا ہے اور ماہرین اسے 'سپر فوڈ' قرار دیتے ہیں۔ لہسن میں allicin نامی ایک فائٹو کیمیکل پایا جاتا ہے، جس کی کئی طبی خصوصیات ہیں۔ یہ وائرس اور خراب بیکٹیریا کے خلاف زبردست مدافعت رکھتا ہے۔ یہ سردی اور سردی کی عام بیماریوں جیسے نزلہ، زکام اور کھانسی کا بھی بہترین علاج ہے۔ لہسن آپ کے جسم میں ایک بھی کیلوری کا اضافہ کیے بغیر بڑی مقدار میں وٹامنز اور معدنیات فراہم کرتا ہے، جس میں مینگنیز، وٹامن B6 اور وٹامن C شامل ہے۔ ماہرین کے مطابق لہسن کو تازہ حالت میں کھانا بہتر رہتا ہے کیونکہ اگر اسے 10 منٹ تک پکایا جائے تو اس میں شامل allicin کے فوائد زائل ہونے لگتے ہیں۔

لیموں

رس بھرے لیموں میں انتہائی اہم وٹامنز اور معدنیات موجود ہوتے ہیں، جو ہمارے نظام ہضم اور مدافعتی نظام کو مضبوط بنانے کے علاوہ بالوں اور جلد کے لیے کئی فوائد رکھتے ہیں۔ لیموں میں موجود وٹامن C کولاجن کی پیداوار کو بڑھاتا ہے۔ کولاجن جلد کو فری ریڈیکلز سے محفوظ رکھتا ہے، جو کینسر کا باعث بنتے ہیں۔

تخم بالنگا

اس چھوٹے سے خوردنی بیج کو 'سپر فوڈ' کی فہرست میں شمار کرنے کی کئی وجوہات ہیں۔ اس میں اومیگا 3 اور اینٹی آکسیڈنٹ اجزا وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں، جو صحت کو فروغ دیتے ہیں۔ تخم بالنگا میں 40 فی صد فائبر ہوتا ہے، اس طرح یہ فائبر کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے، جو نظام ہضم کے لیے مفید ہے۔ اس میں کیلشیم اور میگنیشیم کی موجودگی اسے ہڈیوں کی صحت کے لیے بھی بہترین بناتی ہے۔

کینووا

کینووا ایک مکمل پروٹین ہے، اس کا مطلب یہ ہوا کہ اس میں تمام کے تمام لازمی امینو ایسڈز موجود ہوتے ہیں، جو بہترین غذائیت حاصل کرنے کے لیے ضروری ہیں۔ کینووا کا چھوٹا سا دانہ گلوٹن سے بھی پاک ہوتا ہے، جو گندم اور جو میں پایا جاتا ہے۔ کینووا میں میگنیشیم، فائبر، مینگنیز، رائبوفلووین اور وٹامن B بھی پائے جاتے ہیں، جو غذا کو توانائی میں بدلتے ہیں۔

سامن

سامن ایک ایسی غذا ہے، جس کی غذائی افادیت اور فوائد پر سارے ماہرین غذائیت متفق ہیں، تاہم شرط یہ ہے کہ وہ فارمنگ والی نہ ہو۔ سامن میں اومیگا 3 فیٹی ایسڈز بھرپور مقدار میں پائے جاتے ہیں جبکہ فارمنگ کے ذریعے حاصل کردہ سامن میں پولی کلورینیٹڈ بائفینائلز (PCBs) نامی زہریلی مادے پیدا ہو جاتے ہیں۔ اومیگا 3 فیٹی ایسڈز دل کے امراض کے خطرات کو کم کرتے ہیں اور اچھے کولیسٹرول میں اضافہ کرتے ہیں۔ یہ ایسڈز ڈپریشن اور کینسر کے خلاف مزاحمت رکھتے ہیں اور مجموعی دماغی صلاحیتوں کو بہتر بناتے ہیں۔ جنگلی سامن میں امینو ایسڈز اور وٹامن B بھی بھرپور مقدار میں پائے جاتے ہیں، جو چمکدار جلد، مضبوط پٹھے اور متحرک توانائی فراہم کرتے ہیں۔

تذکرہ، تعارف اور روایت

تحریر......منت اللہ صدیقی

فارسی ایران کی زبان ہے۔ اہل ایران اپنی ذہانت، نفاست، شائستگی اور علم وفضل کے لئے مشہور ہیں۔ ہندوستان میں فارسی زبان وادب کا آغاز محمود غزنوی سے ہوا۔ اس کے بعد یہ زبان مسلسل ہندوستان میں جاری و ساری رہی اور فارسی کے مختلف مراکز وجود میں آئے۔ دلا ہور، ملتان اور دہلی وغیرہ فارسی کے بڑے مراکز شمار کئے جاتے تھے اس کے علاوہ اودھ کا خطہ جو ہمیشہ سے مردم خیز رہا ہے اس نے بھی فارسی زبان وادب کی پیش رفت میں ایک نمایاں کردار ادا کیا۔ اورنگ زیب کی وفات (1707) کے بعد جب ہندوستان میں مرکزی حکومت کا خاتمہ ہو گیا تو اس کا اثر فارسی پر بھی پڑا۔ جب شعراء ؒ وادباء ؒ کی خاطر خواہ سرپرستی نہیں ہوئی تو وہ مختلف درباروں کا رخ کرنے لگے۔ اس نازک دور میں سرزمین اودھ نے فارسی زبان وادب کی ترویج واشاعت میں نمایاں خدمات انجام دیں۔

پہلی جنگ آزادی کے بعد ہندوستان میں نوابین اودھ کا عہد (1721 تا 1857) فارسی زبان وادب کا عہد زریں کہا جا سکتا ہے۔ ''نوابین اودھ نے علم وادب اور فنون لطیفہ سے دلچسپی کی سابقہ روایات کو نہ صرف برقرار رکھا بلکہ انہیں ہر طرح فروغ واستحکام بخشا۔ اودھ کی سرزمین نے ایسے ایسے مایہ ناز ادیب اور شاعر پیدا کئے جو اپنی طرز نگارش، حسن بیانی، زبان کی صفائی، شیرینی اور سلاست وروانی میں ہر طرح سے ممتاز ومیز تھے۔ ''اس دور میں فارسی کی متعدد اہم تصنیفات معرض وجود میں آئیں۔ اور فارسی زبان وادب کے مختلف موضوعات پر گراں قدر کتابیں تصنیف ہوئیں ان موضوعات میں فن ''تذکرہ نگاری'' بھی نہایت اہم ہے۔

اس سے پہلے کہ فارسی تذکرہ نگاری کی تاریخ بیان کی جائے مناسب یہ ہوگا کہ لفظ تذکرہ کی وضاحت کرتے ہوئے اس پر سیر حاصل بحث کی جائے۔

تذکرہ عربی زبان کا ایک لفظ ہے اس کا مادہ ذ (ذال)، ک (کاف) اور ر (را) ہے

ذکر (ن) ذکراوتذکارا۔؟ ۔اللہ کی پاکی وبزرگی بیان کرنا۔

لغات حدیث: ذکر کرنا، اذکرہ الشی: یاد دلانا

التذکرہ: وہ چیز جس سے حاجت یاد آجائے (جمع) تذاکر.........المنجد ص353 ذکریا آفسیٹ پریس دیوبند

''فارسی زبان میں لفظ تذکرہ کا استعمال (آنند راج کے مطابق) یاد داشت، یاد کرنا اور نصیحت کرنا کے لئے ہوتا ہے۔ فرہنگ نظامی کے مطابق تاریخ کی ایسی کتاب جس میں شعراء ؒ کے احوال وآثار مذکور ہوں تذکرہ کہلاتی ہے۔ فرہنگ نظامی ناظم الاطباء ؒ کے مطابق تذکرہ یادگار، یاد داشت اور سفرنامہ کو کہتے ہیں اور ایک ایسی کتاب کو کہتے ہیں جس میں شعراء ؒ کے حالات زندگی لکھے ہوں''۔...... ''تذکرہ نویسی فارسی در ہندو پاکستان۔ 1968ء ؒ: ڈاکٹر علی رضا نقوی: مطبع: مسـ مطبوعاتی علمی چاپ علی اکبر علمی تہران، ص: 2''

لفظ تذکرہ عربی زبان کے لفظ ذکر سے ماخوذ ہے جس کے معنی یاد کرنا، یاد آنا، یاد دلانا اور تذکرہ کے معنی یاد دہانی اور سرگذشت کے ہیں، لیکن اصطلاح میں اس لفظ کا استعمال ایک ایسی کتاب کے لئے ہوتا ہے جس میں اشخاص کے احوال وآثار کا ذکر کیا گیا ہو۔ صفوی دور سے پہلے ''تذکرہ دولت شاہ'' کے علاوہ تمام فارسی ادب کی کتابوں میں تذکرہ لفظ کا استعمال 'یادگار' 'یادداشت' اور ماضی کے کاموں کو یاد کرنے کے معنی کے لئے ہوتا تھا، لیکن رفتہ رفتہ صفوی دور میں ہی اس لفظ کا استعمال ایک ایسی کتاب کے لئے کیا جانے لگا جس میں شعراء ؒ کے مختصر احوال اور انکے اشعار مذکور ہوں۔

تذکرہ کی سب سے پہلی کتاب جس کا نام تذکرہ سے شروع ہوتا ہے ''تذکرۃ الاولیاء'' ہے اور اس کی تالیف آٹھویں صدی ہجری کے ابتدائی دور میں فرید الدین عطار نے کی تھی۔ اس کتاب کے سلسلہ میں علی رضا نقوی اس کتاب کے مقدمہ کی عبارت نقل کرتے ہوئے لکھا ہے کہ ''دیگر باعث آں بود کہ چون دیدم کہ روزگاری پدید آمدہ است کہ الخیر شر واشرار الناس اخیار الناس را فراموش کردہ اند تذکرہ ساختم اولیاء ؒ را، ایں کتاب را ''تذکرۃ الاولیاء'' نام نہادم تا اہل خسران روزگار اہل دولت را فراموش نکنند و گوشہ نشینان وخلوت گرفتگان را طلب کنند وبا ایشاں رغبت نمایند تا در نسیم دولت ایشاں بہ سعادت ازلی پیوستہ گردند''

فارسی کی دوسری کتاب کہ جس کا نام لفظ تذکرہ سے شروع ہوتا ہے وہ شیخ نصیر الدین طوسی کا رسالہ 'تذکرہ' (597-672ھ) ہے یہ تین فصلوں پر مشتمل ایک رسالہ ہے جس میں لفظ تذکرہ کا استعمال ماضی کے کاموں کو یاد کرنا اور ان کی نصیحت کرنے کے لئے ہوا ہے۔

تذکرہ نام سے شروع ہونے والی فارسی کی تیسری کتاب 'تذکرۃ الشعراء' ہے اس کتاب میں تذکرہ لفظ کا استعمال گذشتہ کاموں کے لئے کیا گیا ہے، اس کتاب کی تالیف 892ھ میں دولت شاہ سمرقندی نے کی تھی۔

برصغیر ہند اور پاکستان میں تذکرہ لفظ کا استعمال ایسی کتابوں کے بارے میں ہوتا ہے جس میں لوگوں کے احوال اور انکے کارنامے لکھے گئے ہوں، جیسے ''تذکرۃ الامراء'' کیول رام اور تذکرہ علمائے ہند از رحمان علی وغیرہ۔

تذکرہ دولت شاہ کے علاوہ صفوی زمانہ سے قبل تمام فارسی ادب میں

لفظ تذکرہ عربی زبان کے لفظ ذکر سے ماخوذ ھے جس کے معنی یاد کرنا، یاد آنا، یاد دلانا اور تذکرہ کے معنی یاد دھانی اور سرگذشت کے ھیں، لیکن اصطلاح میں اس لفظ کا استعمال ایک ایسی کتاب کے لئے ھوتا ھے جس میں اشخاص کے احوال و آثار کا ذکر کیا گیا ھو۔ صفوی دور سے پہلے ''تذکرہ دولت شاہ'' کے علاوہ تمام فارسی ادب کی کتابوں میں تذکرہ لفظ کا استعمال 'یادگار' 'یادداشت' اور ماضی کے کاموں کو یاد کرنے کے معنی کے لئے ھوتا تھا، لیکن رفتہ رفتہ صفوی دور میں ھی اس لفظ کا استعمال ایک ایسی کتاب کے لئے کیا جانے لگا جس میں شعراء کے مختصر احوال اور انکے اشعار مذکور ھوں۔

لفظ تذکرہ یادگار اور کارہائے باستان کو یاد کرنے کے لئے استعمال ہوتا تھا، اس کے بعد صفوی دور ہی میں ایسی کتاب کے لئے لفظ تذکرہ کا استعمال کیا جانے لگا جس میں شعراء ؒ کے احوال، نام ونسب، پیدائش و وفات ان کا دور وعہد اور اشعار کی وضاحت کی گئی ہو۔

صفوی دور اور ہندوستان کے تیموری عہد میں لفظ تذکرہ کا استعمال ذکر ویادگار کے معنی میں کیا جاتا تھا اس کے علاوہ ایک ایسی کتاب کے لئے کیا جاتا تھا جس میں شعراء ؒ کے حالات زندگی اور ان کے اشعار کو بھی شامل کیا گیا ہو یعنی ان کو یاد کیا گیا ہو یا ان کے کارناموں کو یادگار کے طور پر محفوظ کر لیا گیا ہو، مثال کے طور پر مندرجہ ذیل کتب پیش خدمت ہیں۔

'تذکرہ شاہ طہماسپ صفوی' اس کتاب میں شاہ طہماسپ نے اپنی سلطنت کے ابتدائی دور سے لے کر تخت نشینی تک کے واقعات و حالات (930ھ) کا تذکرہ کیا ہے۔

'تذکرہ ہمایوں واکبر' یہ تذکرہ بادشاہ اکبر کی فرمائش پر (963-1014) میں تالیف کیا گیا تھا۔ اس کتاب میں 949 تا 999ھ تک بادشاہ ہمایوں اور بادشاہ اکبر کے زمانے تک کے واقعات شامل ہیں۔

'تذکرۃ الملوک' یہ کتاب 1138ھ میں تالیف ہوئی ہے اس تذکرہ میں صفوی بادشاہوں کے دور حکومت کے منصب داروں کا حال کے ساتھ ساتھ اس عہد کے دستور العمل کا بھی تذکرہ کیا گیا ہے۔

'تذکرہ آنند رام مخلص' یہ کتاب ہندوستان کے بادشاہ محمد شاہ (1131-1161ھ) اور ایران کے بادشاہ نادر شاہ (1148-1160ھ) کے درمیان ہوئی جنگ کی تاریخ اور اس کے حالات پر مشتمل ایک تذکرہ ہے۔

'تذکرۃ الملوک' یہ ہندوستان کی ایک عام تاریخ ہے اس کا مولف یگی خان میر، ہندوستان کے بادشاہ فروخ سیر (1113-1124ھ) کا منشی ہے اس نے اس کتاب میں ہندوستان کی عام تاریخ مسلمانوں کی ہند پر فتح سے لے کر 1149ھ تک کے واقعات کو تفصیل سے لکھا ہے۔

'تذکرۃ الخواتین' اس کتاب کی تالیف میر دوستی نے 955ھ میں کی تھی، اس میں شعراء ؒ کا تذکرہ اور ان کے اشعار کو درج کیا گیا ہے۔

'تذکرہ نصرت' یہ کتاب شعراء ؒ اور ان کے اشعار پر مشتمل ایک تذکرہ ہے اس کو میر محمد صالح حسینی نے 1104ھ میں تالیف کیا تھا اس تذکرہ کو لطائف الخیال کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔

مذکورہ کتب کی تالیف کے ساتھ ساتھ صفوی دور میں ہی لفظ تذکرہ کا استعمال ذکر کرنا اور یاد آنا کے معنی میں کیا جانے لگا تھا جس کی مثال 'تحفہ سامی' مولف سام میرزا صفوی (957ھ) اور اسی دور میں ہی لفظ تذکرہ کا استعمال شعراء ؒ کے احوال اور ان کے اشعار کے نمونوں کو پیش کرنے کے لئے بھی ہونے لگا تھا اس قسم کی کتابوں میں 'تذکرہ نصر آبادی' از محمد طاہر نصر آبادی (1083) کی تالیف بھی شامل ہے۔ صفوی عہد کے بعد زندیہ اور قاچاری دور میں لکھے گئے تذکروں میں تذکرہ لفظ کا استعمال شعراء ؒ کے تذکرے کے معنی میں کیا جانے لگا یعنی ایک ایسی کتاب کے لئے ہوتا تھا جس میں شعراء ؒ کے حالات زندگی اور ان کے اشعار وکلام کا نمونہ پیش کیا گیا ہو جبکہ مندرجہ ذیل کتابوں میں تذکرہ لفظ کا استعمال کارہائے باستان کے معنی میں کیا گیا ہے۔

'آتشکدہ' یہ کتاب لطف علی بیگ آذر بیگدلی کے ذریعہ 1174ھ میں لکھا گیا، یہ ایک معروف وغیر معروف شعراء ؒ کا تذکرہ ہے مولف نے اس کتاب میں مذکور شعراء ؒ میں سے اکثر کا ذکر انہیں کے دیوان سے لیا ہے جو بھی محققین کا دیوان ان کو ملا ان کے احوال واشعار اسی دیوان سے نقل کئے ہیں اور اسی مناسبت سے اس کتاب کا نام 'آتشکدہ' رکھا ہے۔

'مجمع الفصحا' رضا قلی خان کے ذریعہ 1284ھ میں لکھی گئی یہ کتاب ایک تذکرہ ہے اس میں لفظ تذکرہ کا استعمال ایک ایسی کتاب کے لئے کیا گیا ہے جو شعراء ؒ کے حالات اور ان کے اشعار پر مشتمل ہو۔ جیسا کہ اس کتاب کے مقدمہ میں خود صاحب کتاب نے لکھا ہے ''عجمی تذکروں میں کسی بھی مصنف نے اشعار کو جمع کرنے کی ہمت نہیں کی ہے''۔

'ریاض العارفین' یہ کتاب رضا قلی خان ہدایت کے ذریعہ 1260ھ میں لکھا گیا ایک تذکرہ ہے اس میں لفظ تذکرہ کا استعمال مولف نے شعراء ؒ کے حالات اور ان کے اشعار کے مجموعہ و یادگار کے معنی میں کیا ہے۔

جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے کہ تذکرہ لفظ کا استعمال مختلف ادوار میں مختلف معنی کے لئے کیا گیا ہے جبکہ ہر دور میں اس لفظ کا استعمال تقریباً تذکرہ کے معنی کے لئے یا اس کے قریب المعانی میں مستعمل ہوا ہے لیکن یہ کہنا بالکل غلط نہ ہوگا کہ ان میں سے ہر ایک میں کچھ مماثلت کے ساتھ ساتھ کچھ تفریق بھی پائی جاتی ہے اسی طرح کچھ تذکروں کے نام صوفی اللہ کر ہیں جس میں لفظ تذکرہ کا استعمال شعراء ؒ کے تذکرہ کے لئے کیا گیا ہے، جس میں ان کے حالات اور ان کے اشعار کو بھی شامل کیا گیا ہے، مثال کے طور پر 'تذکرہ شجاعت' از سحاب اصفہانی، 'تذکرہ عبدالرزاق بیگ دنبلی'، 'تذکرہ درویش نوائی کاشانی'، 'تذکرہ محمد شاہی نواب بہمن میرزا'، 'تذکرہ اختر'، 'تذکرہ دلگشا'، اور 'تذکرۃ السلاطین' وغیرہ۔ خلاصہ کلام یہ ہے کہ ایران کے فارسی ادب میں تذکرہ لفظ کا استعمال ''ایک ایسی کتاب کے لئے کیا جاتا ہے جس میں شعراء ؒ کے حالات کے ساتھ ساتھ ان کے اشعار کے نمونے بھی شامل ہوں''۔

دائرہ معارف اسلام عربی اور دائرہ معارف اسلام اردو نے تذکرہ کے تعریف میں ایک معنی کے اور اضافہ کے ساتھ کچھ یوں تعریف کی ہے، کسی واقعہ کی روایت ترتیب وار بیان کرنے کو تذکرہ کہتے ہیں، ''سندی کہ ہنگام تحویل بہ تقضایہ قضات دادہ می شد، آن را ہم تذکرہ می گفتند'' (طور معنی از بخشی احمد حسین کاکوروی تحریر ص 10)

ایران کے ایک معروف محقق ڈاکٹر مصفا کے مطابق اکثر فارسی تذکروں میں مذکور شاعر اور ان کی شعر وشاعری میں بہت سی تاریخ اور ادبی غلطیاں پائی جاتی ہیں، جن میں بھی شعر وشاعری اور شعراء ؒ کے دور کی تعیین، شعراء ؒ کے حالات زندگی کی تعیین یہاں تک کہ ان کی پیدائش و وفات کی تعیین میں بھی غلطیاں پائی جاتی ہیں۔ اکثر تذکرہ نویسوں نے اپنی کتاب میں شاعروں کے حالات زندگی ان کے اشعار کے چند نمونے اور کہیں کہیں کسی کی زبان وادب سے بحث کی ہے ان میں بھی اکثر نے قدیم مصنفوں کی پیروی ہی کی ہے کسی نے بھی جدید طرز تذکرہ نویسی کو متعارف نہیں کرایا۔ ان تذکرہ نگاروں میں سے بیشتر کی تصنیف میں تقسیم بندی کے لحاظ سے جدید طرز روش کم ہی دیکھنے کو ملتی ہے۔ شاعروں کے بیان اسلوب کی رو سے اگر مبالغہ اور اغراق سے کام نہ لیا جائے تو یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ کسی بھی تذکرہ نویس نے شاعروں کے بیان اسلوب سے واقف کرانے میں روگردانی سے کام لیا ہے اور ان کے اس پہلو کو اجاگر نہیں کیا گیا ہے اور نہ ہی کسی نے اس پر تنقید کی ہے، اکثر تذکرہ نویس نے شعراء ؒ کی اہمیت ان کے اسلوب اور کلام وسبک پر روشنی ڈالنے کی بجائے ان کا تعارف اور ان کے کلام کا چند نمونہ ہی پیش کیا ہے، لیکن ان میں سے بعض شعر وکلام شناس مصنف بھی ہیں جنہوں نے اچھے عمدہ و نایاب کلام اور صحیح سخن گوئی سے روشناس بھی کرایا ہے۔ اس نقطہ نظر سے اگر یہ کہا جائے کہ اکثر تذکرہ نویسوں نے شعراء ؒ کا اسلوب، سبک ان کے کلام کی جدت وندرت، صنائع بدائع، فصاحت و بلاغت اور ان کے کلام پر روشنی نہ ڈالتے ہوئے صرف شعراء ؒ کا مختصر تعارف، نام ونسب، تاریخ پیدائش و وفات، استاد وشاگرد اور کس عہد و دربار سے وہ تعلق رکھتے تھے انہیں چند باتوں پر اکتفا کرتے ہوئے ان کے [illegible]

قاچاری وزندیہ عہد کے ادبی اصطلاح میں لفظ تذکرہ کے استعمال اس کتاب کے لئے کیا جاتا تھا جس میں شعراء ؒ کے حالات زندگی اور ان کے اشعار کے نمونے مذکور ہوں۔ اسی طرح اگر کسی کتاب میں صرف شعرا کے حالات زندگی کا ذکر ہو اور ان کے کلام کا نمونہ پیش نہ کیا گیا ہو تو اس کو تذکرہ نہیں کہیں گے بلکہ اس کتاب کو 'بیاض' یا 'سفینہ' یا 'جنگ' کہیں گے۔ قدیم زمانے میں ہندوستان اور پاکستان میں شعر وشاعری کا ذوق عام تھا چونکہ اس وقت نشر واشاعت کے ذرائع موجود نہیں تھے اس لئے لوگ ذاتی یا شخصی تذکرہ لکھا کرتے تھے جس میں ان کے ہم عصر شعراء ؒ کا ذکر اور ان کے کلام کا نمونہ پیش کیا جاتا تھا لیکن ان میں سے اکثر و بیشتر شخص یا پھر ذاتی مفاد کے لئے لکھے جاتے تھے۔ جس کتاب میں شعراء ؒ کے تفصیلی احوال اور ان کے اشعار کے نمونے شامل ہوں اس معنی کے تقریباً قریب المعنی لفظ ''بیاض'، سفینہ، اور جنگ'' کا استعمال کچھ فرق کے ساتھ کیا جاتا تھا۔

بیاض: ''بیاض نویسی بھی تذکرے کی طرح ایک مقبول عام شغل تھا''....... اردو تنقید کا ارتقاء ؒ (ص 85) از عبادت بریلوی، محبوب المطابع برقی پریس دہلی۔

فرہنگ آنند راج کے مطابق بیاض کے معنی تاریکی سے روشنی میں لانا اور صاف کرنا کے ہیں یعنی مسودہ کے لئے خوشخط اور صاف صاف لکھنا۔ فرہنگ نظام کے مطابق بیاض ایک ایسی طویل کتاب کو کہتے ہیں جس میں کچھ دعائیں یا اشعار اور ان کا مطلب یا پھر مختلف چیزیں لکھی ہوں۔ فرہنگ نفیسی کے مطابق بیاض ایک چھوٹے کتابچہ لکھنے کو کہتے ہیں، یعنی ایک ایسا کتابچہ جس کو یاد دہانی کے طور پر ہمیشہ اپنے ساتھ رکھا جائے۔ خلاصہ کلام یہ ہے کہ بیاض کسی سادہ کاپی، رجسٹر یا پھر دفتر کو کہتے ہیں جس میں ذاتی طور پر کوئی شخص دعائیں، احادیث اور مراثی وغیرہ مطالب اور اس کی مادہ تاریخ کے ساتھ لکھ لے، اس کے علاوہ مذہبی، ادبی اور غیر ادبی جملے اپنی معلومات کے لئے لکھ لئے جائیں، بیاض میں بظاہر ڈائری کے مقابلہ طوالت ہوتی چونکہ اس میں کسی کام کی یاد دہانی کے طور پر چند باتیں لکھی جاتی ہیں لیکن بیاض میں صرف ایک ہی کتاب کی تفصیل لکھی جاتی ہے۔

گیان چند جین کے مطابق بیاض اس کتاب یا ذاتی کاپی کو کہتے ہیں جس میں صاحب کتاب خود اپنے یا پھر دوسروں کے اشعار، نظمیں یا غزلیں لکھ لے، کبھی کبھی اسی کاپی یا کتاب میں مصنف کے بارے میں چند جملے یا فقرے بھی لکھ لئے جاتے ہیں۔ جیسا کہ انہوں نے اس کی تعریف خود اپنی کتاب 'تحقیق کا فن' میں صفحہ نمبر ۲۰۰ پر لکھا ہے

''کسی کی ذاتی کاپی جس میں وہ اپنے یا دوسروں کے اشعار، نظمیں یا غزلیں لکھ لیتا ہے، شاذ ان کے مصنف کے بارے میں تعارفی جملہ یا فقرہ لکھ دیا جاتا ہے''۔

بیاض کی اصطلاح جو ایرانی اور فارسی مصنفین نے مستعمل کی ہے اسی معنی میں قدیم زمانہ سے دور حاضر تک کے دیگر ممالک کے مصنفین بھی استعمال کیا ہے، جبکہ بعض کے نزدیک بیاض شعرا اور ان کے اشعار مجموعہ کا نام ہے، جس میں فارسی تذکروں کا حوالہ بھی درج ہو، جیسے کہ بیاض صائب، اسی طرح بیاض میر معز خان فطرت اس کا نام گلشن فطرت بھی ہے، بیاض محمد علی ماہر، بیاض محمد زمان راسخ، بیاض دارا شکوہ، بیاض میر آزاد بلگرامی وغیرہ۔

ڈاکٹر علی رضا نقوی کے مطابق ''اگر کوئی کتاب صرف اشعار کے نمونوں پر مشتمل ہوں اس میں شعراء ؒ کے احوال مذکور نہ ہوں تو اس کو تذکرہ نہیں کہیں گے بلکہ اس کو بیاض کہیں گے، بیاض لفظ کا استعمال کسی ذاتی کاپی یا ڈائری کے لئے ہوتا ہے، جس میں وہ اپنے یا دوسروں کے اشعار لکھ لیتا ہے، کبھی کبھی ان کے مصنف کے بارے میں کچھ تعارفی جملے بھی لکھے جاتے ہیں۔'' جو لوگ عمدہ تذکرے نہ لکھ سکتے تھے وہ اپنے ذوق کی تشفی کے لئے بیاض بنا لیتے تھے جس میں اپنی پسند کے اشعار اور غزلیں، شاعر کے نام مختصر حالات کی قید سے جمع کر لیتے تھے، لیکن بیاض کے لئے کوئی خاص ترتیب نہیں ہوتی جس طرح جامع اور مرتب نے پسند کیا مرتب کر لیا''..... اردو تنقید کا ارتقاء (ص 86)

سفینہ: کے لفظی معنی کشتی کے ہیں۔ سفینہ عام زبان میں بیاض کو ہی کہتے ہیں چونکہ اس میں بیاض کی طرح ہی طوالت پائی جاتی ہے اور کشتی بھی اپنی بناوٹ کے اعتبار سے لمبی وطویل ہوتی ہے اس میں بھی مختلف چیزیں اور سامان رکھا جاتا ہے۔

فرہنگ آنند راج کے مطابق سفینہ ایک طویل کتاب کو کہتے ہیں چونکہ سفینہ طوالت میں کشتی کی طرح ہوتی ہے اسی لئے اس کا نام سفینہ رکھا۔

فرہنگ نظام کے مطابق ''سفینہ کی وجہ تسمیہ یہ ہے کہ منتخب اشعار کا دفتر یا کتاب کشتی کی طرح ہوتی ہے کہ جس میں ہر قسم کا مال تجارت ہوتا ہے''۔ اسی لئے ایسی کتاب کو سفینہ کہتے ہیں جس میں منتخب شعرا کے احوال اور ان کے کلام واشعار کا نمونہ ہوتا ہے۔

جس طرح بیاض میں مختلف شعراء ؒ کا ذکر اور ان کے اشعار وکلام کا نمونہ پیش کیا جاتا ہے اسی طرح سے سفینہ لفظ کا استعمال ایک ایسی کتاب کے لئے ہوتا ہے جس میں شعراء ؒ کے حالات اور ان کے کلام واشعار مذکور ہوں، سفینہ ایک ایسی کتاب کو بھی کہتے ہیں جس میں نظم ونثر کا منتخب نمونہ ہو یا پھر جس میں مختلف شعراء ؒ کے احوال واشعار کا ذکر ہو تقریباً اسی معنی کے لئے ترکی زبان میں لفظ جنگ کا استعمال ہوتا ہے۔

''سفینہ کے لغوی معنی کشتی کے ہیں، چونکہ کشتی میں کئی قسم کی چیزیں اور لوگ ہوتے ہیں اسی مناسبت سے لفظ سفینہ کا استعمال ایسی کتاب کے لئے کیا جاتا ہے جس میں مختلف شعراء ؒ کے منتخب اشعار اور ان کے حالات مذکور ہوں اور اس کا دوسرا نام بیاض اور جنگ بھی ہے۔ چنانچہ حافظ کا یہ شعر ملاحظہ فرمائیں:

صراحی می ناب وسفینہ غزل است
درایں زمانہ رفیقی کہ خالی از خلل است

قدیم فارسی ادب میں چند کتاب کے لئے سفینہ لفظ کا استعمال اس مجموعہ کے لئے ہوا ہے جس میں اشعار اور ادبی نمونے مذکور ہوں۔ سب سے پہلی کتاب جس میں سفینہ لفظ کا استعمال کارہائے باستاں کے لئے ہوا ہے وہ دیوان کمال الدین اسمٰعیل ہے اس کتاب میں مذکور مندرجہ ذیل شعر میں شاعر نے سفینہ لفظ کو سفینہ شعر کے لئے استعمال کیا ہے:

دریں سفینہ نگر کن چشم معنی بین
کی رشک لعبت مانی بصورت چیست
سفینہ چیست غلط می کنم کی دریا نیست
کی دست عقل ز اطراف آن گہر چیست
سخنھا را ورا بحر دیدہ اند ہمی
سفینہ کہ در وہ بحر جاہا بود نیست

چنانچہ یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ حافظ نے اپنے مذکورہ شعر میں سفینہ لفظ کے معنی فرہنگ نظام سے کارہائے باستاں کے لئے استعمال کیا ہے (درایں زمانہ رفیقی کہ خالی از خلل است صراحی می ناب وسفینہ غزل است)۔ بظاہر اس کے برعکس فرہنگ نظام میں لفظ سفینہ اس جگہ گذشتہ کاموں کے اشعار کے مجموعہ کے لئے استعمال ہوا ہے شعراء ؒ کے دیوان کے لئے نہیں۔

خلاصہ کلام یہ ہے کہ سفینہ جنگ کی مانند ہوتا ہے اور اس کے لغوی معنی کشتی کے ہیں اور فارسی ادبیات میں جنگ کے معنی کارہائے باستاں کے ہیں۔ یہی اصطلاح ہندوستان، پاکستان کے علاوہ دوسرے ممالک میں فارسی زبان وادب میں سفینہ اور جنگ لفظ کا استعمال کارہائے باستاں کے [illegible]

جس میں شعراء ؒ کے اشعار اور کارہائے باستاں مذکور ہوں۔ یہ بات بھی توجہ کے لائق ہے کہ ہندوستان اور پاکستان میں جو بھی تذکرہ سفینہ کے نام سے لکھے گئے ہیں وہ خاص ادبی اصطلاح میں مستعمل نہ ہو کر لغوی معنی میں استعمال کئے گئے ہیں۔ سفینہ کے لغوی معنی کشتی کے ہیں چونکہ اس میں مختلف قسم کی چیزیں اور لوگ ہوتے ہیں اسی معنی کے لئے لفظ سفینہ ایک ایسی کتاب کے لئے ہوتا ہے جس میں مختلف شعراء ؒ کے احوال اور ان کے کلام واشعا کا نمونہ شامل ہو جیسے 'سفینہ بیخبر' 'سفینۃ الشعراء' اور 'سفینہ خوشگو' وغیرہ۔

'جنگ' کے لفظی معنی اونٹ کے ہیں، چونکہ اونٹ پر اب بھی زیادہ بوجھ نہیں لادا جاتا ہے لیکن یہاں پر اس کے معنی کشتی یا بڑے جہاز کے ہیں، اور اسے یاک بڑا بیاض بھی کہتے ہیں۔ اسی مناسبت سے جنگ کو ایک ایسی کتاب کہتے ہیں جس میں مختلف قسم کے شعراء ؒ اور ان کے اشعار مذکور ہوں۔ برہان قاطع کے نزدیک 'جنگ ایک قسم کا جہاز' ایک بڑی کشتی یا بڑے بیاض کو جنگ کہتے ہیں جس میں مختلف قسم کے اشعار ہوں۔ فرہنگ آنند راج کے مطابق بڑی کشتی، شعراء ؒ کے دیوان اور ان کے تذکرے کو جنگ کہتے ہیں یا پھر ایک ایسی کتاب یا دفتر کو کہتے ہیں جس میں مختلف شعراء ؒ کے متعدد اشعار لکھے ہوں۔

ترکی زبان میں لفظ جنگ کے معنی بڑی کشتی کے ہیں۔ فرہنگ نظام کے مطابق موٹی یا ضخیم کتاب کو جنگ کہتے ہیں۔ فرہنگ نفیسی کے مطابق بڑے بیاض کو جنگ کہتے ہیں جس میں طرح طرح اشعار ومسائل اور مختلف قسم کی حکایت وقصہ لکھے ہوں۔ یادداشتہائے قزوینی میں جنگ لفظ کا استعمال جنگ ہندی یا پھر ہندوستانی اصطلاح کے مطابق بڑی کشتی کے معنی میں ہوا ہے یعنی اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ لفظ جنگ ہندوستان میں سفینہ اشعار کے لئے مستعمل ہوتا ہے۔ اسی لئے یہ بات یہیں سے ماخوذ معلوم ہوتی ہے کہ لفظ جنگ سفینہ کے مجازی معنی میں لیا جاتا ہے۔ یہ بات بھی قابل غور وتوجہ ہے کہ لفظ جنگ کو اگر جنگ بول کر استعمال کیا جائے تو یہ چینی زبان میں بڑی کشتی کے لئے مستعمل ہوتا ہے اسی طرح جنگ اور جانگ مالائی اور جاوائی زبان میں کشتی یا بڑی کشتی کے معنی میں مستعمل ہے۔

لفظ جنگ ہندوستانی زبان میں ظاہراً فارسی زبان سے آیا معلوم ہوتا ہے کیونکہ اصطلاح فارسی میں اس کے معنی ایک ایسی کتاب کے ہیں جو بیاض کی طرح ہو جس میں مختلف مطالب بالخصوص ادب سے متعلق اور عام طور ادبی پر نظم ونثر کو یادداشت کے طور پر لکھ لیا گیا ہو، چونکہ یہ کتاب مختلف مضامین کی وجہ سے کشتی کی طرح طویل ہوتی ہے اور اس میں مختلف لوگوں کا کلام ہوتا ہے اسی واسطے اس کو جنگ کہتے ہیں۔ اس اصطلاحی تعریف سے ظاہر ہوتا ہے کہ بیاض اور جنگ میں بہت مماثلت پائی جاتی ہے لیکن فرق صرف اتنا ہے کہ یہ ضروری نہیں ہے کہ جنگ بھی بیاض کی طرح طویل ہو۔

یہ بات مسلم ہے کہ یہ اصطلاح ''مجموعہ اشعار شعرا وادبا'' کے معنی میں، صرف ایران میں مستعمل ہے ہندوستان اور پاکستان میں نہیں۔ لفظ جنگ مجموعہ اشعار شعراء ؒ وادباء ؒ کے معنی میں نہ تو قدیم ہندوستانی ادب میں استعمال ہوا ہے اور نہ ہی جدید ہندوستانی فارسی ادب میں استعمال ہوتا ہے، اسی لئے ہندوستان میں کوئی بھی مجموعہ جنگ کے نام سے ترتیب و تالیف نہیں ہوا ہے۔ اسی کے ساتھ ساتھ ایران کے متعدد کتب خانوں میں بہت سے جنگ موجود ہیں مثال کے طور پر ایران کی یونیورسٹیوں کے ادبی کتب خانوں میں، مرکزی مدارس اور مجالس میں متعدد جنگ موجود ہیں جن کا اطلاق اشعار، احادیث، اخبار اور حکایات کے لئے ہوتا ہے۔

مذکورہ اصطلاحات کے علاوہ کچھ اور اصطلاحات ہیں جو تذکرہ سے تھوڑی بہت مماثلت رکھتی ہیں لیکن ان میں اور تذکرہ میں بہت فرق بھی ہے جس کی وضاحت ان کی تعریف سے ہی واضح ہو جائے گی اس لئے ضمناً اس کا ذکر کرنا بھی بہتر ہوگا تاکہ تذکرہ اور ان اصطلاحات میں تفریق کی جا سکے۔

مرقع: کے لغوی معنی تصویروں کی کتاب اور فقیروں کی اس گدڑی کے ہیں جسے ان لوگوں نے ٹکڑا ٹکڑا جوڑ کر بنایا ہو، یعنی پیوند دار کپڑا جو کہ ٹکڑے ٹکڑے جوڑ کر بنایا گیا ہو۔ فرہنگ آنند راج کے مطابق مرقع اس کتاب یا فقیر کی گدڑی کو کہتے ہیں جس کو پارہ پارہ (ٹکڑا ٹکڑا) کر کے جمع (اکٹھا) کیا گیا ہو۔ فرہنگ نظام میں مرقع تصویر کے اس ٹکڑے کو کہتے ہیں جسے کتابی شکل میں جمع کر دیا ہو، ان کے نزدیک مجازاً مرقع خوش نویسی کے ایک ایسے ٹکڑے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے جسے کتابی شکل میں جمع کیا گیا ہو۔ ٹکڑا ٹکڑا اکٹھا کر کے گدڑی بنانا یا فقیر کی گدڑی یا تصویر کی کتاب کو مرقع کہتے ہیں (فرہنگ نفیسی)۔ ان کے نزدیک ایک ایسی کتاب کو مرقع کہتے ہیں جس میں مختلف خطوط کو ترتیب دیا گیا ہو۔

کشکول: کشکول کے لغوی معنی بھیک کا بڑا پیالہ کے ہیں۔ گیان چند جین کے مطابق کشکول اس بیاض کو کہتے ہیں جس میں دوسروں کی متفرق نظم ونثر کی چیزیں لکھی گئیں ہوں۔ وہ کتاب جس میں مختلف قسم کے موضوعات (خاص طور سے مذہبی موضوعات) کا ذکر ہو کشکول کہلاتی ہے جیسے 'کشکول شیخ بہائی' اور 'کشکول بہرائی' وغیرہ۔

مخلات: مخلات کے لغوی معنی توبرہ کے ہیں یعنی وہ تھیلا جس میں دانہ بھر کے گھوڑے کے منہ پر چڑھاتے ہیں۔ اصطلاح میں ایک ایسی کتاب کو کہتے ہیں جس میں ادبی، عرفانی، تاریخی، اور مذہبی مسائل مذکور ہوں۔ جیسے 'مخلات بہرائی'۔

کراسہ: کراسہ کے لغوی معنی کاپی کے ہیں۔ اصطلاح میں اس چھوٹی مجموعہ کو کہتے ہیں جو کہ کاپی کی طرح ہو اور اس میں تاریخ، ادب، مذہب اور عرفان کے موضوعات پر مختلف مضمون ہوں۔

فارسی کا پہلا تذکرہ

فارسی زبان میں سب سے پہلا اور قدیم تذکرہ جو لکھا گیا ہے وہ 'لباب الالباب' ہے، جس کو سدید الدین محمد عوفی نے لکھا ہے اس کتاب میں مصنف نے شعراء ؒ کے حالات ان کے اشعار اور ان کے متعلق دیگر معلومات فراہم کی ہیں۔ یعنی فارسی زبان میں سب سے پہلے لکھی وہ کتاب جس میں شعراء ؒ کے احوال اور ان کے اشعار کا نمونہ ہو 'لباب الالباب' ہے۔ اس سے قبل کوئی بھی ایسی کتاب نہیں ملی ہے جس میں شعرا کا تذکرہ ان کے احوال واشعار کے ساتھ کیا گیا ہو۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ شعراء ؒ عرب کے طبقات پر لباب الالباب سے پہلے چند تذکرے لکھے جا چکے ہیں عجمی (عربی کے علاوہ فارسی یا اردو) شعراء ؒ پر کوئی بھی تذکرہ سدید الدین محمد عوفی کی نظر سے نہیں گذرا ہے، یعنی انہوں نے اس کتاب سے پہلے کوئی فارسی کا تذکرہ انہوں نے نہیں دیکھا۔ اس کتاب کے متعلق خود محمد عوفی نے اپنی کتاب کے مقدمہ کی فصل دوم میں دعویٰ کیا ہے کہ لباب الالباب فارسی کا سب سے پہلا تذکرہ ہے جس میں فارسی شعراء کے طبقات کا ذکر کیا گیا ہے۔

''شک نیست کہ دریں شیوہ در طبقات شعرائی عرب چند تالیف ساختہ اند، ولکن در طبقات شعرای عجم ہیچ تالیف مشاہدہ نیفتادہ و ہیچ مجموعہ در نظر نیامدہ است۔''

قابل غور اور توجہ بات یہ ہے کہ لباب الالباب سے پہلے وہ کتاب ایسی تالیف ہوئی ہیں جو تذکرہ سے مماثلت رکھتی ہیں بلکہ اگر ان کو تذکرہ کہا جائے تو کچھ غلط نہ ہوگا ان میں سے پہلی کتاب ابو طاہر الخاتونی کے ذریعہ لکھی 'مناقب الشعراء' ہے اس کی تالیف پانچویں صدی ہجری کے آخری دور اور چھٹی صدی ہجری کے شروع میں ہوئی ہے۔ [illegible] اس کتاب کی تالیف 505ھ میں ہوئی ہے۔

باقیات

101

گورنر منوج سنہا نے کہا کہ بھارت اب دنیا کی جی ڈی پی میں **15** فیصد کا حصہ ڈال رہا ہے اور یقینی طور پر سال **2047** تک وکست بھارت کا ہدف حاصل کرلیں گے۔انہوں نے مزید کہا کہ یہ سچ ہے کہ تمام اختلافات کے باوجود، لوگ ایک مشترکہ اصل اور ایک مشترکہ تقدیر رکھتے ہیں۔ میں سماج کے تمام طبقات کے لوگوں سے درخواست کرتا ہوں کہ وہ ہندوستان کو ایک ترقی یافتہ ملک میں لے جائیں اور اس ترقی کے سفر میں فعال شراکت دار بنیں۔سی این آئی کے مطابق جموں میں مقامی نیوز چینل کے ذریعہ منعقدہ مہاراجہ ہری سنگھ پیس اینڈ ہارمنی ایوارڈ حاصل کرنے والوں کو مبارکباد دینے کے بعد ایک تقریب سے خطاب کرتے ہوئے لیفٹنٹ گورنر منوج سنہا نے کہا کہ ایوارڈ حاصل کرنے والوں کو یہ یقینی بنانے کے لئے بھی کام کرنا چاہئے کہ علیحدگی پسند اور تفرقہ انگیز طاقتیں طاقتور نہ بنیں۔انہوں نے گزشتہ **10** سالوں کے دوران ہندوستان کی مضبوط اقتصادی ترقی کا حوالہ دیا۔منوج سنہا نے کہا ”دنیا کی مجموعی گھریلو پیداوار (جی ڈی پی) میں ہندوستان کا حصہ **11** ویں صدی میں **33** فیصد تھا جو **15** ویں صدی میں کم ہو کر **25** فیصد رہ گیا۔مغلوں اور انگریزوں کے دور کے بعد، **1950** میں عالمی جی ڈی پی میں ہندوستان کا حصہ گھٹ کر صرف **4** فیصد رہ گیا۔“ انہوں نے کہا ”وقت پھر بدل گیا ہے اور **2023** میں بین الاقوامی مالیاتی فنڈ (آئی ایم ایف) کے مطالعہ کے مطابق، ہندوستان اب دنیا کی جی ڈی پی میں **15** فیصد کا حصہ ڈال رہا ہے۔“منوج سنہا نے کہا کہ ہم یقینی طور پر سال **2047** کا وکست بھارت ہدف حاصل کرلیں گے لیکن اکیلے حکومت ایسا نہیں کرسکتی۔انہوں نے مزید کہا کہ عوام کو بھی اپنا حصہ ڈالنا ہوگا۔اس سے قبل لیفٹنٹ گورنر نے پنڈت پریم ناتھ ڈوگرا، پنڈت گردھاری لال ڈوگرا اور دیویندر سنگھ رانا کو خراج عقیدت پیش کیا، جنہیں ان کی قائدانہ خوبیوں اور استقامت اور لوگوں کی فلاح و بہبود کیلئے زندگی وقف کرنے کیلئے بعد از مرگ ایوارڈ سے نوازا گیا۔منوج سنہا نے کہا کہ مہاراجہ ہری سنگھ جدید جموں کشمیر کے کلیدی معمار تھے۔انہوں نے تاریخ کے ایک نازک دور میں اس کی تقدیر کو تشکیل دینے میں بھی اہم کردار ادا کیا اور اس بات کو یقینی بنایا کہ 'ایک بھارت شریشٹھ بھارت' کا خواب حقیقت بن جائے۔لیفٹنٹ گورنر نے مشاہدہ کیا کہ مہاراجہ ہری سنگھ غریبوں اور پسماندہ لوگوں کے لیے اپنی فکر میں غیر متزلزل تھے اور انھوں نے خواتین کو بااختیار بنانے، تعلیم، صحت کی دیکھ بھال اور پسماندہ لوگوں کی بہتری کے لیے کام کیا۔ان کی پوری زندگی معاشرے کی بہتری کے لیے ہمت اور عزم کی عظیم داستان تھی۔انہوں نے مزید روشنی ڈالی کہ یہ لوگوں کی ذمہ داری ہے کہ وہ اس بات کو یقینی بنائیں کہ مختلف طبقوں اور طبقوں کی وکشت بھارت میں حصہ داری ہو۔سنہا نے کہا کہ وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت میں جموں وکشمیر حکومت نے مہاراجہ ہری سنگھ کے یوم پیدائش پر تعطیل کا اعلان کرنے کا دیرینہ مطالبہ پورا کردیا ہے۔

102

حل کرنے کیلئے پرعزم ہے۔ سی این آئی کے مطابق جموں میں ایک پروگرام کے دوران صحت اور طبی تعلیم، سماجی بہبود اور تعلیم کی وزیر سکینہ ایتو نے کہا کہ جموں وکشمیر وزیر اعلی عمر عبداللہ کی قیادت میں نمایاں پیش رفت کررہا ہے۔انہوں نے مزید کہا کہ موجودہ حکومت نے **300** کے قریب نئے ڈاکٹروں کو تعینات کیا ہے اور انہیں دور دراز علاقوں میں تعینات کیا ہے تاکہ دور دراز علاقوں میں رہنے والے لوگوں کی صحت کی ضروریات کا خیال رکھا جاسکے۔وزیر نے محکمہ صحت میں ڈاکٹروں اور پیرا میڈیکل اسٹاف کی کمی کو تسلیم کیا لیکن لوگوں کو یقین دلایا کہ حکومت ان تمام مسائل کو فوری طور پر حل کرنے کے لیے پرعزم ہے۔انہوں نے مزید کہا کہ حکومت نے عام لوگوں کی سہولت کیلئے تمام ذیلی ضلع اسپتالوں میں ڈائیلاسز کی سہولیات کی فراہمی کا عمل پہلے ہی شروع کردیا ہے۔انہوں نے مزید کہا کہ جموں کے ساتھ ساتھ کشمیر میں کیتھ لیبارٹریوں کو فعال بنایا گیا ہے اس کے علاوہ یہاں **Linac** کی سہولیات جلد ہی دستیاب ہوں گی۔موجودہ حکومت کی جانب سے عوامی فلاح و بہبود کے لیے کیے جانے والے مختلف اقدامات پر روشنی ڈالتے ہوئے سکینہ ایتو نے کہا کہ وزیر اعلی عمر عبداللہ ذاتی طور پر ہر محکمے میں ہونے والی پیشرفت کی نگرانی کررہے ہیں اور عوامی بھلائی کیلئے کیے جانے والے مختلف اقدامات کے نفاذ کے سلسلے میں باقاعدہ جائزہ لے رہے ہیں۔

103

نے خشک موسم کا روزہ توڑ دیا جس کے ساتھ ہی لوگوں کے چہروں کو خوشی کھل اٹھی۔ ادھر محکمہ موسمیات نے آئندہ **24** گھنٹوں تک برفباری کی پیشگوئی کرتے ہوئے بتایا کہ آئندہ کچھ دنوں تک بھاری سے درمیانی درجے کی برفباری کا امکان ظاہر کیا ہے۔سی این آئی کے مطابق چلہ کلان کے آخری ایام میں آخر کار موسمی صورتحال میں تبدیلی آئی اور خشک موسم ختم ہوئی۔محکمہ موسمیات کی پیشگوئی کے عین مطابق بدھ کی صبح سے ہی موسم میں تبدیلی آتے ہوئے بالائی علاقوں میں تازہ برفباری کا سلسلہ شروع ہوگیا۔دن بھر ابر آلود موسم کے ساتھ کچھ ایک علاقوں میں تازہ بارشیں بھی ہوئی۔شہرہ آفاق گلمرگ، پیر کی گلی، ٹنگمرگ، سونہ مرگ، زوجیلا، اور دیگر بالائی علاقوں میں برفباری کا سلسلہ شروع ہو گیا جبکہ دوپہر سے وادی کے کچھ ایک علاقوں میں بارشیں ہوئی تاہم سرینگر میں شام دیر گئے تک ابر آلود موسم کے ساتھ ٹھنڈ کا سلسلہ جاری تھا۔محکمہ موسمیات کے مطابق گلمرگ، گریز، سوہ مرگ اور ٹنگمرگ میں اچھی خاصی برفباری ریکارڈ کی گئی جبکہ میدانی علاقوں میں خشک موسم اختتام پذیر ہوا کیونکہ بیشتر علاقوں میں بارشیں ہوئی۔ادھر محکمہ موسمیات کے مطابق پیر پنچال کے آرپار اگلے **24** گھنٹوں تک میدانی علاقوں کے ساتھ ساتھ بالائی علاقوں میں بھی برفباری ہونے کے امکانات ہے اور کہا کہ موسمی صورتحال میں **05** فروری تک ایسی ہی رہے گی۔اسی دوران محکمہ موسمیات کا کہنا ہے کہ شبانہ درجہ حرارت میں بھی بہتری درج کی گئی ہے۔محکمہ موسمیات کے مطابق سرینگر میں گزشتہ رات منفی **5.5** ڈگری سینٹی گریڈ کے مقابلے میں کم سے کم **1.9** ڈگری سینٹی گریڈ جبکہ قاضی گنڈ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی **1.0** ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا جہاں گزشتہ شب کا درجہ حرارت منفی **1.4** ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ ہوا تھا۔محکمہ موسمیات نے بتایا کہ شہرہ آفاق گلمرگ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی **5.2** ڈگری سینٹی گریڈ جبکہ جنوبی کشمیر کے مشہور سیاحتی مقام پہلگام میں کم سے کم درجہ حرارت منفی **8.0** ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا۔انہوں نے کہا کہ کپوارہ میں کم سے کم درجہ حرارت **0.1** ڈگری سینٹی جبکہ اسی طرح سے بارہمولہ اور بانڈی پورہ اضلاع میں کم سے کم درجہ حرارت بالترتیب **0.8** ڈگری سینٹی گریڈ اور **2.4** ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ ہوا تھا۔محکمہ موسمیات کے مطابق لیہہ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی **9.5** ڈگری سینٹی گریڈ کرگل میں کم سے کم **4.9** اور دراس میں شبانہ درجہ حرارت منفی **7.5** ڈگری سیلشس درج کیا گیا۔

104

ہے کہ وہ ہمیں دیئے گئے ہر موقع کا فائدہ اٹھائے۔سی این آئی کے مطابق دہلی انتخابات کو لیکر اپنی انتخابی مہم شروع کرتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی نے ایک بڑے عوامی جلسہ سے خطاب کرتے ہوئے بی جے پی پارٹی کی جیت پر اعتماد ظاہر کرتے ہوئے کہا کہ **5** فروری کو عام آدمی پارٹی (آپ) چلے گی، اور بھارتیہ جنتا پارٹی جیت لے گی۔انہوں نے کہا ”پوری دہلی کہہ رہی ہے، **5** فروری کو آپ دا جائے گا، اور بی جے پی آئے گی“۔وزیر اعظم نے کہا کہ یہ **21** ویں صدی ہے جس کے **25** سال گزر چکے ہیں۔کانگریس نے ابتدائی **14** سال حکومت کی، پھر عام آدمی پارٹی نے **11** سال حکومت کی، لیکن دہلی کے مسائل جوں کے توں ہیں۔انہوں نے دہلی کو برباد کردیا۔ایک نے **14** سال حکومت کی، دوسرے نے **11** سال، پھر بھی ٹریفک، ناقص انفراسٹرکچر، سیوریج، آلودگی اور گندا پانی بدستور برقرار ہے۔ کچھ بھی نہیں بدلا۔انہوں نے کہا کہ ”بھارتیہ جنتا پارٹی کی قیادت والی این ڈی اے حکومت کا صرف ایک مقصد، ایک نعرہ، اور ہمارے ورک کلچر کا مرکزی خیال ”انڈیا فرسٹ سٹیزن فرسٹ“ ہے۔ انہوں نے کہا ”مجھے پختہ یقین ہے کہ ملک آگے بڑھ رہا ہے اور ترقی کی نئی بلندیوں کو چھو رہا ہے۔ ملک ہمہ جہت اور جامع ترقی کا تجربہ کر رہا ہے۔“۔انہوں نے کہا کہ ان کے الفاظ تاریخ کا حصہ بن جائیں گے۔مودی نے کہا کہ انہیں یقین ہے کہ ملک کے جمہوریت سے محبت کرنے والے لوگوں کا ایک بڑا طبقہ ان ارکان پارلیمنٹ کے طرز عمل کی تعریف کرے گا جنہوں نے اپنی دانشمندی اور قابلیت کا استعمال کیا اور عوام کے لیے اپنی فکر ظاہر کی، حالانکہ وہ اپنے خیالات میں تنقیدی بھی تھے۔

105

پارٹی ہیڈکوارٹر پر کارکنان، عہدیداران اور لیڈران کے ایک اجلاس سے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ شیر کشمیر شیخ محمد عبداللہ زندگی کے آخری دم تک اس بات کو دہراتے رہے کہ ”عوام ہی طاقت کا سرچشمہ ہے اور سرداری عوام کا حق ہے“۔ جموں وکشمیر میں جبھی ایک جمہوری حکومت معرض وجود آئی جب عوام نے نیشنل کانفرنس کو بھرپور اشتراک اور تعاون فراہم کیا۔عوام نے نیشنل کانفرنس کو صرف حکومت میں نہیں لایا بلکہ ایک بھاری بوجھ اور امتحان میں ڈال دیا جس پر ہمارے وزراء اور اراکین اسمبلی کو کھرا اُترنا ہوگا۔انہوں نے کہا کہ مجھے اُمید جس طرح سے ہمارے اسمبلی ممبران خصوصاً نوجوان اراکین اسمبلی دن رات ایک کرکے لوگوں کی راحت کیلئے کام کرتے رہیں گے۔ ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے کہا کہ اللہ کا شکر ہے کہ ہمارے نومنتخب ممبرانِ اسمبلی ہر وقت لوگوں میں رہتے ہیں اور ہمیشہ لوگوں کیلئے دستیاب رہتے ہیں، میں اپنے اسمبلی ممبران سے اپیل کرتا ہوں کہ وہ اسی طرح خود کو لوگوں کیلئے وقف رکھیں کیونکہ لوگوں نے اپنے قیمتی ووٹوں کے ذریعے چنا ہے۔ہمیں ذاتی مفادات کو بالائے طاق رکھتے ہوئے عوامی مفادات کو ترجیح دینی چاہئے، یہی ہمارا لائحہ عمل ہونا چاہئے۔صدرِ نیشنل کانفرنس نے کہا کہ حکومت کی حد درجہ کوشش یہی ہے کہ عوام کو راحت پہنچائی جائے انشاء اللہ ریاستی درجہ کی بحالی کے بعد حکومت مزید مؤثر طریقے سے عوامی راحت کے کام کرسکتی ہے۔انہوں نے کہا کہ گذشتہ **10** سال کے دوران جموں وکشمیر کو جس تباہی اور بربادی کے دہانے پر لا کھڑا کیا گیا نیشنل کانفرنس کی حکومت اس تاریخی ریاست کی شانِ رفتہ پھر ایک بار بحال کرکے ہی دم لے گی۔ہم نے اپنے منشور میں جو بھی وعدے کئے ہیں اُن سب کو ایک ایک کرکے پورا کیا جائے گا۔

□□□□

□□□□

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

عنوان: درخواست منجانب جاوید احمد پرے ولد حبیب اللہ پرے ساکنہ وجپارہ تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق دختر

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 29/01/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) وچوکیدار علاقہ نے سائل کی دختر کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔سائل جاوید احمد پرے بیان کرتا ہے کہ اسکی دختر کنزا فاطمہ کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 12/06/2018 کو ہوئی ہے۔ لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ چھ دن کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر

ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

عنوان: درخواست منجانب سجاد احمد وگے ولد محمد دائم وگے ساکنہ کوسم باغ تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق دختر

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 29/01/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) وچوکیدار علاقہ نے سائل کی دختر کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔سائل سجاد احمد وگے بیان کرتا ہے کہ اسکے دختر فاطمہ سجاد کی تاریخ پیدائش بطور JKBOSE/School Record مورخہ 03/03/2015 کو ہوئی ہے۔ لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ پانچ دن کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر

ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

عنوان: درخواست منجانب سراج الدین راتھر ولد عبدالاحد راتھر ساکنہ بہار آباد تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق اولادان

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 29/01/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) وچوکیدار علاقہ نے سائل کے اولادان کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔سائل سراج الدین راتھر بیان کرتا ہے کہ اسکے پسر تیمور سراج کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 10/03/2017 اور دختر ملیحا راتھر کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 25/02/2018 کو ہوئی ہے۔ لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ چھ دن کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر

ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

عنوان: درخواست منجانب محمد اشرف وگے ولد غلام نبی وگے ساکنہ کوسم باغ تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق اولادان

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 29/01/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) وچوکیدار علاقہ نے سائل کے اولادان کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔سائل محمد اشرف وگے بیان کرتا ہے کہ اسکی دختر اربینہ اشرف کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 14/06/2011 اور سجاد احمد وگے کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ 12/06/2012 کو ہوئی ہے۔ لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ چھ دن کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر

ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

از نیابت سری وار پورہ

عنوان: درخواست منجانب غلام نبی چوپان داماد عبدالکریم پرے ساکنہ موضع سری وار پورہ تحصیل پٹن نسبت OBC سرٹیفکیٹ بحق دختر خود غزالہ نبی تحت ایس آر او 294/144

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق رپورٹ پٹواری حلقہ سائل مذکور موضع سری وار پورہ پٹن میں رہائش پذیر ہے۔علاوہ ازیں سائل مذکور "چوپان" کاسٹ سے تعلق رکھتا ہے جسکے نسبت سائل مذکور اپنی دختر خود غزالہ نبی کیلئے OBC سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔اور سائل مذکور ماہوار آمدنی حد مقررہ سے کم ہے۔ تفصیل کنبہ بذیل ہیں

نام افراد کنبہ	عمر	پیشہ	سکونت
غلام نبی چوپان داماد عبدالکریم پرے	۴۸	مزدوری	سری وار پورہ
مسماۃ میمونہ بیگم زوجہ غلام نبی چوپان	۴۶	گھریلو کام	
بلال احمد چوپان پسر ----	۲۳	زیر تعلیم	
غزالہ نبی دختر ----	۲۱	----	

مندرجہ بالا تفصیل کنبہ ہیں اور کوئی بھی افراد کنبہ نہیں 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

از نیابت گوم احمد پورہ

عنوان: درخواست منجانب عاشق حسین یتو پسر علی محمد یتو ساکنہ موضع نواوری تحصیل پٹن نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق دختر خود مہندی عاشق

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق بیان نمبردار وہ و چوکیدار علاقہ سائل مذکور موضع نواوری پٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق اسکول ریکارڈ سائل مزکور کی دختر خود مہندی عاشق مورخہ 18/04/2008 کو پیدا ہوئی ہے۔جسکے نسبت سائل مذکور اپنی دختر کے حق میں DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کی 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

از نیابت گوم احمد پورہ

عنوان: درخواست منجانب منظور احمد کھانڈے پسر محمد عبداللہ کھانڈے ساکنہ موضع ملمھوشن تحصیل پٹن نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق پسر خود شاہد حسین کھانڈے

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق بیان نمبردار وہ و چوکیدار علاقہ سائل مذکور موضع ملمھوشن پٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق اسکول ریکارڈ سائل مزکو کا پسر شاہد حسین کھانڈے مورخہ 18/04/2008 کو پیدا ہوا ہے۔جسکے نسبت سائل مذکور اپنے پسر خود کے حق میں DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کی 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

از نیابت کپواری

مضمون: چٹھی آمدہ از دفتر بلاک ڈیولپمنٹ آفیسر خانصاحب زیر نمبری BDO/KS/10060 مورخہ 22/01/2025 نسبت اجرائی پیدائشی سرٹیفکیٹ بحق کلثوم حمید دختر عبدالحمید لون ساکنہ موضع کپواری تحصیل خانصاحب

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کی نسبت رپورٹ چوکیدار علاقہ ودیگر فیلڈ عملہ سے عیاں ہے کہ کلثوم حمید دختر عبدالحمید لون ساکنہ موضع کپواری مورخہ 04/10/2009 کو گھر پر ہی پیدا ہوئے ہیں۔جسکی نسبت بیان حلفی کے سائل و اجرا کردہ گورنمنٹ بائز ہائی اسکول وترڈ کا ریکارڈ بطور ثبوت شامل مثل ہے۔اس بارے میں بذریعہ اشتہار ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر

نائب تحصیلدار کپواری

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,