روزنامہ

وطن

بڈگام

WATTAN
The Urdu Daily

اتوار
02 فروری 2024

SUNDAY
02-FEBRUARY-2025

ثانیہ نے گھر کا نام بھی تبدیل کیا — صفحہ 08

چمپئنز ٹرافی میں فخر اوپن کریں گے — صفحہ 08

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■

■ جلد: 15 ■ شمارہ نمبر: 27 ■ صفحات: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■

وزیرخزانہ نے کیا اپنا مسلسل آٹھواں اور کل ملا کر دسواں مرکزی بجٹ لوک سبھا میں پیش

نوجوانوں، کسانوں اور خواتین پر توجہ مرکوز

ترقی یافتہ بھارت میں غربت کا خاتمہ ہوگا، طلباء اور طالبات کے لئے معیاری تعلیم ہوگی

سری نگر: یکم فروری //

مرکزی وزیرخزانہ نرملا سیتارمن نے اپنا مسلسل آٹھواں اور کل ملا کر دسواں مرکزی بجٹ برائے مالی سال 2025-26 ہفتہ کو لوک سبھا میں پیش کرتے ہوئے متوسط طبقے کیلئے ایک راحت کا اعلان کیا، جسکے تحت سالانہ 12.75 لاکھ روپے تک کمانے والے افراد کو نئے ٹیکس نظام کے تحت کوئی انکم ٹیکس ادا نہیں کرنا پڑے گا۔ وزیر خزانہ نرملا سیتارمن نے ٹیکس چھوٹ کی حد کو بڑھا کر اور سلیبوں کو دوبارہ تبدیل کر دی۔ سالانہ بجٹ میں ملک کے دفاع، سلامتی اور داخلی امور کیساتھ ساتھ دیہی ترقی، زراعت اور اس سے منسلک سرگرمیوں، شعبہ تعلیم، شعبہ صحت، شہری ترقی، انفارمیشن ٹیکنالوجی اور ٹیلی کام، توانائی، صنعت وحرفت، سماجی بہبود

اور سائنسی محکمے پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے ان 12 شعبوں کیلئے ہزاروں کروڑ روپے کے اخراجات مختص کرنے کی تجویز دی ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق مرکزی بجٹ برائے مالی سال 2025-26 میں خاص توجہ سب کو ساتھ لے کر چلنے پر مرکوز کرتے ہوئے 6 شعبوں میں اصلاحات کا آغاز کرنے کا عزم ظاہر کیا گیا ہے، جن میں ٹیکس نظام، شہری ترقی، کان کنی، مالیاتی شعبہ، بجلی اور ریگولیٹری اصلاحات شامل ہیں۔ وزیرخزانہ نرملا سیتارمن نے کہا کہ حکومت نوجوانوں، خواتین اور کسانوں پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے دیہی خوشحالی اور لچک کا پروگرام شروع کرے گی۔ انہوں نے کہا کہ ترقی یافتہ بھارت میں غربت کا خاتمہ ہوگا، معیاری تعلیم ہوگی، اعلیٰ معیار والی سستی اور جامع حفظان صحت ہوگی۔ وزیرخزانہ نرملا سیتا رمن نے کہا کہ پردھان منتری دھن دھانیہ کرشی یوجنا سے 1.7 کروڑ کسانوں کو فائدہ ہوگا، یہ اسکیم ملک کے 100 اضلاع میں لاگو ہوگی۔ انہوں نے درج فہرست ذاتوں اور قبائل کے کاروباریوں کیلئے 10 ہزار کروڑ روپے کے وینچر فنڈ کا اعلان کیا جبکہ ساتھ ہی کہا کہ بہار میں فوڈ پروسیسنگ انڈسٹری کے لیے نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف فوڈ ٹیکنالوجی اینڈ مینجمنٹ قائم کیا جائے گا۔ وزیرخزانہ نرملا سیتا رمن نے کہا کہ ہندوستان کو کھلونا مینوفیکچرنگ کا عالمی مرکز بنانے کا منصوبہ ہے تاکہ روزگار کے زیادہ سے زیادہ مواقع پیدا کیے جائیں۔ مرکزی وزیرخزانہ نے کہا کہ ہنرمندی کے فروغ کے لیے 5 نیشنل سینٹرز آف ایکسی ---101

لوک سبھا میں پیش کردہ مرکزی بجٹ عوام کا بجٹ

وزیرخزانہ کی سراہنا، سرمایہ کاری اور ترقی کی نئی راہداری: وزیراعظم نریندر مودی

سری نگر: یکم فروری //

وزیراعظم نریندر مودی نے ہفتہ کے روز وزیرخزانہ نرملا سیتارمن کے ذریعہ پیش کئے گئے مرکزی بجٹ کو عوام کا بجٹ قرار دیتے ہوئے اس کی تعریف کی جو لوگوں کے ہاتھ میں زیادہ پیسہ ڈالتا ہے اور کہا کہ یہ ایک طاقت بڑھانے والا ہے جس میں اضافہ ہوگا۔ سرمایہ کاری اور ترقی کا باعث بنتی ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق بجٹ 2025-26 پر ٹیلی ویژن

پر تبصرے میں، وزیراعظم مودی نے کہا کہ حکومت نے نوجوانوں کیلئے بہت سے شعبے کھولے ہیں، جو ترقی یافتہ ہندوستان کے مشن کو آگے بڑھائیں گے۔ انہوں نے کہا کہ یہ بجٹ ایک قوت ضرب ہے۔ یہ بجٹ بچت، سرمایہ کاری، کھپت اور نمو میں اضافہ کرے گا۔ وزیراعظم نے کہا کہ عوام کا بجٹ پیش کرنے پر وزیرخزانہ اور ان کی ٹیم کو مبارکباد دی۔ انہوں نے کہا کہ---102

یکم فروری سے بینکوں میں 4 بڑی تبدیلیاں نافذ

سری نگر: یکم فروری //

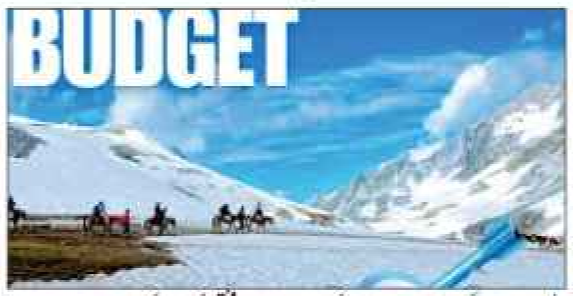
اگر آپ کا بھی بینک اکاؤنٹ ہے تو یکم فروری 2025 سے ہندوستان میں بینکنگ سسٹم میں ان 4 بڑی تبدیلیوں کے لیے تیار ہو جائیں۔ جے کے این ایس کے مطابق یکم فروری سے بھارت کے بینکنگ سسٹم میں کئی بڑی تبدیلیاں نافذ ہو چکی ہیں۔ ریزرو بینک آف انڈیا (RBI) کے جاری کردہ نئے ضابطوں کی وجہ سے ایس بی آئی، پی این بی اور کینرا بینک جیسے بڑے بینکوں کے صارفین کو---103

مرکزی بجٹ برائے مالی سال 2025-26 جموں وکشمیر کیلئے مرکزی امداد میں کوئی اضافہ نہیں

پچھلے سال کی طرح رواں مالی سال 2025-26 کیلئے 41 ہزار کروڑ روپے کی مرکزی امداد ملے گی

سری نگر: یکم فروری //

مرکزی حکومت نے مالی سال 2025-26 کے مرکزی بجٹ میں جموں وکشمیر کیلئے 41,000.07 کروڑ روپے مختص کیے ہیں۔ تاہم، پچھلے سال کے مقابلے میں مرکزی امداد میں کوئی اضافہ نہیں کیا گیا ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق مرکزی حکومت نے ہفتہ کو اگلے مالی سال 2025-26 کیلئے جموں وکشمیر یونین ٹیریٹری کو 41000.07 کروڑ روپے مختص کرنے کی تجویز پیش کی۔ مرکز کے زیر انتظام علاقوں کے لیے فنڈ کی منتقلی کے ایک حصے کے طور پر، مرکزی وزارت خزانہ نے آج مرکزی بجٹ برائے 2025-26 میں جموں وکشمیر یونین ٹیریٹری کیلئے 41000.07 کروڑ روپے مختص کرنے کی---104



عبوری بجٹ وزیراعظم نریندر مودی کے سال 2047

تک ترقی یافتہ بھارت کے نظریہ کو حاصل کرنے کیلئے روڈ میپ: امیت شاہ

سرینگر/ یکم فروری //

وزیر داخلہ امیت شاہ نے کہا کہ بجٹ وزیراعظم نریندر مودی کے سال 2047 تک ترقی یافتہ بھارت کے نظریہ کو حاصل کرنے کیلئے روڈ میپ تیار کرتا ہے۔ سی این آئی مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے سنیچروار کو کہا کہ عبوری بجٹ وزیراعظم نریندر مودی کے 2047 تک ترقی یافتہ بھارت کے ویژن کو حاصل کرنے کیلئے روڈ میپ

تیار کرتا ہے۔ شاہ نے یہ بھی کہا کہ بجٹ تقریر ان سنگ میلوں پر روشنی ڈالتی ہے جو مودی حکومت نے پچھلے 10 سالوں میں بھارت کو ہر شعبے میں سب سے آگے ملک بنانے کے سفر میں حاصل کیے تھے۔ امیت شاہ نے ایکس پر ایک پوسٹ میں کہا "مرکزی بجٹ 2047 تک ترقی یافتہ بھارت کے وزیراعظم نریندر مودی کے نظریہ کو حاصل کرنے کیلئے روڈ میپ تیار---105

بجٹ 2025 میں کیا کیا سستا اور کیا کیا مہنگا؟

موبائل فون کی قیمتوں میں کمی کا راستہ کھل گیا؟

سری نگر: یکم فروری //

مرکزی وزیرخزانہ نرملا سیتارمن نے ہفتہ کو اپنا لگاتار 8 واں بجٹ پیش کیا۔ انہوں نے کئی بڑے اعلانات کئے۔ جے کے این ایس کے مطابق اس ملک میں موبائل اور ٹی وی سمیت الیکٹرانک مصنوعات سستی ہو جائیں گی۔ کیا کیا سستا ہوا؟۔ موبائل فون کی بیٹری، اسمارٹ فونز، جیکٹ، چمڑے کی مصنوعات بشمول جوتے، بیلٹ، پرس، ای وی گاڑیاں، ایل سی ڈی، ہینڈلوم کپڑے 6 3 کینسر کی دوائیں، طبی سامان، ایل ای ڈی، میڈان انڈیا کپڑے، 2 8 اشیاء پر سے سیس ہٹایا گیا۔ کیا کیا مہنگا ہوا؟۔ انٹرا ایکٹو فلیٹ پینل، پریمیم سمارٹ ڈیلے، بنے ہوئے کپڑے (Knitted-Fabrics)، الیکٹرانک مصنوعات سستی ہوں گی۔ بجٹ میں کئے گئے اعلان کے مطابق لیتھیم بیٹریز اور---106

سالانہ میزانیہ 2025-26 ترقی یافتہ بھارت کیلئے عملی بجٹ

معیشت تیز رفتار اور جرات مندانہ ترقیاتی اقدامات: لیفٹنٹ گورنر منوج سنہا

سری نگر: یکم فروری //

جموں وکشمیر کے لیفٹنٹ گورنر منوج سنہا نے سالانہ میزانیہ برائے مالی سال 2025-26 کو ترقی یافتہ بھارت کیلئے عملی بجٹ قرار دیتے ہوئے وزیر خزانہ نرملا سیتارمن کا شکریہ ادا کیا۔ جے کے این ایس کے مطابق لیفٹنٹ گورنر نے اپنے آفیشل ایکس ہینڈل پر ایک پوسٹ میں لکھا "میں وزیر خزانہ نرملا سیتا رمن جی کا ترقی یافتہ بھارت کیلئے عملی بجٹ پیش کرنے پر تہہ دل سے شکریہ ادا

کرتا ہوں"۔ منوج سنہا نے ساتھ ہی لکھا کہ غریبوں، نوجوانوں، کسانوں اور خواتین کیلئے معیشت کو تیز رفتار اور جرات مندانہ ترقیاتی اقدامات پر لانے کیلئے عزت مآب وزیراعظم جناب نریندر مودی جی کا مشکور ہوں۔ لیفٹنٹ گورنر منوج سنہا نے مزید کہا کہ متوسط طبقے کو بڑی راحت، ٹیکس کی شرح کا نظر ثانی شدہ ڈھانچہ متوسط طبقے کی زندگیوں میں تبدیلی لانے کے لیے---107

پولیس کیلئے 9325.73 کروڑ روپے مختص

8897.72 کروڑ روپے محصولات کے اخراجات

سری نگر: یکم فروری //

حکومت ہند نے 2025-26 کے مرکزی بجٹ میں جموں وکشمیر پولیس کیلئے 9325 کروڑ روپے مختص کئے ہیں جو کہ مرکزی وزارت داخلہ کے انتظامی کنٹرول میں ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق مالی سال 2025-26 کیلئے گرانٹس کے لیے وزارت داخلہ کے مطالبات کے مطابق، مرکزی بجٹ میں جموں وکشمیر پولیس کیلئے 9325.73 کروڑ روپے مختص کیے گئے ہیں۔ دستاویزات کے مطابق، اس رقم میں سے 8897.72 کروڑ روپے محصولات کے اخراجات کے لیے اور 428.01 کروڑ روپے کیپٹل یعنی سرمایے کے اخراجات کے لیے مختص کیے گئے ہیں۔ یہ بجٹ کے---108

گریز بانڈی پورہ سڑک ٹریفک کیلئے بند

سرینگر/ یکم فروری //

شمالی کشمیر کے بیشتر علاقوں میں ہوئی تازہ برفباری کے بعد گریز بانڈی پورہ سڑک پر گاڑیوں کی آمدورفت روک دی گئی۔ سی این آئی کو نمائندے نے اس ضمن میں تفصیلات فراہم کرتے ہوئے بتایا کہ شمالی کشمیر کے کچھ حصوں میں بالائی علاقوں میں تازہ برفباری اور میدانی علاقوں میں رات بھر بارشیں ہوئی۔ انہوں---109

چلہ خورد نے آتے ہی اپنا جلوہ دکھایا، تازہ برفباری

بالائی علاقوں کے ساتھ میدانی علاقوں میں کہیں جم کر تو کہیں ہلکی برفباری

سرینگر/ یکم فروری //

چلہ خورد نے آتے ہی اپنا کمال دکھا جس دوران محکمہ موسمیات کی پیشنگوئی کے عین مطابق پیر پنچال کے آر پار بالائی علاقوں کے ساتھ ساتھ میدانی علاقوں میں بھی برفباری ریکارڈ کی گئی، کہیں ہلکی تو کہیں درمیانی درجے کی برفباری سے شدید سردی نے لوگوں کو کپکپا دیا۔ ادھر محکمہ موسمیات نے---110

ڈگڈول رام بن میں مردہ پائے گئے نوگام سرینگر

کے نوجوان کے لواحقین کا احتجاج، ہلاکت کو دیا قتل قرار

سرینگر/ یکم فروری //

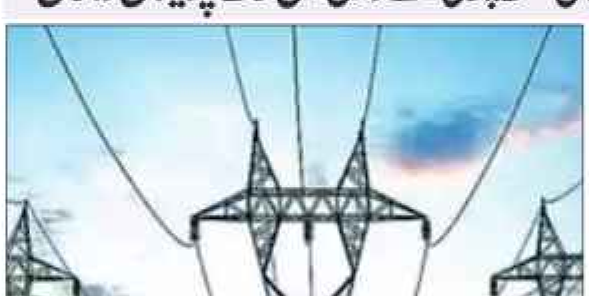
رام بن میں سرینگر جموں شاہراہ پر پراسرار طور پر مردہ پائے گئے نوگام سرینگر کے نوجوان کے اہل خانہ نے احتجاج کرتے ہوئے معاملے کی تحقیقات کا مطالبہ کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ نوجوان کو ایک منظم سازش کے تحت قتل کیا گیا ہے اور انصاف کا مطالبہ کیا۔ سی این آئی کو نمائندے نے اس ضمن میں تفصیلات فراہم کرتے ہوئے بتایا کہ نوگام سرینگر سے تعلق رکھنے والے نوجوان کے خاندان نے، جس کی لاش گزشتہ ماہ رام بن کے ڈگڈول میں اس کی گاڑی کے اندر سے ملی تھی نے اس کی موت کی مکمل تحقیقات کا مطالبہ کرتے ہوئے احتجاج کیا۔ مظاہرین نے ہاتھوں میں پلے کارڈز اٹھائے ہوئے---111

برفباری کے بعد سردیوں میں اضافہ، بجلی بریک ڈاؤن جاری

شدت کی سردی میں بجلی کی آنکھ مچولی سے وادی میں لوگ پریشان ونالاں

سرینگر/ یکم فروری //

وادی کشمیر میں ہوئی برفباری کے بعد وادی کے شمال وجنوب میں بجلی بریک ڈاؤن جاری ہے۔ بجلی کی آنکھ مچولی سے لوگوں کو شدید مشکلات کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے جبکہ شدت کی سردی میں بار بار بجلی کاٹنے کے عمل سے لوگوں کی زندگیاں اجیرن بن گئی ہے۔ سی این آئی کے مطابق شہر سرینگر سمیت وادی کے شمال و جنوب میں ہلکی سے درمیانی درجے کی برفباری ہوئی۔ جس کے---112



ہندوستانی کوسٹ گارڈ ہمارے سمندروں

ایک ایک مضبوط محافظ ہے: وزیراعظم نریندر مودی

سرینگر/ یکم فروری //

سمندری سلامتی سے لیکر آفات سے نمٹنے تک، اسمگلنگ مخالف کارروائیوں سے لیکر ماحولیاتی تحفظات کیلئے ہندوستانی کوسٹ گارڈ ہمارے سمندروں کا ایک مضبوط محافظ ہے کی بات کرتے ہوئے وزیراعظم نریندر مودی نے کہا کہ یہ وہ فورس ہے جو ہمارے پانیوں اور لوگوں کے تحفظ کو یقینی بناتا ہے۔ سی این آئی مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق بھارتی کوسٹ گارڈز کے یوم تاسیس کے موقع پر وزیراعظم نریندر مودی نے ہماری وسیع ساحل کی حفاظت میں اس کی بہادری، لگن اور انتھک چوکسی کے لیے فورس کی تعریف کی۔ وزیراعظم مودی نے کہا کہ سمندری سلامتی سے لے کر آفات سے نمٹنے تک، اسمگلنگ مخالف کارروائیوں سے لے کر ماحولیاتی تحفظ تک، ہندوستانی کوسٹ گارڈ---113

بدھل راجوری کے مریض جی ایم سی راجوری میں

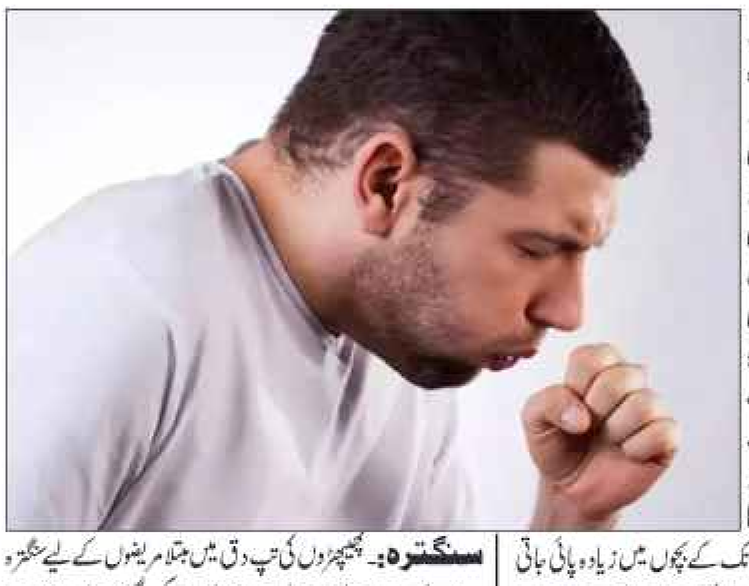
پی جی آئی ڈاکٹروں کی زیر نگرانی میں مریضوں کا ضروری طبی معائنہ کرنے کیلئے علاقے کا دورہ کریگی

سرینگر/ یکم فروری //

راجوری کے بدھل علاقے میں پراسرار ہلاکتوں کے بعد بیماری میں مبتلا افراد پوسٹ گریجویٹ انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل ایجوکیشن اینڈ ریسرچ چنڈی گڑھ کے ماہر ڈاکٹروں کی نگرانی میں میڈیکل کالج راجوری میں زیر علاج ہے اور روبہ صحت ہو رہے ہیں۔ سی این آئی کے مطابق پوسٹ گریجویٹ انسٹی ٹیوٹ آف میڈیکل ایجوکیشن اینڈ ریسرچ چنڈی گڑھ کے ڈاکٹروں کی ایک ٹیم بدھل راجوری کے---114

”تپ دق“ قابل علاج متعدی مرض

تپ دق (ٹی بی) ایک قابل علاج متعدی یعنی ایک دوسرے کو لگنے والی بیماری ہے۔ جب ٹی بی کا مریض کھانستا ہے تو ہوا کے ذریعے اس کے بلغم میں موجود بیکٹیریا دوسروں تک پہنچ جاتا ہے، اس طرح دوسرا شخص بھی ٹی بی کا مریض بن جاتا ہے۔ یہ ایک قسم کا انفیکشن ہے، جس کا سبب جراثیم ہوتے ہیں۔ یہ جراثیم عموماً پھیپھڑوں کو متاثر کرتے ہیں تاہم یہ جسم کے دیگر حصوں بشمول گردے، ریڑھ کی ہڈی اور دماغ کو بھی متاثر کرسکتے ہیں۔ تپ دق کی 2 قسمیں ہوتی ہیں، ایک مخفی یا پوشیدہ تپ دق جو ایک سے دوسرے کو نہیں لگتا، دوسرا اصل تپ دق جو متعدی ہوتا ہے یعنی ایک سے دوسرے کو لگ سکتا ہے۔ فعال تپ دق کی بیماری ”مائیکوبیکٹیریم ٹیوبرکلوسس“ جیسے ایک بیکٹیریا کے انفیکشن کی وجہ سے ہوتی ہے۔ جو شخص مخفی تپ دق کے انفیکشن میں مبتلا ہوتا ہے، اس میں اس مرض کی کوئی بھی علامت ظاہر نہیں ہوتی اور نہ ہی وہ خود کو بیمار محسوس کرتا ہے، تاہم جب مریض کے خون کا ٹیسٹ کیا جاتا ہے تو اس وقت پتہ چلتا ہے کہ وہ مخفی جراثیم کے انفیکشن میں مبتلا ہے۔ مخفی ٹی بی میں مبتلا شخص دوسرے لوگوں تک جراثیم پھیلانے کی صلاحیت نہیں رکھتا جو افراد مخفی ٹی بی میں مبتلا ہوتے ہیں، ان میں بیماری کی علامتیں کم ابھرتی ہیں، کیوں کہ ان کے جسم میں جراثیم غیر فعال ہوتے ہیں، تاہم پوشیدہ ٹی بی میں مبتلا افراد کا مدافعتی نظام اگر کمزور ہو تو پھر جراثیم فعال ہوجاتے ہیں اور وہ حقیقی ٹی بی کے مرض میں مبتلا ہوسکتے ہیں۔ پوشیدہ ٹی بی میں مبتلا افراد کا علاج اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کیا جاتا ہے کہ وہ کہیں فعال ٹی بی کے مرض میں مبتلا نہ ہوجائے۔ اس کی تشخیص کے لیے بلغم کا ٹیسٹ کروایا جاتا ہے۔ اس کی ایک قسم **Drug resistant TB** کہلاتی ہے۔ اگر تپ دق کے مریض پر دوائیں اثر نہ کررہی ہوں تو پھر کہا جاتا ہے کہ اسے ڈرگ ریزسٹنٹ ٹی بی ہوگئی ہے۔ ٹی بی کے جراثیم پر ادویہ کا اثر نہ ہونے کی دو اہم وجوہ ہوتی ہیں۔ ایک یہ کہ متاثرہ فرد جب دوا مقررہ مقدار اور تعداد میں باقاعدگی سے نہ کھا رہا ہو۔ دوسری وجہ یہ ہوسکتی ہے کہ اس فرد کو ٹی بی جس مریض سے منتقل ہوئی ہے اسے ڈرگ ریزسٹنٹ ٹی بی لاحق ہو۔ تپ دق کے جراثیم جسم میں داخل ہونے کے بعد ضروری نہیں کہ یہ انسان کو بیمار کردیں۔ یہ جسم کے اندر خاموش یا خوابیدہ حالت میں بھی رہ سکتے ہیں۔ طبی اصطلاح میں اسے **Latent TB** کہا جاتا ہے۔ ایک رپورٹ کے مطابق ہر سال لاکھوں لوگ اس بیماری کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ کوئی ایسی بیماری نہیں، جس کا علاج ممکن نہیں ہے۔ لیکن ظاہری علامات کی بنیاد پر تپ دق کی تشخیص بہت مشکل ہوتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بعض دیگر امراض کی علامات بھی تپ دق کی علامات کے مشابہ ہوتی ہیں۔ اس کی حتمی تشخیص بیکٹیریا کی موجودگی کے یقینی شواہد مل جانے کے بعد ہی ممکن ہوتی ہے۔ اس کے کچھ ٹیسٹ براہ راست بیکٹیریا کی موجودگی کی نشان دہی کے لیے کیے جاتے ہیں۔ دوسرے ٹیسٹ جیسے ایکسرے وغیرہ ممکنہ مریض پر بیکٹیریا کے اثر کا مشاہدہ کرنے کے لیے کیے جاتے ہیں۔ اس کا علاج بھی موجود ہے اور اس کی ادویات بھی لیکن ان کے باوجود اقوام متحدہ کے عالمی ادارہ صحت کی رپورٹس کے مطابق تپ دق دنیا میں اموات کی ایک بڑی وجہ بن چکی ہے۔ پاکستان میں ہر سال تقریباً 5 لاکھ افراد ٹی بی سے متاثر ہوتے ہیں، جس میں تقریباً ایک تہائی علاج کے لیے کہیں بھی رجسٹرڈ نہیں ہوتے اور ان کے ذریعے یہ مرض پھیلتا رہتا ہے۔ تپ دق 5 سے 15 سال تک کے بچوں میں زیادہ پائی جاتی ہے۔ عالمی ادارہ صحت کی رپورٹ کے مطابق پوری دنیا میں 74000 بچے ہر سال تپ دق سے جان کھو بیٹھتے ہیں اور ہر سال نصف ملین اس کے نئے مریض بچے سامنے آتے ہیں۔ یہ ایک متعدی بیماری ضرور ہے لیکن سو فی صد قابل علاج ہے۔ اس کو ابتدائی مرحلہ میں ہی بروقت اور آسانی سے کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ اس کے علاج کا دورانیہ 6 سے 9 مہینے تک ہوتا ہے۔



علامات

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

قدرتی چیزوں سے علاج

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

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

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

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

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

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

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

چھاتی کا سرطان

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

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

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

خاندانی پس منظر

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

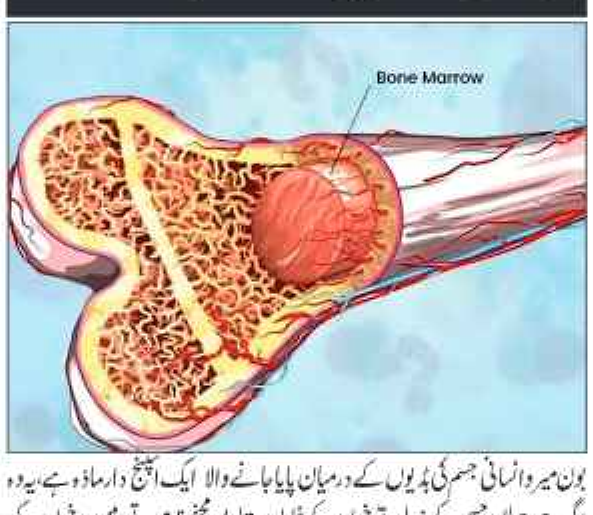
……**ذاتی صحت**…… اگر کسی کو ایک بریسٹ میں کینسر کی تشخیص ہوجائے تو دوسرے میں اس کے ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ ☆ ریڈی ایشن ☆ حیض کا جلدی آنا ☆ دیر سے حیض کا بند ہونا ☆ موٹاپا ☆ نیکوٹین اور الکوحل کا استعمال ☆ ہارمون تبادلہ تھراپی۔

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

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

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

بون میرو ٹرانسپلانٹ



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

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

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

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

☆ سفید خون کے خلیے انفیکشن سے لڑتے ہیں۔

بون میرو ٹرانسپلانٹ کیا ہے؟

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

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

بون میرو ٹرانسپلانٹ کی ضرورت کیوں پیش آتی ہے؟

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

”آسٹیو پروسس“ خاموش اور مسلسل بڑھنے والی بیماری

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

☆…… ہماری ہڈیاں ہماری صورت گری کرتی ہیں۔

☆…… ہمارے اعضاء کی حفاظت کرتی ہیں۔

☆…… ہمیں حرکت کرنے میں مدد کردیتی ہیں۔

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

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

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

Osteoperia ہڈیوں کا کمزور اور پتلا ہونا۔

Osteoprosis ہڈیوں کا بھربھرا ہونا۔

Rickets بچوں میں ہڈیوں کا ٹیڑھا ہونا۔

Osteomalasia ہڈیوں کا ٹیڑھا پن۔

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

آج ہم آسٹیو پروسس (**Osteoprosis**) یا ہڈیوں کے بھربھرا پن جسے ہم ہڈیوں کی خستگی بھی کہہ سکتے ہیں، اس پر بات کریں گے۔ ایک اندازے کے مطابق دنیا بھر میں 200 ملین افراد آسٹیو پروسس بیماری کا شکار ہیں۔ 50 سال سے زائد عمر کی ہر تین میں سے ایک عورت اور ہر پانچ میں سے ایک مرد آسٹیو پروسس کا شکار ہے۔ یہ مرض مردوں کی نسبت عورتوں میں زیادہ ہوتا ہے۔ ”پیڑ کو دیمک لگ جائے یا آدم زاد کو غم“ میں تھوڑی ترمیم اگر کی جائے کہ پیڑ کو دیمک لگ جائے یا انسان کو آسٹیو پروسس تو اس کا بچنا مشکل ہوجاتا ہے۔ اگر بروقت تشخیص نا ہوسکے، کیوں کہ آسٹیو پروسس بھی ایک طرح سے ہڈیوں کی دیمک ہے۔ یہ ایک خاموش بیماری ہے، جس کی علامات عام طور پر ظاہر نہیں ہوتیں یا یوں سمجھیں کہ آسٹیو پروسس خاموش مگر مسلسل بڑھنے والی بیماری ہے بروقت تشخیص اور علاج کے بغیر یہ رفتہ رفتہ ہڈیوں کو اس حد تک کمزور کردیتی ہے کہ وہ ٹوٹنے لگتی ہیں۔ ایک اچانک ٹھوکر، جھٹکا، گرنا یا پھر صرف کھانسی جس کا صحت مند انسان پر اثر نہیں ہوتا مگر آسٹیو پروسس سے متاثر انسان میں ہڈی ٹوٹنے کا سبب بن سکتی ہے۔ اس مرض میں عام طور پر کولہے، کلائی اور ریڑھ کی ہڈی متاثر ہوتی ہے۔ گو کہ یہ ایک خاموش بیماری ہے، مگر ہمیں نظر رکھنا چاہیے کہ ہمارے قد میں ایک یا ایک انچ سے زیادہ کمی تو واقع نہیں ہورہی۔ ☆ کھڑے ہونے اور بیٹھنے کے انداز میں جھکاؤ تو نہیں بڑھ رہا یا کمر کے نچلے حصے میں مستقل درد ہورہا ہے یا پھر سانس لینے میں دشواری بھی ہورہی ہے۔ اگر ایسا ہو تو ہڈیوں کے امراض کے ماہر سے رجوع کرنا چاہیے۔ اگر ہم جائزہ لیں کہ کن لوگوں کو اس بیماری میں مبتلا ہوجانے کا زیادہ خطرہ ہے تو 50 یا 50 سال سے زیادہ عمر کی خواتین اس بیماری سے زیادہ متاثر ہوتی ہیں۔

☆…… خواتین میں اس کی بڑی وجہ مینوپاز ہے، کیوں کہ اس میں خون میں ایسٹروجن ہارمون کی کمی واقع ہوجاتی ہے جو ہڈیوں کو گھٹنے سے روکتا ہے۔

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

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

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

☆…… کچھ روزمرہ کے معمولات کے نتیجے میں بھی آسٹیو پروسس ہوسکتا ہے۔

☆…… غیر متحرک رہنا ☆…… ورزش نہ کرنا

☆…… سگریٹ نوشی کرنا ☆…… کولا ڈرنکس کا بے تحاشہ استعمال

☆…… غذا میں کیلشیم اور وٹامن ڈی کی کمی

…**آسٹیو پروسس کی تشخیص**…

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

انسانی جسم کا اہم منرل ”کیلشیم“

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

……**علامات**……

پٹھوں میں کھنچاؤ

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

انگلیاں سن ہونا

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

سستی اور غنودگی طاری رہنا

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

تھکاوٹ محسوس ہونا

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

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

دل کی دھڑکن تیز ہونا

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

یادداشت کا کمزور ہونا

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

ناخن اور جلد

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

ہندوستان کروڑوں لوگوں کی امنگوں سے متاثر ہو کر ترقی کی راہ پر گامزن / وزیر اعظم

بھونیشور // وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا ہے کہ ہندوستان کروڑوں لوگوں کی امنگوں سے متاثر ہو کر ترقی کی راہ پر گامزن ہے۔ وزیر اعظم نے آج بھونیشور، اڈیشہ میں اتکرش اڈیشہ میک ان اڈیشہ کانکلیو 2025 اور میک ان اڈیشہ نمائش کا افتتاح کیا۔ وزیر اعظم نے حاضرین سے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ جنوری 2025 کے مہینے میں اڈیشہ کا ان کا یہ دوسرا دورہ ہے، ان کا پہلا دورہ پرواسی بھارتیہ دیوس 2025 تقریب کے افتتاح کے لیے تھا۔ ذکر کرتے ہوئے کہ اڈیشہ میں یہ اب تک کا سب سے بڑا کاروباری اجلاس تھا، مسٹر نریندر مودی نے کہا کہ میک ان اڈیشہ کانکلیو 2025 میں تقریباً 5-6 گنا زیادہ سرمایہ کاروں نے حصہ لیا ہے۔ انہوں نے اس عظیم الشان تقریب کے انعقاد کے لیے ریاست کے عوام اور حکومت اڈیشہ کو بھی مبارکباد دی۔ وزیر اعظم نے کہا کہ "مشرقی ہندوستان ملک کی ترقی میں ترقیاتی انجن کی حیثیت رکھتا ہے اور اڈیشہ اس میں کلیدی کردار ادا کر رہا ہے"۔ انہوں نے مزید کہا کہ تاریخی اعداد و شمار سے یہ بھی پتہ چلتا ہے کہ جب ہندوستان نے عالمی ترقی میں اہم کردار ادا کیا تو اس میں مشرقی ہندوستان کی شراکتیں قابل ذکر رہی ہیں۔ مسٹر نریندر مودی نے کہا کہ مشرقی ہندوستان میں بہت سارے بڑے صنعتی مراکز، بندرگاہیں، تجارتی مراکز موجود ہیں اور ان میں اڈیشہ کی شرکت قابل ذکر ہے۔ وزیر اعظم نے کہا کہ "اڈیشہ جنوب مشرقی ایشیائی تجارت کا اہم مرکز ہوا کرتا تھا اور یہاں کی بندرگاہیں ہندوستان کے گیٹ وے شمار ہوتی ہیں"۔ انہوں نے مزید کہا کہ بالی یاترا آج بھی اڈیشہ میں منائی جاتی ہے۔ انڈونیشیا کے صدر جمہوریہ کے حالیہ دورہ ہند کا تذکرہ کرتے ہوئے وزیر اعظم نے کہا کہ انڈونیشیائی

صدر کے الفاظ یہ تھے کہ شاید ان کے ڈی این اے میں اڈیشہ کے آثار ہیں۔ وزیر اعظم نے کہا کہ اڈیشہ اس وراثت کا جشن مناتا ہے جو اسے جنوب مشرقی ایشیا سے جوڑتا ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ اڈیشہ نے اب 21 ویں صدی میں شاندار وراثت کے احیائے نو کے لیے کام کرنا شروع کر دیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ سنگاپور کے صدر نے حال ہی میں اڈیشہ کا دورہ کیا تھا اور سنگاپور اڈیشہ کے ساتھ اپنے تعلقات کے حوالے سے بہت پر عزم تھا۔ انہوں نے اس بات پر روشنی ڈالی کہ آسیان کے رکن ممالک نے بھی اڈیشہ کے ساتھ تجارت اور روایتی تعلقات کو مضبوط بنانے میں دلچسپی ظاہر کی ہے۔ وزیر اعظم نے اس بات پر زور دیا کہ اس خطے میں آزادی کے بعد کی مدت میں پہلے سے کہیں زیادہ مواقع کھل رہے ہیں۔ انہوں نے تقریب میں موجود تمام سرمایہ کاروں سے یہ کہتے ہوئے اپیل کی کہ اڈیشہ کی ترقی کے سفر میں سرمایہ کاری کرنے کا یہ صحیح وقت ہے اور یقین دلایا کہ ان کی سرمایہ کاری سے کامیابی کی نئی بلندیاں طے ہوں گی۔ مسٹر نریندر مودی نے کہا کہ "ہندوستان اپنے کروڑوں لوگوں کی امنگوں سے ترقی کی راہ پر رواں دواں ہے"۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ اے آئی کا مطلب مصنوعی ذہانت اور ہندوستان کی توقعات دونوں ہے، جو کہ ملک کی طاقت ہے۔ انہوں نے کہا کہ جب لوگوں کی ضروریات پوری ہوں تو ان کی خواہشات بڑھتی ہیں، اور گزشتہ دہائی میں کروڑوں شہریوں کو بااختیار بنایا گیا ہے، جس سے ملک کو فائدہ پہنچا ہے۔ وزیر اعظم نے اس بات پر روشنی ڈالی کہ اڈیشہ اس توقع کی نمائندگی کرتا ہے۔ انہوں نے اڈیشہ کو شاندار قرار دیا جو کہ نئے ہندوستان کی امید پسندی اور عروج کی علامت ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ اڈیشہ کے پاس بے شمار مواقع موجود ہیں، اور اس کے لوگوں نے ہمیشہ بہتر کارکردگی کا جذبہ دکھایا ہے۔ گجرات میں اڈیشہ کے لوگوں کی مہارت، محنت اور ایمانداری کا مشاہدہ کرنے کے اپنے ذاتی تجربے کا اشتراک کرتے ہوئے، وزیر اعظم نے یہ یقین ظاہر کیا کہ اڈیشہ میں ابھرنے والے نئے مواقع کے ساتھ، ریاست جلد ہی ترقی کی بے مثال بلندیوں تک پہنچے گی۔ انہوں نے اڈیشہ کی ترقی کو تیز کرنے میں وزیر اعلی موہن چرن ماجھی اور ان کی ٹیم کی کوششوں کی ستائش کی۔ وزیر اعظم نے کہا کہ اڈیشہ مختلف صنعتوں کے لیے ہندوستان کی سرکردہ ریاستوں میں سے ایک بن رہا ہے، جن میں فوڈ پروسیسنگ، پیٹرو کیمیکل، بندرگاہ کے ذریعہ ترقی، ماہی گیری، آئی ٹی، ایجو-ٹیک، ٹیکسٹائل، سیاحت، کان کنی، اور سبز توانائی کی صنعتیں شامل ہیں۔

بھارت کی ڈیجیٹل ادائیگیوں میں UPI کا حصہ بڑھ کر 83٪ ہو گیا / آر بی آئی

ممبئی // ہندوستان کی ڈیجیٹل ادائیگیوں میں یونیفائیڈ پیمنٹس انٹرفیس (UPI) کا حصہ 2019 میں 34 فیصد سے بڑھ کر 2024 میں متاثر کن 83 فیصد تک پہنچ گیا ہے۔ اس کے برعکس، ڈیجیٹل ادائیگیوں کے حجم میں دیگر ادائیگیوں کے نظام جیسے آر ٹی جی ایس، این ای ایف ٹی، آئی ایم پی ایس کریڈٹ کارڈز، ڈیبٹ کارڈز وغیرہ کا حصہ اسی مدت کے دوران 66 فیصد سے کم ہو کر 17 فیصد رہ گیا۔ رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ یو پی آئی اپنی افادیت اور استعمال میں آسانی کی وجہ سے ہندوستان میں ڈیجیٹل ادائیگیوں کی ترقی میں سب سے اہم شراکت دار رہا ہے۔ میکرو سطح پر، یو پی آئی لین دین کا حجم 2018 میں 375 کروڑ سے بڑھ کر 2024 میں 17,221 کروڑ ہو گیا، جب کہ لین دین کی کل مالیت 2018 میں 5.86 لاکھ کروڑ روپے سے بڑھ کر 2024 میں 246.83 لاکھ کروڑ روپے ہو گئی۔ یہ حجم اور قدر کے لحاظ سے بالترتیب 89.3 فیصد اور 86.5 فیصد کے پانچ سالہ سی اے جی آر کے برابر ہے۔ رپورٹ میں کہا گیا ہے۔ پی ٹو پی اور پی ٹو ایم دونوں ٹرانزیکشنز UPI کی محفوظ اور حقیقی وقت میں ادائیگی کی صلاحیتوں سے فائدہ اٹھاتے ہیں، جو افراد اور کاروباری اداروں کے لیے روایتی، وقت خرچ کرنے والے طریقوں پر انحصار کیے بغیر مالی لین دین کو انجام دینا آسان بناتے ہیں۔ پی ٹو ایم یو پی آئی ٹرانزیکشن والیوم نے 2023 سے پی ٹو پی یو پی آئی ٹرانزیکشن والیوم کو پیچھے چھوڑ دیا ہے۔ تاہم، قدر کے لحاظ سے، P2P ٹرانزیکشن ویلیو اب بھی پی ٹو ایم یو پی آئی ٹرانزیکشن ویلیوز سے زیادہ ہے۔ پچھلے کچھ سالوں کے دوران، ہندوستان میں ڈیجیٹل ادائیگیوں نے UPI کی شاندار پیشرفت اور دستیاب ڈیجیٹل ادائیگی کے اختیارات کی کثرت سے غیر معمولی ترقی دیکھی ہے۔ صرف 2024 میں، ہندوستان نے 208.5 بلین ڈیجیٹل ادائیگی کے لین دین کو ریکارڈ کیا۔

دہلی سے 'غیر قانونی' تارکین وطن کو نکالنے کا امیت شاہ کا عہد

ویب ڈیسک // وزیر اعظم نریندر مودی کے قریبی سیاسی اتحادی امیت شاہ نے کہا ہے' آئندہ ریاستی انتخابات میں اگر ان کی پارٹی کامیاب ہوئی تو نئی دہلی سے 'غیر قانونی' تارکین کو بے دخل کر دیں گے۔ فرانسیسی نیوز ایجنسی اے ایف پی کے مطابق وزیر داخلہ نے عہد کیا ہے اگلے ماہ ہونے والے ریاستی انتخابات میں ان کی پارٹی کی کامیابی کی صورت میں بنگلہ دیش سے آنے والے غیر قانونی تارکین' دو سال کے اندر نکالیں گے۔ امیت شاہ نے گذشتہ روز اتوار کو ایک جلسے سے خطاب کرتے ہوئے ہزاروں افراد کو بتایا 'غیر قانونی بنگلہ دیشیوں اور روہنگیا مہاجرین کو موجودہ حکومت پناہ دے رہی ہے۔' انہوں نے عوام سے کہا 'حکومت بدلیں تاکہ دہلی کو تمام غیر قانونی افراد سے نجات دلائی جا سکے۔ مسلم اکثریتی ملک بنگلہ دیش کے ساتھ انڈیا کا ہزاروں کلومیٹر طویل غیر محفوظ سرحدی علاقہ ہے اور ہمسایہ ملک سے غیر قانونی ہجرت دہائیوں سے حساس سیاسی مسئلہ ہے۔ دہلی میں غیر قانونی مقیم بنگلہ دیشیوں کی تعداد کا ذکر نہیں کیا گیا تاہم گذشتہ چند دہائیوں میں انڈیا کی مختلف ریاستوں سے لاکھوں افراد روزگار کی تلاش میں دارالحکومت کا رخ کرتے ہیں۔ بتایا جاتا ہے کہ نریندر مودی اور امیت شاہ کی بھارتیہ جنتا پارٹی پر ناقدین الزام لگاتے ہیں کہ بی جے پی اس مسئلے کو مسلمانوں کے خلاف خفیہ پیغام کے طور پر استعمال کرتی ہے تاکہ الیکشن کے دوران ہندو قوم پرست حمایت کو مضبوط رکھے۔ انڈیا کے دارالحکومت اور میگا سٹی دہلی کی آبادی تین کروڑ سے زائد ہے اور وزیر اعلی اروند کیجریوال کی عام آدمی پارٹی (اے اے پی) یہاں 2013 سے حکومت کر رہی ہے۔ اروند کیجریوال نے ایک دہائی قبل دہلی سے بدعنوانی کے خاتمے کا علم اٹھایا تھا اور ان کی بے پناہ مقبولیت نے انہیں بھارتیہ جنتا پارٹی کے کٹر حریف کے طور پر متعارف کرایا تھا۔ دہلی میں بسنے والے لاکھوں غریب خاندانوں کے لیے ان کی حکومت کی جانب سے پانی اور بجلی کی سبسڈیز نے کیجریوال کی مقبولیت میں مزید اضافہ کیا۔ کیجریوال کو متعدد الزامات کے باعث گزشتہ سال کئی مہینے جیل میں گزارنا پڑے۔ کیجریوال اور ان کی پارٹی کے کئی دیگر رہنما بھی الزامات کی زد میں آئے۔ ان پر الزام عائد کیا گیا پارٹی نے شراب کے لائسنس کے بدلے رشوت لی تھی۔ دوسری جانب کیجریوال نے بدعنوانی کے الزامات کو مسترد کرتے ہوئے ان الزامات کو مودی حکومت کی جانب سے سیاسی انتقام قرار دیا اور گزشتہ سال وزارت اعلی کے عہدے سے استعفیٰ دے دیا تھا۔ ادھر اروند کیجریوال نے دہلی کی عوام سے وعدہ کیا ہے اگر ان کی پارٹی دوبارہ منتخب ہوئی تو وہ وزارت اعلی کے عہدے پر ایک بار پھر واپس آئیں گے۔ دہلی میں ریاستی انتخابات 5 فروری کو ہو رہے ہیں جس کے لیے بھارتیہ جنتا پارٹی نے کیجریوال کی پارٹی کو اقتدار سے ہٹانے کے لیے بھرپور مہم چلا رکھی ہے۔ انتخابی نتائج کا اعلان 8 فروری کو کیا جائے گا۔

ٹرمپ اور مودی کا ٹیلی فونک رابطہ، منصفانہ تجارتی تعلقات پر زور

ویب ڈیسک // امریکہ کے صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے وزیر اعظم نریندر مودی کے ساتھ ٹیلی فون پر بات چیت میں امریکی ساختہ سیکورٹی ساز و سامان خریدنے اور منصفانہ دوطرفہ تجارتی تعلق قائم کرنے پر زور دیا ہے۔ خبر رساں ادارے روئٹرز کے مطابق وائٹ ہاؤس نے کہا ہے کہ دونوں رہنماؤں کے درمیان بات چیت 'سود مند' رہی۔ وائٹ ہاؤس کا کہنا ہے کہ ٹیلی فونک رابطے میں دونوں رہنماؤں نے تعاون کو مزید بڑھانے اور وسعت دینے پر اتفاق کیا اور انڈو پیسیفک، مشرق وسطی اور یورپ میں سکیورٹی کے معاملات سمیت متعدد علاقائی مسائل پر بھی بات چیت کی۔ دونوں ممالک کے درمیان مضبوط دوستی اور سٹریٹیجک تعلقات کی اہمیت کو مدنظر رکھتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی کے مستقبل میں امریکہ کے ممکنہ دورے پر بھی تبادلہ خیال کیا۔ دونوں رہنماؤں نے امریکہ اور انڈیا کے درمیان سٹریٹیجک شراکت داری اور انڈو پیسیفک کواڈ پارٹنر شپ کو بھی بڑھانے کے عزم کا اعادہ کیا۔ انڈو پیسیفک کواڈ میں امریکہ، انڈیا، آسٹریلیا اور جاپان شامل ہیں۔ رواں سال انڈو پیسیفک کواڈ میں شامل ممالک کے سربراہان کے اجلاس کی سربراہی پہلی مرتبہ انڈیا کرنے جا رہا ہے۔ امریکہ، انڈیا کا سب سے بڑا تجارتی پارٹنر ہے اور دونوں ممالک کے درمیان دوطرفہ تجارت کا حجم سال 2023 / 24 میں 118 ارب ڈالر سے تجاوز کر چکا ہے۔ چین کا مقابلہ کرنے کے لیے انڈیا، امریکہ کا سٹریٹیجک پارٹنر بھی ہے اور امریکہ کے ساتھ تجارت کو بڑھانے کے علاوہ اپنے شہریوں کے لیے امریکی ورک ویزہ کے حصول کو آسان بنانا چاہتا ہے۔ کواڈ ممالک کے وزرائے خارجہ جو چین کی بڑھتی ہوئی طاقت پر تشویش رکھتے ہیں کا اجلاس گزشتہ ہفتے واشنگٹن میں منعقد ہوا تھا۔

مدھیہ پردیش کے وزیر اعلیٰ موہن یادو نے ٹوکیو میں ٹویوٹا کے مندوبین کے ساتھ سرمایہ کاری کے مواقع پر تبادلہ خیال کیا

ٹوکیو // مدھیہ پردیش کے وزیر اعلی موہن یادو نے منگل کو ٹوکیو میں ٹویوٹا کے وفود سے ملاقات کی اور ان کے ساتھ ریاست میں سرمایہ کاری کے مواقع کے بارے میں بات چیت کی، جس میں ریاست کے امکانات اور سہولیات کو اجاگر کیا گیا۔ مدھیہ پردیش کم اراضی کی لاگت اور آپریٹنگ لاگت کے ساتھ 1 لاکھ ایکڑ سے زیادہ کا ایک وسیع صنعتی لینڈ بینک پیش کرتا ہے۔ پرنسپل سکریٹری، محکمہ صنعتی پالیسی اور سرمایہ کاری کے فروغ کے ایک سرکاری بیان کے مطابق، یہ بسوں اور ٹریکٹروں کے دوسرے سب سے بڑے مینوفیکچرر اور تجارتی گاڑیوں کے تیسرے بڑے پروڈیوسر کے ساتھ آٹو موٹو مینوفیکچرنگ میں سرکردہ ریاستوں میں سے ایک ہے۔ اس نے مزید روشنی ڈالی کہ ریاست میں 2,800 سے زیادہ انجینئرنگ مینوفیکچررز ہیں، جن میں 30+ اصل ساز و سامان تیار کرنے والے اور 200+ آٹو اجزاء کے مینوفیکچررز شامل ہیں۔ گڈ گورننس انڈیکس 2021 (گروپ بی ریاستوں) میں مدھیہ پردیش پہلے نمبر پر ہے۔ یہ NATRAX کا گھر ہے، ایشیا کا سب سے طویل تیز رفتار ٹیسٹنگ ٹریک، جس میں 14 ٹیسٹ ٹریکس اور 5 خودکار مخصوص لیبز ہیں۔ ایم پی تجارتی گاڑیوں اور فارم آلات کے لیے ایک اہم مرکز کے طور پر پوزیشن میں ہے۔ مزید برآں، میٹنگ کے دوران، انہوں نے سیکٹر میں سرمایہ کاری کرنے کے لیے مدھیہ پردیش کی طاقت کا بھی مظاہرہ کیا۔ مدھیہ پردیش 2022 میں سرفہرست حاصل کرنے والوں کا ذکر کرتے ہوئے کاروبار میں آسانی پیش کرتا ہے۔ اس میں ایک اچھی طرح سے مربوط عالمی سپلائی چین ہے، ایم پی معروف بین الاقوامی او ای ایمز کے مینوفیکچرنگ یونٹس کی میزبانی کرتا ہے، جس سے بین الاقوامی منڈیوں میں براہ راست برآمدات کو ممکن بنایا جا سکتا ہے۔

عام بجٹ میں سرمایہ کاری کے اخراجات پر زور / فکی

نئی دہلی // حکومت کے عام بجٹ کی تیاریوں کے درمیان فیڈریشن آف انڈین چیمبرز آف کامرس اینڈ انڈسٹری (فکی) کے ذریعے کرائے گئے ایک سروے میں شریک زیادہ تر افراد نے اگلے مالی سال میں شرح نمو 6.5 سے 6.9 فیصد تک رہنے کی پیش گوئی کرتے ہوئے حکومت سے سرمایہ کاری کے اخراجات جاری رکھنے کی درخواست کی ہے۔ فکی نے مرکزی بجٹ 26-2025 سے قبل صنعت کے ارکان کی رائے جاننے کے لیے ایک فوری سروے کیا ہے، جس کے مطابق تقریباً 64 فیصد شرکاء نے مرکزی بجٹ سے پہلے ہندوستان کی ترقی کے امکانات کے بارے میں مثبت رائے ظاہر کی۔ تقریباً 60 فیصد شرکاء نے 2025-26 کے لیے جی ڈی پی کی شرح نمو 6.5 سے 6.9 فیصد کے درمیان رہنے کا اندازہ لگایا۔ سروے میں کہا گیا ہے کہ مالیاتی پختگی کے لیے حکومت کے عزم نے ملک کو ایک اچھی حالت میں پہنچا دیا ہے، اور سروے کے شرکاء کو امید ہے کہ حکومت اس راستے پر قائم رہے گی۔ تقریباً 47 فیصد شرکاء کو امید تھی کہ حکومت مالی سال 2024-25 کے لیے 4.9 فیصد کے مالیاتی خسارے کے ہدف کو پورا کرے گی، اور دیگر 24 فیصد نے بتایا کہ حکومت اصلاحات کر سکتی ہے اور موجودہ سال کے لیے مالیاتی خسارے کے تخمینہ میں مزید کمی لا سکتی ہے۔ فکی کے پری بجٹ 2025-26 سروے کا موجودہ دور دسمبر 2024 کے آخر اور جنوری 2025 کے وسط کے درمیان کیا گیا تھا۔ اس سروے میں مختلف شعبوں میں پھیلی 150 سے زائد کمپنیوں سے ردعمل حاصل ہوا، جو اقتصادی ترقی میں سست روی کے درمیان ہندوستان کے صنعتی جذبات کے بارے میں جامع معلومات فراہم کرتا ہے۔ سروے کا ایک اہم مرکز میکرو اقتصادی پالیسی مداخلتوں پر تھا۔

ممبئی میٹرو نے ممبئی نے برطانیہ کے ساتھ ایم او یو پر دستخط کیے

ممبئی // ممبئی میٹروپولیٹن ریجن ڈیولپمنٹ اتھارٹی (ایم ایم آر ڈی اے) نے ممبئی کے میٹرو نیٹ ورک کی ترقی کو تیز کرنے کے لیے برطانیہ کی حکومت کے ساتھ مفاہمت کی ایک یادداشت (ایم او یو) پر دستخط کیے۔ اس معاہدے کو برطانیہ کے محکمہ برائے ٹرانسپورٹ اور کراس ریل انٹرنیشنل کے ذریعے سہولت فراہم کی گئی تھی۔ شراکت داری، جسے ڈیووس میں ورلڈ اکنامک فورم کے اجلاس میں باضابطہ شکل دی گئی تھی، شہر کے لیے عالمی معیار کے مربوط ٹرانسپورٹ سسٹم کی تعمیر پر توجہ مرکوز کرتی ہے۔ ایم ایم آر ڈی اے کے ایک بیان کے مطابق، یہ تعاون کئی اہم شعبوں پر توجہ مرکوز کرے گا: بغیر کسی رکاوٹ کے انٹر موڈل کنیکٹیویٹی پیدا کرنا، پہلے اور آخری میل تک رسائی کو بہتر بنانا، اور ٹرانسپورٹ کے شعبے میں ڈیجیٹل تبدیلی کو آگے بڑھانا۔

بھارت اور متحدہ عرب امارات کے بیچ سٹریٹیجک تعاون کو مضبوط ہوئے

نئی دہلی // ہندوستان اور متحدہ عرب امارات ایک مضبوط دوطرفہ تعلقات کا اشتراک کرتے ہیں، جسے حال ہی میں جنوری 2025 میں ہندوستانی وزیر خارجہ ڈاکٹر ایس جے شنکر کے دورہ سے تقویت ملی، جس کا مقصد موجودہ تعاون کا جائزہ لینا اور ان کی جامع اسٹریٹجک پارٹنرشپ کے تحت بہتر تعاون کے لیے نئی راہیں تلاش کرنا تھا۔ سی ایس پی، جو 2017 میں قائم کیا گیا تھا، مختلف شعبوں پر مشتمل ہے، جس میں تجارت (2023-24 میں 85 بلین ڈالر تک پہنچ گئی، جس میں جامع اقتصادی شراکت داری کے معاہدے، CEPA سے اضافہ ہوا۔ توانائی کی حفاظت ایک اہم ستون ہے۔ متحدہ عرب امارات ہندوستان کا چوتھا سب سے بڑا خام تیل فراہم کرنے والا ملک ہے، اور دونوں ممالک قابل تجدید توانائی کے منصوبوں پر تعاون کر رہے ہیں، بشمول انڈیا-یو اے ای ہائیڈروجن ٹاسک فورس جو 2023 میں گرین ہائیڈروجن کی پیداوار کو فروغ دینے کے لیے شروع کی گئی تھی۔ دفاعی تعاون بھی اہم ہے، جس کا ثبوت 2024 میں فرانس کے ساتھ مشترکہ فوجی مشقوں اور پہلی سہ فریقی بحری مشقوں سے ملتا ہے، جو علاقائی استحکام اور انسداد دہشت گردی اور سائبر سیکورٹی پر تعاون کے لیے ان کے عزم کو اجاگر کرتا ہے۔ ابوظہبی میں رائسینا مڈل ایسٹ کی افتتاحی کانفرنس میں ڈاکٹر جے شنکر کا کلیدی خطاب ہندوستان کی بڑھتی ہوئی علاقائی مصروفیت اور متحدہ عرب امارات کے ساتھ دوطرفہ تعلقات کو مضبوط بنانے، اپنی جامع اسٹریٹجک پارٹنرشپ کو مزید مستحکم کرنے اور مختلف شعبوں میں تعاون کے ذریعے علاقائی اور عالمی استحکام میں تعاون کرنے کے عزم کی نشاندہی کرتا ہے۔

مہا کمبھ اسنان سے متعلق ملکارجن کھڑگے کا بیان سناتن دھرم کی توہین ہے / نیرنجو

پٹنہ // بہار بھارتیہ جنتا پارٹی (بی جے پی) کے ترجمان نیرنجو کمار مشرا نے کمبھ اسنان کو لے کر کانگریس کے قومی صدر مسٹر ملکارجن کھڑگے کے بیان کی سخت مذمت کرتے ہوئے اسے سناتن دھرم کی توہین قرار دیا ہے۔ مسٹر مشرا نے منگل کو کہا کہ سناتن دھرم کا مذاق اڑانا اور اس کی توہین کرنا کانگریس کی فطرت بن گئی ہے۔ مسٹر کھڑگے نے یہ کہہ کر ہندوؤں کے جذبات کو ٹھیس پہنچائی ہے کہ گنگا میں ڈبکی لگانے سے غربت ختم نہیں ہوگی۔ اس طرح کے بیانات دے کر مسٹر کھڑگے نے ہندوتو کو براہ راست ٹھیس پہنچائی ہے۔ کانگریس ہمیشہ سے ہندو مخالف رہی ہے اور دنیا جانتی ہے کہ اس نے ہندوؤں کو دہشت گرد کہہ کر اور بھگوا دہشت گردی کا لفظ بنا کر کیا گناہ کیا ہے۔ مسٹر مشرا نے کہا کہ دنیا کے سب سے بڑے مذہبی اجتماع پر انگلیاں اٹھانا کانگریس کے سیاہ کردار کو ظاہر کرتا ہے۔ مسٹر کھڑگے کے تبصرے کمبھ کو بدنام کرنے اور تقسیم پیدا کرنے کی کانگریس کی سازش کا حصہ ہیں۔ عقیدے کی توہین کرنے والی کانگریس کو ملک کبھی قبول نہیں کرے گا۔ انہوں نے کہا کہ مہا کمبھ کے ناقابل فراموش موقع پر گنگا کے مقدس پانی میں نہانے والے کروڑوں ہندوؤں اور لاتعداد سنتوں کی توہین کرتے ہوئے کانگریس صدر کا بیان ناقابل معافی نہیں ہے۔

خطاطی ہماری تہذیب کا حصہ ہے / ڈاکٹر شمس اقبال

نئی دہلی // قومی کونسل برائے فروغ اردو زبان نئی دہلی کے صدر دفتر میں آج کیلی گرافی اینڈ گرافک ڈیزائننگ سینٹرز کے ذمے داران کی میٹنگ ہوئی جس میں دہلی اور بیرون دہلی کے سینٹر انچارج شامل ہوئے۔ اس موقعے پر اظہار خیال کرتے ہوئے قومی اردو کونسل کے ڈائرکٹر ڈاکٹر شمس اقبال نے کہا کہ کیلی گرافی ہماری تہذیب کا حصہ ہے۔ اس کی حفاظت ہماری ذمے داری ہے اور اس سے روزگار کے مواقع بھی پیدا ہوتے ہیں۔

پال نے صدر ٹرمپ سے ہندوستانی شہریوں کی ملک بدری روکنے کی اپیل کی

نئی دہلی // عالمی امن کے سفیر اور امریکی صدر ڈونالڈ ٹرمپ کے حامی ڈاکٹر کے۔ اے۔ پال نے امریکی صدر ڈونالڈ ٹرمپ سے اپنے ملک میں مقیم غیر قانونی ہندوستانی تارکین وطن شہریوں کی ملک بدری کے عمل کو روکنے اور ان کی مدد کرنے کی اپیل کی ہے۔ آج یہاں صحافیوں سے بات کرتے ہوئے ڈاکٹر پال نے کہا کہ انہوں نے اس سلسلے میں مسٹر ٹرمپ کو ایک خط لکھا ہے، جس میں غیر قانونی این آر آئیز کی ملک بدری کے عمل کو روکنے اور ہندوستانیوں کی مدد کرنے کی ان سے اپیل کی گئی ہے۔ انہوں نے ہندوستانی تارکین وطن، ویزا ہولڈرز (ایچ۔ 1 بی۔ 1 بی۔ 2) اور امریکہ میں غیر قانونی کارکنوں کو یقین دلاتے ہوئے کہا کہ انہیں ٹرمپ انتظامیہ کی جانب سے کسی بھی قسم کی پالیسی میں تبدیلی سے پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ انہوں نے مسٹر ٹرمپ انتظامیہ پر زور دیا ہے کہ وہ تقریباً 8,00,000 غیر قانونی ہندوستانی کارکنوں کی شراکت کو تسلیم کرے اور ان کے تحفظ کے لیے ٹھوس اقدامات کرے، جو امریکی معاشرے اور معیشت کا ایک اہم حصہ ہیں۔ انہوں نے عالمی نقطہ نظر پر ہندوستان کی اسٹریٹجک اہمیت کی وضاحت کی، خاص طور پر چین، شمالی کوریا اور ایران سے پیدا ہونے والے خطرات کا مقابلہ کرنے میں ہندوستان کے کردار پر زور دیا۔ انہوں نے کہا کہ پنسلوانیا، مشی گن، وسکونسن اور شمالی کیرولینا جیسی ریاستوں میں ہندوستانی ووٹر فیصلہ کن کردار ادا کرتے ہیں، جس سے امریکی انتخابات اور خارجہ پالیسی میں ہندوستان کی اہمیت میں مزید اضافہ ہوتا ہے۔ انہوں نے کسی بھی قسم کی پیدائشی شہریت کو ختم کرنے کی کوششوں کی بھی مخالفت کی۔ مسٹر ٹرمپ کو یاد دلاتے ہوئے کہ امریکی آئین قانونی تارکین وطن اور ان کے خاندانوں کے حقوق کے تحفظ کا تقاضا کرتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ مسٹر ٹرمپ کو ہندوستان کی ضرورت ہے اور ہندوستان کو مسٹر ٹرمپ کی ضرورت ہے۔ اب ان ہندوستانیوں کے اعتماد کو برقرار رکھنے کا وقت ہے جو ہمیشہ آپ کے شانہ بشانہ کھڑے رہتے ہیں۔ ڈاکٹر پال نے سات اہم ریاستوں میں ہندوستانی ووٹروں کے اثر و رسوخ اور ریپبلکن پارٹی کے لیے ان کی حمایت پر روشنی ڈالی۔ جنہوں نے 2016 اور 2024 کے صدارتی انتخابات میں مسٹر ٹرمپ کے لیے بھرپور مہم چلائی ہے۔ اس کے ساتھ ہی ڈاکٹر پال نے وزیر اعظم نریندر مودی سے مطالبہ کیا ہے کہ وہ سفارتی قدم اٹھائیں اور بیرون ملک مقیم ہندوستانی شہریوں کے حقوق کا تحفظ کریں۔ ڈاکٹر پال نے امریکہ میں ہندوستانی تارکین وطن کمیونٹی سے اپیل کی ہے کہ وہ مایوس نہ ہوں، مسٹر ٹرمپ کی حمایت حاصل کریں اور تارکین وطن کے حقوق کے لیے ان کی مہم میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیں۔ انہوں نے امریکی شہریوں لاس اینجلس اور واشنگٹن ڈی سی میں ایک بڑی تقریب منعقد کرنے کا بھی اعلان کیا، تاکہ ہندوستانی برادری متحد ہو کر اپنے حقوق کے لیے آواز اٹھا سکے۔

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE JUNAID K. BHAT

In the case of
1.MUNAZIR MANZOOR S/O MANZOOR AHMAD WANI R/O BREIN ,NISHAT SGR
[CAVEATOR]

Versus
Public at Large
...Non-Caveator's

In the matter of : PETITION IN TERMS OF SEC 148-A CPC

THE CAVEATORS HAVE REASON TO BELIVE THAT NON-CAVEATOR MAY FILE ANY APPLICATION PETITION AP-PEAL SUIT OR ANY OTHER TYPE OF PROCEEDING BEFORE THE HONBLE COURT AND ON THE GROUND DISTORTED FACTS/MISREPRESENTATION AND COOKED STORY AND MAY SUCCEED IN OBTAINING SOME RELIEF /ORDER AT THEIR BACK IN EXPARTE AGAINST THE CAVEATORS AND IN SUCH EVENTUALLY THE CAVEATORS WILL BE PUT IRREPARABLE LOSS AND INCONVENIENCE . OWNER AND IS IN POSSESSION OF VARIOUS PROPERTIES SOME OF THE NO. IS 2008/1615 . IT WOULD BE PROPER THAT CAVEATORS BE GIVEN AN OPPORTUNITY OF BEING HEARD BY THE HON`BLE COURT BEFORE PASSING ANY ORDER

SD/ADVOCATE

مردوں کے لیے باپ بننے کی بہترین عمر کیا ہے

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

او بلڈ گروپ کے مالک افراد کے لیے چند حقائق

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

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

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

سردیوں میں قدرت کا تحفہ "کینو"

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

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

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

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

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

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

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

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

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

نومولود بچوں میں یرقان کی وجوہات اور اس کا علاج

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

کیا آپ ڈبے کے جوس پینا پسند کرتے ہیں

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

خوشگوار مزاج کے لیے بہترین غذائیں

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

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

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

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

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

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

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

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

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

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

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

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

بچوں کو روزانہ کتنی دیر موبائل استعمال کرنا چاہیے

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

روزنامہ وطن سرینگر

کیا آپ وہ اُستاد ہیں؟

تحریر
بے نظیر فیصل

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

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

۱۔ تدریس سے لطف اندوز ہونا:

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

۲۔ فرق پیدا کرنا:

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

۳۔ مثبتیت پھیلانا:

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

۴۔ ذاتی ہونا:

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

۵۔ پر عزم ہونا:

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

۶۔ منظم رہنا:

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

۷۔ وہ کھلے ذہن کا ہونا:

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

۸۔ معیارات طے کرنا:

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

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

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

پرورش کا ابتدائی مرحلہ اور والدین کی ذمہ داریاں

تحریر
سید تنویر احمد

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

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

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

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

باقیات

101

لیبس قائم کیے جائیں گے جبکہ بنیادی مراکز صحت کو براڈ بینڈ کنیکٹیویٹی دی جائے گی۔ انہوں نے کہا کہ جل جیون مشن 2028 تک بڑھایا گیا اور اس کے تحت 100 فیصد گھرانوں کو نل کا پانی ملے گا۔ وزیر خزانہ نرملا سیتارمن نے کہا کہ میڈیکل کالجوں میں 5 سال میں 75 ہزار نئی سیٹیں ہیں اور اگلے سال میڈیکل کالجوں میں 10 ہزار سیٹوں کا اضافہ کیا جائے گا۔ انہوں نے کہا کہ بجلی کی تقسیم میں اصلاحات کے لیے ریاستوں کو ان کی جی ڈی پی کے نصف فیصد کے برابر اضافی قرض کی سہولت دی جائے گی۔ وزیر خزانہ نرملا سیتارمن نے اپنی بجٹ تقریر میں کہا کہ پی ایم ریسرچ فیلوشپ کے تحت 10 ہزار اسکالرشپس دی جائیں گی جبکہ انہوں نے نیشنل جیو اسپیشل مشن کا اعلان بھی کیا۔ انہوں نے کہا کہ فوڈ سیکورٹی کیلئے دوسرا جین بینک بنایا جائے گا۔ وزیر خزانہ نرملا سیتارمن نے کہا کہ اڑان اسکیم کے تحت اگلے 10 سال میں 120 نئے ہوائی اڈے بنائے جائیں گے۔ انہوں نے کہا کہ سوامی فنڈ کے ذریعے ایک لاکھ زیر التوا مکانات کو مکمل کیا جائے گا۔

102

بجٹ عام طور پر حکومت کی آمدنی بڑھانے پر توجہ مرکوز کرتا ہے، لیکن نرملا سیتارمن جی کے ذریعہ پیش کردہ بجٹ لوگوں کی جیبوں میں زیادہ پیسہ ڈالنے، بچت بڑھانے اور شہریوں کو ترقی کے سفر میں شراکت دار بنانے کی کوشش کرتا ہے۔ وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ بجٹ بچتوں کو بڑھانے اور شہریوں کو ترقی میں شراکت دار بنانے کی مضبوط بنیاد رکھتا ہے۔ مودی نے کہا کہ عام کارکنوں کے لیے فلاحی اقدامات مزدور کے وقار کے لیے حکومت کے عزم کو واضح کرتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ مینوفیکچرنگ سیکٹر کے لیے بجٹ میں پیش کیے گئے اقدامات سے ہندوستانی مصنوعات کو عالمی سطح پر چمکنے کا موقع ملے گا۔ وزیر اعظم نریندر مودی نے مزید کہا کہ ٹیکس میں ریلیف سے متوسط طبقے اور تنخواہ دار ملازمین کو بڑا فائدہ ملے گا۔ کسانوں کے لیے بجٹ میں اعلانات زرعی شعبے اور دیہی معیشت میں انقلاب برپا کریں گے۔ وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ اصلاحات کے لحاظ سے اس بجٹ میں بہت سے اہم قدم اٹھائے گئے ہیں۔ ایٹمی توانائی میں نجی شعبے کی حوصلہ افزائی تاریخی ہے۔ وزیر اعظم نے کہا کہ یہ ملک کی ترقی میں سول نیوکلیئر توانائی کے بڑے شراکت کو یقینی بنائے گا۔ (ایجنسیاں)

103

چھوٹی چیزوں کا سامنا کرنا پڑے گا۔ ان تبدیلیوں کے پیچھے بنیادی وجہ بینکنگ خدمات کو زیادہ محفوظ، شفاف اور کسٹمر پر مرکوز بنانا ہے۔ یکم فروری سے لاگو ہونے والی تبدیلیاں کیا ہیں۔ کم از کم بیلنس میں تبدیلی: اب اکاؤنٹ ہولڈرز کو اپنے سیونگ اکاؤنٹ میں زیادہ رقم رکھنی ہوگی۔ یکم فروری سے اسٹیٹ بینک آف انڈیا کے کھاتے داروں کے لیے کم از کم بیلنس 3000 روپے سے بڑھا کر 5000 روپے کر دیا جائے گا۔ پنجاب نیشنل بینک کے لیے یہ حد 1000 روپے سے بڑھا کر 3500 روپے ہو جائے گی۔ اسی طرح کینرا بینک کے صارفین کے لیے یہ حد 1000 روپے سے بڑھا کر 2500 روپے کر دی جائے گی۔ یہ نوٹ کرنا بھی ضروری ہے کہ اگر آپ کے اکاؤنٹ میں یہ کم از کم رقم نہیں ہے تو آپ کو جرمانہ ادا کرنا پڑ سکتا ہے۔ ATM سے پیسے نکالنے کی فیس کی شرح میں اضافہ: اب اے ٹی ایم سے کیش نکالنے کی فیس بھی بڑھنے والی ہے۔ اب ماہانہ صرف 3 مفت لین دین کی اجازت ہوگی۔ اس کے بعد ہر اضافی ٹرانزیکشن پر 25 روپے فیس وصول کی جائے گی (پہلے یہ فیس 20 روپے تھی)۔ یہی نہیں، اگر آپ اپنے بینک کے علاوہ کسی دوسرے بینک کے ATM سے پیسے نکالتے ہیں تو اس کے لیے 30 روپے کی فیس وصول کی جائے گی۔ اس کے علاوہ، ایک دن میں زیادہ سے زیادہ 50 ہزار روپے نکالے جا سکتے ہیں۔ یہ تبدیلی ڈیجیٹل لین دین کو فروغ دینے کے بہانے سے کی گئی ہے۔ شرح سود میں تبدیلیاں: اس کے علاوہ بینک اب آپ کی طرف سے کی گئی سرمایہ کاری پر بہتر سود دینے کے لیے تیار ہیں۔ اب ایس بی آئی، پی این بی اور دیگر بینکوں میں بچت کھاتوں پر سود کی شرح 3 فیصد سے بڑھا کر 3.5 فیصد کر دی گئی ہے۔ جب کہ عمر رسیدہ شہریوں کو اس پر 0.5 فیصد اضافی فائدہ دیا جائے گا یعنی انہیں 4 فیصد سود ملے گا جس سے انہیں اپنی بچت کو زیادہ منافع بخش بنانے میں مدد ملے گی۔ ڈیجیٹل بینکنگ خدمات کی توسیع: بینکنگ کی دنیا اور بھی ڈیجیٹل ہوتی جا رہی ہے۔ اس وجہ سے آن لائن اور موبائل بینکنگ کی سہولیات کو بھی بہتر بنایا گیا ہے۔ اس سلسلے میں، بینکنگ خدمات میں نئی سہولتیں شامل کی گئی ہیں، جس کی وجہ سے صارفین اب زیادہ محفوظ اور تیزی سے لین دین کر سکیں گے۔ مزید برآں ڈیجیٹل ادائیگی میں اضافی کیش بیک اور فوائد بھی فراہم کیا جا سکتا ہے، جس سے صارفین کو اسے اپنانے کی ترغیب ملے گی۔ غور طلب ہے کہ یکم فروری سے لاگو ہونے والے ان نئے ضابطوں کے تحت صارفین کو اپنے بینکنگ طریقوں میں تبدیلیاں کرنی ہوں گی۔

104

تجویز پیش کی۔ بجٹ کے اعداد و شمار بتاتے ہیں کہ مرکزی بجٹ میں اگلے مالی سال کے لیے جموں و کشمیر کے لیے مرکزی امداد میں کوئی اضافہ نہیں کیا گیا ہے۔ موجودہ دستاویزات سے پتہ چلتا ہے کہ جموں و کشمیر کو مختص کیے گئے 41000.07 کروڑ روپے میں سے 40619.30 کروڑ روپے جموں و کشمیر کے وسائل کے فرق کو پر کرنے کے لیے مرکزی امداد کے طور پر رکھے گئے ہیں۔ بجٹ دستاویزات کے مطابق، 279 کروڑ روپے یونین ٹیریٹری ڈیزاسٹر رسپانس فنڈ میں شراکت کے لیے گرانٹ کے طور پر مختص کرنے کی تجویز دی گئی ہے اور بنیادی ڈھانچے کے منصوبوں کے لیے وسائل کے فرق کو پورا کرنے کے لیے 101.77 کروڑ روپے مختص کرنے کی تجویز پیش کی گئی ہے۔ جبکہ مجموعی مالی امداد 41000.07 کروڑ روپے پر برقرار ہے، موجودہ مالی سال کے لیے مختص کو 42277.74 کروڑ روپے سے کم کر کے 41000.07 کروڑ روپے کر دیا گیا ہے، جو نظرثانی کے لیے دستیاب فنڈز میں کمی کو ظاہر کرتا ہے۔

105

کرتا ہے"۔ انہوں نے لکھا "کسانوں، غریبوں، متوسط طبقے، خواتین کی بہبود، اور بچوں کی تعلیم، غذائیت اور صحت سے لے کر اسٹارٹ اپ، اختراعات اور سرمایہ کاری تک، یہ بجٹ تمام شعبوں کو گھیرے ہوئے ہے اور مودی جی کے آتم نربھر بھارت کے ویژن کے روڈ میپ کے طور پر کام کرتا ہے"۔ انہوں نے لکھا "میں وزیر اعظم مودی کا تہہ دل سے شکریہ ادا کرتا ہوں کہ انہوں نے اس بہترین سفر کے ذریعے قوم کی رہنمائی کی۔"

106

ٹی وی سمیت دیگر الیکٹرانک مصنوعات سستی ہو جائیں گی۔ اس کے علاوہ الیکٹرک کاریں بھی سستی ہو جائیں گی۔ موبائل سے لے کر ٹی وی تک ہر چیز سستی ہو جائے گی۔ ان پر کسٹم ڈیوٹی کم کر دی گئی ہے۔ یہی نہیں بلکہ بھارت میں بننے والی تمام قسم کی الیکٹرانک مصنوعات بھی سستی ہو جائیں گی۔ نیز، حکومت نے لیتھیم آئن بیٹری سکریپ، کوبالٹ پاؤڈر، زنک، لیڈ اور 12 دیگر اہم معدنیات کو بنیادی کسٹم ڈیوٹی (BCD) سے مستثنیٰ کرنے کا فیصلہ کیا ہے۔ قابل ذکر ہے کہ موبائل کمپنیوں نے حکومت سے درآمدی ڈیوٹی کم کرنے کا مطالبہ کیا تھا۔ اس بارے میں ان کا کہنا تھا کہ اگر اسے کم کیا جائے تو صارفین کو فائدہ ہوگا۔ اس کے ساتھ ہی بجٹ میں ملک کے تمام سرکاری اسکولوں اور اسپتالوں کو انٹرنیٹ کنیکٹیویٹی فراہم کرنے کا ہدف بھی رکھا گیا ہے۔ بیٹری مینوفیکچرنگ پر زور۔ وزیر خزانہ سیتارمن نے ای وی بیٹری مینوفیکچرنگ کے لیے 35 اضافی کیپٹل گڈز اور موبائل فون بیٹری مینوفیکچرنگ کے لیے 28 اضافی سرمایہ کی تجویز پیش کی ہے۔ ان میں لیتھیم آئن بیٹریاں بنانے والے گھریلو مینوفیکچررز شامل ہوں گے۔ اس سے ملک میں موبائل بیٹریاں بنانے کی لاگت میں کمی آئے گی۔ صارفین کو اس کا براہ راست فائدہ ملے گا اور انہیں نئے اسمارٹ فون کے لیے کم رقم ادا کرنی پڑے گی۔ اس کے علاوہ ایل ای ڈی۔ ایل سی ڈی ٹی وی کی قیمتوں میں بھی کمی کی جائے گی۔ ان پر کسٹم ڈیوٹی کم کر دی گئی ہے۔ وزیر خزانہ نے اپنی تقریر میں ملک کے تمام سرکاری سکولوں اور ہسپتالوں میں انٹرنیٹ کنیکٹیویٹی فراہم کرنے کا ہدف قوم کے سامنے رکھا۔

107

ایک تاریخی اقدام ہے۔ عزت مآب وزیر اعظم نے ٹیکس دہندگان کو کرایہ پر ٹی ڈی ایس کی حد بڑھا کر، سماجی تحفظ کو بڑھا کر اور ٹیک اکانومی کو باضابطہ بنا کر بھی بہت بڑا ریلیف فراہم کیا ہے۔ بجٹ 2025-26 تیز رفتار ترقی اور نجی شعبے کی سرمایہ کاری کی حوصلہ افزائی کے لیے ہندوستان کی بڑھتی ہوئی خواہش کی عکاسی کرتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ زرعی اصلاح پروگرام سمیت مختلف اقدامات کے ساتھ زرعی ترقی پر توجہ دیہی خوشحالی اور سماجی مساوات کے وژن کی ترجمانی کرتا ہے۔ لیفٹیننٹ گورنر موصوف نے کہا کہ ہندوستان تمام بڑی عالمی معیشتوں میں سب سے تیزی سے ترقی کرنے والا ملک ہے اور یہ بجٹ بنیادی ڈھانچے کے شعبے، MSMEs، توانائی کے شعبے، اختراعات، روزگار کے مواقع کو مزید فروغ دے گا، اور زیادہ جامع اور زیادہ پائیدار ترقی کے لیے کلیدی شعبوں میں تبدیلی کی اصلاحات کو آگے بڑھائے گا۔

108

انتظامات جموں و کشمیر پولیس کے انتظامی اخراجات کو پورا کرنے کیلئے کیے گئے ہیں، جو جموں و کشمیر میں امن و امان کو برقرار رکھنے اور نافذ کرنے اور ٹریفک کے انتظام کے لیے ذمہ دار ہے۔ مالی سال 2024-25 سے، جموں و کشمیر پولیس کا بجٹ مرکزی بجٹ کا حصہ رہا ہے۔ جب کہ مرکزی حکومت نے جموں و کشمیر کے پولیس بجٹ پر قبضے کو مالی خیرات کا عمل قرار دیا ہے، اپوزیشن جماعتوں نے دلیل دی ہے کہ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ جموں و کشمیر طویل مدت تک مرکزی حکومت کے کنٹرول میں رہے گا۔ 2019 میں، مرکزی حکومت نے جموں و کشمیر کی تنظیم نو ایکٹ کے ذریعے جموں و کشمیر پولیس پر قانون سازی کا اختیار حاصل کیا۔ اس ایکٹ کی دفعات کے تابع، قانون ساز اسمبلی ریاستی فہرست میں درج کسی بھی معاملے کے حوالے سے جموں اور کشمیر کے مرکزی علاقے کے پورے یا کسی بھی حصے کے لیے قانون بنا سکتی ہے سوائے اندراجات 1 اور 2 میں مذکور مضامین کے۔ یعنی بالترتیب پبلک آرڈر اور پولیس، یا ہندوستان کے آئین کے ساتویں شیڈول میں سموَرتی فہرست جہاں تک اس طرح کا کوئی معاملہ مرکز کے زیر انتظام علاقوں کے سلسلے میں، جموں و کشمیر کو 2 یونین ٹریٹریوں میں تقسیم کرنے والے قانون کی دفعہ 28 لاگو ہوتا ہے۔

109

نے کہا کہ اس دوران گریز کے رازدان پاس پر بھی تازہ برفباری ہوئی جس کے بعد احتیاطی اقدامات کے طور پر گریز بانڈی پورہ سڑک پر گاڑیوں کی آمد و رفت روک دی گئی ہے۔ نمائندے نے حکام کا حوالہ دیتے ہوئے بتایا کہ رازدان پاس پر کافی برف جمع ہوئی ہے جس سے سڑک سفر کے لیے غیر محفوظ ہو گئی ہے۔ عوامی تحفظ کو یقینی بنانے کے لیے اگلے احکامات تک معطلی برقرار رہے گی۔ انہوں نے کہا کہ حکام کی جانب سے مسافروں کو مشورہ دیا گیا ہے کہ وہ غیر ضروری سفر سے گریز کریں اور روٹ کو دوبارہ کھولنے کے بارے میں سرکاری اعلانات کے ذریعے اپ ڈیٹ رہیں۔ د

110

آئندہ 24 گھنٹوں تک برفباری کی پیشگوئی کرتے ہوئے بتایا کہ آئندہ دو سے تین دنوں کے دوران خشک موسم کے ساتھ ہلکی برفباری کی پیشگوئی کی ہے۔ یو این آئی کے مطابق چلہ کلاں نے آتے ہی اپنا زور دکھایا اور میدانی علاقوں میں طویل خشک سالی کو ختم کیا۔ محکمہ موسمیات کی پیشگوئی کے عین مطابق جمعہ اور سنیچر وار کی درمیانی رات سے ہی موسم میں تبدیلی آتے ہوئے بالائی علاقوں کے ساتھ ساتھ میدانی علاقوں میں تازہ برفباری ریکارڈ کی گئی جبکہ پہلگام، گلمرگ، شوپیان، بڈگام اور دیگر کئی علاقوں میں بھی اچھی خاصی برفباری ریکارڈ کی گئی۔ شہر سرینگر کے ساتھ ساتھ وادی کے شمال و جنوب میں ہلکی برفباری ہوئی جس کے نتیجے میں معمول کی زندگی متاثر ہوئی۔ جمعہ کی رات سے ہی شہر سرینگر کے ساتھ ساتھ، اننت ناگ، کولگام، شوپیان، پلوامہ، گاندربل، کپواڑہ، بارہمولہ اور بانڈی پورہ کے علاوہ بڈگام میں برفباری کا سلسلہ شروع ہوا جو رات کو وقفے وقفے سے جاری رہا۔ دوران شب سے ہی گلمرگ، سونمرگ، زوجیلا اور پیر کی گلی کے علاوہ پیر پنجال کی پہاڑیوں اور جنوبی کشمیر کے علاقوں میں برف و باراں کا سلسلہ شروع ہوا جو آخری اطلاعات ملنے تک وقفے وقفے سے جاری تھی۔ جنوبی کشمیر کے شوپیاں ضلع کے پہاڑی علاقوں میں بھی بھاری برفباری ہوئی ہے۔ محکمہ موسمیات نے بتایا کہ بالائی علاقوں میں 10 انچ برف جمع ہوئی ہے جبکہ میدانی علاقوں میں بھی قریب 3 انچ برف باری ہوئی ہے۔ انہوں نے کہا کہ وادی کے بیشتر علاقوں میں بالائی و میدانی علاقوں میں بھی برفباری ہوئی ہے جبکہ کچھ علاقوں میں شبانہ بارشیں ہوئی ہیں۔ اسی دوران محکمہ موسمیات کے مطابق شبانہ درجہ حرارت میں بہتری آئی ہے۔ انہوں نے کہا کہ سرینگر میں رات کا درجہ حرارت 0.8 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا۔ انہوں نے کہا کہ شہرہ آفاق گلمرگ میں رات کا درجہ حرارت منفی 7.0 ڈگری سینٹی گریڈ جبکہ مشہور سیاحتی مقام پہلگام میں کم سے کم درجہ حرارت منفی 4.0 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا جہاں گذشتہ شب کا درجہ حرارت منفی 7.1 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ ہوا تھا۔ انہوں نے کہا کہ اسی طرح سے کپواڑہ میں کم سے کم درجہ حرارت منفی 2.0 ڈگری سینٹی گریڈ جبکہ قاضی گنڈ میں کم سے کم درجہ حرارت 0.2 ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا۔ اسی دوران برفباری کے بعد وادی کشمیر میں شبانہ سردیوں کا قہر جاری ہے اور رات کے درجہ حرارت میں پھر کمی ریکارڈ کی گئی۔ ادھر محکمہ موسمیات کے مطابق پیر پنچال کے آر پار اگلے 24 گھنٹوں تک میدانی علاقوں کے ساتھ ساتھ بالائی علاقوں میں بھی برفباری ہونے کے امکانات ہے اور کہا کہ موسمی صورتحال میں آج سے بہتری آنے کا امکان ہے۔ محکمہ موسمیات کے مطابق 2 سے تین فروری کو موسم مجموعی طور پر خشک رہنے کا امکان ہے تاہم [illegible] میں ہلکی برفباری کے امکانات کو رد نہیں کیا جا سکتا ہے۔

111

تھے اور وہ ریلوے کالونی نوگام میں جمع ہوئے اور حکام سے معاملے کی تحقیقات کرنے اور انصاف فراہم کرنے کا مطالبہ کیا۔ خیال رہے کہ نوجوان جس کی شناخت عمر یاسین ساکنہ ریلوے کالونی نوگام کے طور ہوئی گزشتہ ماہ رام بن ضلع کے ڈگڈول علاقے میں اپنی گاڑی میں پر اسرار طور پر مردہ پایا گیا۔ اگرچہ موت کی اصل وجہ معلوم نہیں ہو سکی ہے، لیکن اس کے اہل خانہ کا پختہ یقین ہے کہ یہ قدرتی موت نہیں بلکہ قتل کا معاملہ ہے۔ احتجاجی مظاہرین نے میڈیا سے بات کرتے ہوئے گہرے رنج و غم کا اظہار کیا اور منصفانہ اور شفاف تحقیقات کا مطالبہ کیا۔ انہوں نے کہا "ہمیں خاص طور پر کسی پر شبہ نہیں ہے، لیکن ہم پختہ یقین رکھتے ہیں کہ ہمارے بیٹے کی موت قدرتی موت نہیں ہوئی۔ ہم پولیس پر زور دیتے ہیں کہ وہ اچھی طرح سے تفتیش کرے اور حقیقت کو سامنے لائے۔" مظاہرین نے بینرز اور پلے کارڈز اٹھا رکھے تھے جن پر عمر یاسین کے لیے انصاف کا مطالبہ کیا گیا تھا، جس میں حکام سے تحقیقات میں تیزی لانے کی اپیل کی گئی تھی۔

112

نتیجے میں بجلی نظام درہم برہم ہو کر رہ گیا۔ بجلی بریک ڈاون کی وجہ سے لوگوں کو شدید پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔

113

ہمارے سمندروں کا ایک مضبوط محافظ ہے، جو ہمارے پانیوں اور لوگوں کے تحفظ کو یقینی بناتا ہے۔ وزیر اعظم نے ایکس پر پوسٹ لکھا "آج، ان کے یوم تاسیس پر، ہم ہندوستانی کوسٹ گارڈ کی بہادری، لگن اور انتھک چوکسی کے ساتھ اپنے وسیع ساحل کی حفاظت کرنے کے لیے تعریف کرتے ہیں۔ سمندری حفاظت سے لیکر آفات سے نمٹنے تک، اسمگلنگ مخالف کارروائیوں سے لے کر ماحولیاتی تحفظ تک، ہندوستانی کوسٹ گارڈ ہمارے سمندروں کا ایک مضبوط محافظ ہے، جو ہمارے پانیوں اور لوگوں کے تحفظ کو یقینی بناتا ہے"۔

114

مریضوں کا معائنہ جاری رکھا ہوا جو اس وقت گورنمنٹ میڈیکل کالج راجوری میں زیر علاج ہے۔ اسی دوران معلوم ہوا ہے کہ ایمز دہلی سے یہ بھی ڈاکٹروں کی ایک ماہر ٹیم راجوری پہنچ رہی ہے جو مریضوں کا گہرائی سے طبی معائنہ بھی کرے گی۔ خیال رہے کہ پی جی آئی چنڈی گڑھ کے ڈاکٹروں کی ایک اعلیٰ سطحی ٹیم جمعرات کو راجوری پہنچی تھی۔ اس نے فوری طور پر مریضوں کا معائنہ شروع کیا جو تیسرے دن بھی جاری رہا۔ ٹیم میں تین ڈاکٹروں کے ساتھ دیگر عملے کے ارکان اور طبی ماہرین شامل تھے۔ ان ڈاکٹروں میں پیڈیاٹرکس کے ڈاکٹر سریش کمار، کمیونٹی میڈیسن کے ڈاکٹر کپل گوئل اور پی جی آئی چنڈی گڑھ کے ڈاکٹر نتن مہندر شامل ہیں۔

از دفتر نائب تحصیلدار صفا کدل عیدگاہ سرینگر

عنوان: درخواست منجانب اویس احمد نجار و سمیر احمد نجار اولادان عبدالرشید نجار ساکنان سنگم سرینگر نسبت اجرائی OBC سرٹیفکیٹ بذمرۂ "نجار"

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائلان ہے کہ وہ طبقہ گوجری سے تعلق رکھتے ہیں اور اسی نسبت سائلان خواہاں ہے کہ انکے حق میں OBC سرٹیفکیٹ بذمرۂ نجار اجرا فرمائی جائے۔ بروئے رپورٹ پٹواری حلقہ سائل کا کنبہ بذیل درج ہے۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
عبدالرشید نجار	53	والد	مزدوری	۹۰۰۰
سلیمہ	۴۸	والدہ	گھریلو کام	
سمیر احمد نجار	۳۳	سائل	پشمینہ ورکر	10000
شازیہ رشید	۲۷	ہمشیرہ	گھریلو کام	
اویس احمد	25	سائل	...	8000
میمونہ	35	پھوپھی	...	
رحتی بیگم	87	دادی	عمر رسیدہ	

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

نائب تحصیلدار صفا کدل

از نیابت گوم احمد پورہ

عنوان: درخواست منجانب مساۃ حنیفہ بانو زوجہ مرحوم منظور احمد میر ساکنہ موضع مہاراج پورہ کنگم ذارہ تحصیل چٹن نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق نمبردار و چوکیدار علاقہ سائلہ مذکورہ موضع مہاراج پورہ کنگم ذارہ چٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق آدھار کارڈ و رپورٹ چوکیدار علاقہ سائلہ مساۃ حنیفہ بانو مورخہ 0 1/01/1978 کو پیدا ہوئی ہے جسکے نسبت سائلہ مذکورہ اپنے حق میں DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کا خواہاں ہے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار گوم احمد پورہ

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

عنوان: درخواست منجانب بسیم بشیر ولد بشیر احمد شیخ ساکنہ چندرگیر تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق اولادان

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 01/02/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے - BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) و چوکیدار علاقہ نے سائل کے اولادان کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائل بسیم بشیر بیان کرتا ہے کہ اسکی دختر بیضا بسیم کی تاریخ پیدائش بطور JKBOSE/School record مورخہ 19/05/2019 اور مہرا بسیم کی تاریخ پیدائش بطور امیونائزیشن کارڈ 18/05/2023 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 بشیر احمد خان ولد غلام احمد خان ساکنہ مدون تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق اولادان

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 01/02/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے - BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) و چوکیدار علاقہ نے سائل کے اولادان کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائل بشیر احمد خان بیان کرتا ہے کہ اسکے پسر مصیب بشیر کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 11/05/2016 اور محسن بشیر کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ 01/11/2018 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 رافیہ مشتاق دختر مشتاق احمد ڈار ساکنہ رکھ حاجن تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 01/02/2025 بابت بغرض حصول DOB سرٹیفکیٹ موصول ہوئی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے - BDO Hajin (Registrar Deaths and Births) و چوکیدار علاقہ نے سائلہ کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائلہ رافیہ مشتاق بیان کرتی ہے کہ اسکی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 09/03/2006 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

OFFICE OF THE NAIB TEHSILDAR HARWAN SRINAGAR

SUBJECT:PRUNING OF CHINAR TREE OF GHULAM RASOOL SHEIKH S/O GHULAM MOHAMMAD SHEIKH R/O MERAK ABAD SHAILIMAR SRINAGAR.

NOTICE

REGARDING THE SUBJECT MATTERS IN THIS CONNECTION THE ORDER NO. DCS/ CHINAR TREE /24/404-05 DATE 18-01-25IN THIS CONNECTION A NOTICE HAS BEEN PUBLISHED FOR AUCTION OF PURNING OF BRANCHES OF SAID CHINAR TREE WHICH WIL BE CONDUCTED ON 05-02-25 AT 11:30 AM UNDER THE SUPERVISION OF NAIB TEHSILDAR HARWAN AND DISTRICT FLORICULTURE OFFICER AT MOTI MOHALLA MERAK ABAD SHALIMAR SRINAGAR SHEDULED DATE AND TIME.

NAIB TEHSILDAR
HARWAN.

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE JUNAID K. BHAT

In the case of
1.MANZOOR AHMAD WANI S/O MOHAMMAD YASIN WANI R/O BREIN NISHAT SRINAGAR.
2.SHAZADA HUSSAIN D/O HABIBULLAH KHANYARI R/O RAJBAGH, SGR [THROUGH MANZOOR AHMAD WANI]

[CAVEATORS]

Versus
Public at Large

...Non-Caveator's

In the matter of : PETITION IN TERMS OF SEC 148-A CPC

THE CAVEATORS HAVE REASON TO BELIVE THAT NON-CAVEATOR MAY FILE ANY APPLICATION PETITION AP-PEAL SUIT OR ANY OTHER TYPE OF PROCEEDING BEFORE THE HONBLE COURT AND ON THE GROUND DISTORTED FACTS/MISREPRESENTATION AND COOKED STORY AND MAY SUCCEED IN OBTAINING SOME RELIEF /ORDER AT THEIR BACK IN EXPARTE AGAINST THE CAVEATORS AND IN SUCH EVENTUALLY THE CAVEATORS WILL BE PUT IRREPARABLE LOSS AND INCONVENIENCE. THAT THE CAVEATORS HAVING PROPERTIES IN VARIOUS DISTRICTS SOME SURVEY NO.S ARE 1083,1017,1023,1332 ETC .IT WOULD BE PROPER THAT CAVEATORS BE GIVEN AN OPPORTUNITY OF BEING HEARD BY THE HON'BLE COURT BEFORE PASSING ANY ORDER

SD/ADVOCATE

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE INAYAT JAMAL

In the case of
1.ABDUL REHIM BHAT S/O GHULAM MOHAMMAD BHAT R/O DURBOUGH CHADOORA

[CAVEATOR]

Versus
Public at Large

...Non-Caveator's

In the matter of : Publication for Caveat.

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

از نیابت چھواری

مضمون: چھٹی آمدہ از دفتر بلاک ڈیولپمنٹ آفیسر خانصاحب زیر نمبری BDO/KS/12061 مورخہ 29/01/2025 نسبت اجرائی پیدائشی سرٹیفکیٹ بحق طارق احمد بٹ پسر غلام محمد بٹ ساکنہ موضع چھواری تحصیل خانصاحب

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کی نسبت رپورٹ چوکیدار علاقہ و دیگر فیلڈ عملہ سے عیاں ہے کہ طارق احمد بٹ پسر غلام محمد بٹ ساکنہ موضع چھواری مورخہ 10/11/2008 کو گھر پر ہی پیدا ہوئی ہے۔ جسکی نسبت بیان حلفی سائل و گورنمنٹ سکنڈری سکول چھواری کی اجرا کردہ سرٹیفکیٹ بطور ثبوت شامل۔ اس بارے میں بذریعہ اشتہار ہر خاص و عام 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 چھواری

از نیابت چھواری

مضمون: چھٹی آمدہ از دفتر بلاک ڈیولپمنٹ آفیسر خانصاحب زیر نمبری BDO/KS/12064 مورخہ 29/01/2025 نسبت اجرائی پیدائشی سرٹیفکیٹ بحق بلال احمد خان پسر منظور احمد خان ساکنہ موضع چھواری تحصیل خانصاحب

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص و عام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کی نسبت رپورٹ چوکیدار علاقہ و دیگر فیلڈ عملہ سے عیاں ہے کہ بلال احمد خان پسر منظور احمد خان ساکنہ موضع چھواری مورخہ 17/12/2009 کو گھر پر ہی پیدا ہوئی ہے۔ جسکی نسبت بیان حلفی سائل و گورنمنٹ سکنڈری سکول چھواری کی اجرا کردہ سرٹیفکیٹ بطور ثبوت شامل۔ اس بارے میں بذریعہ اشتہار ہر خاص و عام 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 چھواری

Government of Jammu & Kashmir (U T)
OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER
Machinery Division Kashmir, Mechanical & Hospital Engineering Department, Kashmir.

Corrigendum 06

For Date Extension.

Name of work: - SITC & ITC of sprinkler irrigation System including HDPE pipe/LLDPE pipeline /DG Set including allied fittings for Saffron Crop cultivated area at Bore well No. 110 under implementation of National Mission on Saffron

Reference: This office e-NIT No: - MDSK/TS /2024-25/78 Date:07-12-2024 (Tender ID: 2024_PWDJK_267374_3)

Due to no response, the critical dates of the above referred e-NIT are hereby extended as under: -

S.No.	Description	Previous Dates	Extended Dates
01.	Last date of downloading/submission of bids	31-01-2025 upto 06:55	12-02-2025 upto 06:55
02.	Date of opening of bids onlin	01-02-2025 at 02:00PM	13-02-2025 at 02:00PM

All other terms, conditions and specifications as stipulated in the e-NIT shall remain unchanged.

Sd/ Technical Officer
With Executive Engineer
Machinery Division, Kashmir.

DIPK-11439/24
Dtd. 01-02-2025

Government of Jammu & Kashmir
Office of the Executive Engineer Jal Shakti (PHE) Mechanical Division (North) Sopore

Short term e-Tender

NIT No: PHE/MDNS/NIT/E- 55 of 2024-25

For and on behalf of Lieutenant Governor of Union Territory of Jammu & Kashmir, sealed e-tenders in two covers are invited from experienced, reputed and registered firms/ genuine manufacturer/authorized distributors/ dealers/ workshop holders / SSI Unit holders for the following work:

S. No.	Name of work	Cost	Estd. Cost	E/M	Time	PH	T.S	AAA
1.	Supply, fabrication, providing, fitting and successful commissioning Pantoon based boat with allied electro-mechanical works at WSS Sher Colony Stage 1st under UT Capex (Earlier JKIDFC)	Rs 500.00	Rs 6.792	02% of the estimated cost of work	15 Days	UT Capex (Earlier JKIDFC)	24 of 01/2025	SE/Hyd/DB/ AAA/14 of 2018-19 of 10/2018, 05-10-2018

The tenders consisting of qualifying/eligibility criteria, technical specifications, general and commercial terms and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the website https://jktenders.gov.in from 31-01-2025 (10:00 am).

The bids shall be submitted in electronic format on the website https://jktenders.gov.in from 31-01-2025(10:00 am) to 05-02-2025 (6:55 pm).

Prequalification bids shall be opened online in the office of the Executive Engineer, Jal Shakti (PHE) Mechanical Division (North) Sopore on 06-02-2025 at 11:00 am after which the financial bids of qualifying bidders shall be opened. In case offices happen to be closed due to holiday, or any other reason, on the schedule date of opening, the bids will be opened on the next working day.

The complete bidding shall be online.

The bids for the work shall remain valid for a period of 180 days from the date of opening of bids.

Sd/- Executive Engineer
Jal Shakti (PHE) Mechanical
Division (North) Sopore

DIPK-11440/24
Dtd. 01-02-2025

تربیت

سیدہ تبسم منظور

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

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

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

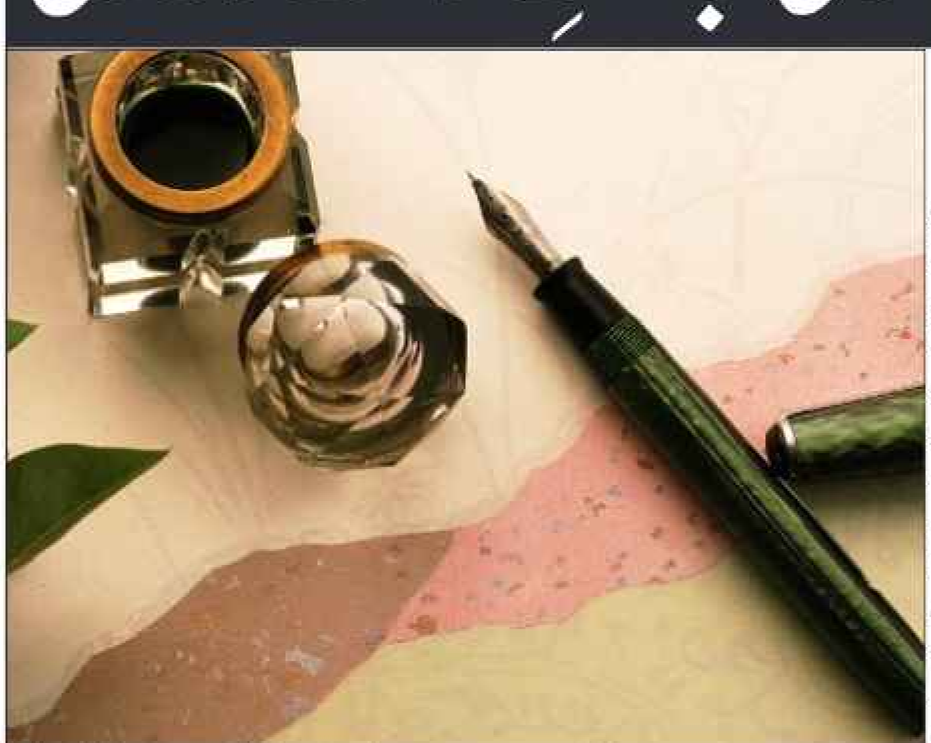
بچپن میں ہی کی گئی تربیت بچوں کے دماغ پر اثر انداز ہوتی ہے۔ بچپن میں ہی اگر بچوں کی صحیح دینی واخلاقی تربیت کی جائے تو بڑے ہونے کے بعد بھی وہ تہذیب و تمیز اور اخلاق پر ہمیشہ قائم رہتے ہیں۔ جیسے پتھر پر کھینچے گئے نقش ہوں۔ ہم سب بہت اچھی طرح جانتے ہیں کے اولاد اللہ رب العزت کا نہایت ہی قیمتی انعام ہے۔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

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

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

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

اغیار کی نقالی، باعثِ ذلت وخواری



عبدالرشید طلحہ نعمانی

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

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

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

تشبہ کی مختلف قسمیں:

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

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

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

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

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

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

صحابہ کرام کا جذبہ ایمانی:

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

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

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

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

بسنت ایک غیر اسلامی رسم:

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

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

سرخرو کشتی رہی ہر حال میں

ڈاکٹر شکیل احمد خان

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

ایو لاوالیری کا اصل نام یوجین فینوگلیو تھا جو ۱۸۶۶ میں فرانس میں پیدا ہوئی۔ ۱۸۸۲ میں شرابی اور وہمی باپ نے ماں کو گولی مار کر خودکشی کر لی۔ دہشت زدہ ایو گھر سے بھاگ نکلی۔ قدرت نے اسے غیر معمولی حسن اور خوبصورت آواز سے نوازا تھا۔ وہ ہر قسم کے جذبات کے بہترین اظہار پر قادر تھی۔ حسن، آواز اور رکھ رکھاؤ نے اسے بہت جلد پیرس کے بہترین تھیٹرس کی جان بنادیا۔ وہ فرانس کی سب سے زیادہ مقبول celebrity بن گئی۔ اس کا لباس اور کنگی چوٹی کا انداز یورپ میں فیشن کا معیار تسلیم کیا جاتا۔ اس کے استعمال میں رہنے والی پرفیومس، صابن و کاسمیٹکس کی دھوم رہتی۔ اس دوران اس کے تعلقات ایک نواب سے ہوئے جس نے اس کا نام ایو لاوالیری کر دیا۔ یورپی ممالک کے بادشاہ، رانیاں، شہزادے، سفرا، نواب اور سالار جب فرانس آتے تو اس کے حسن، اداکاری اور آواز سے ضرور محظوظ ہوتے۔ پرتگال کا بادشاہ کارلوس، بیلجیم کا بادشاہ لیو پولڈ دوم، انگلینڈ کا بادشاہ ایڈورڈ ہفتم، ہنری آف باوریا وغیرہ اس کے فن کے معترف اور مداح تھے۔ خود ایو کا کہنا تھا، "سونا میرے ہاتھ کا میل تھا، میرے پاس ہر وہ چیز تھی جو دنیا دے سکتی تھی اور جس کی مجھے خواہش تھی، لیکن اس کے باوجود میری روح سب سے زیادہ دکھی اور غمگین تھی"۔ اندرونی بے چینی دور کرنے وہ گناہ کے راستے پر چل پڑی۔ نواب سے پیچھا چھڑا کر ایک تھیٹر ڈائریکٹر سے تعلقات استوار کئے، ایک ناجائز بیٹی کو جنم دیا، دیگر کئی مردوں سے ہر قسم کے روابط رکھے۔ لیکن قلبی سکون اور اطمینان سے محروم ہی رہی۔ ناجائز بیٹی اسے ہراساں کرنے ہر طرح کی حرکتیں کرتی۔ یہاں تک کے ایو بیزار ہو کر خودکشی پر مائل ہوئی۔ آخر کار مذہب میں پناہ لی۔ دنیا کے تمام جھام اور رنگینیوں کو ٹھکرا کر ایک غیر معروف دیہات میں سادہ اور تیاگ کی زندگی گزار کر ۱۹۲۹ میں گمنامی کی موت کو گلے لگایا۔ اس داستان حیات کی عصر حاضر میں اور خصوصاً ہمارے لئے کیا معنویت ہے؟ دیکھئے، ٹی وی، اخبارات، اور سوشل میڈیا کے باعث ہم میں سے اکثر لوگ اور خصوصاً نوجوان اس بات کو شدت سے محسوس کرتے ہیں کہ بین الاقوامی سطح پر دیگر اقوام اور ملکی سطح پر اہل وطن کی دوسری برادریوں کے پاس آج اقتدار ہے، عیش وعشرت ہے، تام جھام ہے، قیمتی کاریں، ذاتی ہوائی جہاز اور بوٹ ہیں، محلات ہیں، طاقت، عزت، شہرت اور گلیمر ہے۔ اس کے برعکس ہماری قوم معاشی تنگدستی، سیاسی بے وقعتی، سماجی بے بضاعتی اور معاشرتی پسماندگی کی شکار ہے۔ یہ صورتحال ابتدائی مرحلہ میں فوری طور پر اکثر لوگوں میں احساس محرومی، مایوسی، بے بسی اور بے دلی کی کیفیت پیدا کرتی ہے۔ یہ احساس ہماری قوت عمل کے لئے سم قاتل ثابت ہوتا ہے اور ہمارے جوش و جذبہ کے شعلوں پر برفیلے پانی کی طرح کام کرتا ہے۔ ہم یہاں تک کیوں پہونچ گئے، یہ ایک الگ موضوع ہے۔ یہاں تو بس یہ اجاگر کرنا مقصود ہے کہ ظاہری شان و شوکت سے قطعاً متاثر نہیں ہونا چاہئے۔ کیونکہ یہ اکثر صرف ایک سراب ہوتا ہے۔ ظاہری شان وشوکت، طاقت اور تام جھام کے پیچھے بڑی دکھ بھری داستانیں ہوتی ہیں۔ بے چینی، بے بسی، بے سکونی اور جذباتی وروحانی خلا ہوتا ہے۔

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

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

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

پاکستان میں چیمپئنز ٹرافی کیلئے اسٹیڈیم میں گڑبڑی کی انکشاف

اسلام آباد// انٹرنیشنل کرکٹ کونسل کے سی ای او جیف ایلارڈائس نے چیمپئنز ٹرافی سے چند ہفتے قبل اپنے عہدے سے مستعفی ہونے کا فیصلہ کیا ہے، جس میں بورڈ کے ایک رکن نے اشارہ کیا ہے کہ میزبان پاکستان کی تیاری کی کمی کی "واضح تصویر" پیش کرنے میں ان کی ناکامی اس اقدام کے پیچھے متعدد وجوہات میں سے ایک ہے۔ 57 سالہ نے کرکٹ آسٹریلیا سے آنے والے کرکٹ کے جنرل منیجر کے طور پر 2012 میں آئی سی سی میں شمولیت اختیار کی، جہاں انہوں نے کرکٹ آپریشنز منیجر کے طور پر خدمات انجام دیں۔ آٹھ ماہ تک قائم مقام سی ای او کے طور پر خدمات انجام دینے کے بعد نومبر 2021 میں انہیں آئی سی سی کا سی ای او مقرر کیا گیا تھا۔" انٹرنیشنل کرکٹ کونسل کے چیف ایگزیکٹو آفیسر کی حیثیت سے خدمات انجام دینا ایک اعزاز کی بات ہے اور مجھے ان نتائج پر ناقابل یقین حد تک فخر ہے جو ہم نے حاصل کیے ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ مجھے یقین ہے کہ یہ میرے لیے عہدہ چھوڑنے اور نئے چیلنجز کا پیچھا کرنے کا صحیح وقت ہے۔ آئی سی سی کے سرکاری بیان میں ایلارڈائس کی روانگی کی صحیح وجوہات کے بارے میں کوئی ذکر نہیں کیا گیا لیکن ایک اعلیٰ ذریعہ نے کہا کہ ترتی کچھ عرصے سے بڑھ رہی ہے۔ بورڈ کے رکن نے نام ظاہر نہ کرنے کی شرط پر میڈیا کو بتایا" امریکہ میں آئی سی سی T20 ورلڈ کپ پلےنگ کنڈیشنز کے لحاظ سے بہت بڑا فلاپ تھا اور اس نے بجٹ سے بھی تجاوز کیا، آڈیٹنگ ابھی بھی جاری ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ" جس چیز نے اونٹ کی کمر توڑ دی وہ چیمپئنز ٹرافی تھی جہاں سی ای او کے طور پر، وہ پاکستان کی اس طرح کے ٹورنامنٹ کی میزبانی کے لیے تیاری کے بارے میں واضح تصویر پیش کرنے والے تھے۔ "چیمپئنز ٹرافی 19 فروری سے شروع ہونے والی ہے، جس میں پاکستان میں سیکیورٹی خدشات کی وجہ سے بھارت اپنے حصے کے میچ دبئی میں کھیلے گا، تاہم آئی سی سی کے لیے سب سے بڑی تشویش یہ ہے کہ کراچی اور راولپنڈی میں ٹورنامنٹ کے مقامات اب بھی جزوی طور پر زیر تعمیر ہیں اور ندی اس کی تزئین و آرائش کی جاری ہے اور وہاں سے جو تصاویر سامنے آئی ہیں وہ بہت زیادہ مثبت تصویر نہیں پیش کرتی ہیں۔ یہ دیکھنا باقی ہے کہ کیا پاکستان اس بڑی ایونٹ کے لیے وقت پر تیار ہوگا، جس میں دنیا کی ٹاپ آٹھ ٹیمیں شامل ہیں اور یہ 2017 کے بعد پہلی بار منعقد ہو رہا ہے۔ تاہم آئی سی سی کے چیئرمین جے شاہ نے کھیل میں ان کے تعاون کے لیے ایلارڈائس کی تعریف کی۔ آئی سی سی بورڈ کی جانب سے، میں جیوف کا تہہ دل سے شکریہ ادا کرنا چاہتا ہوں کہ ان کی قیادت اور عزم کے لیے ان کے چیف ایگزیکٹو کے دور میں۔ ان کی کوششوں نے عالمی سطح پر کرکٹ کو آگے بڑھانے میں کلیدی کردار ادا کیا ہے۔ انہوں نے کہا" ہم ان کی خدمات کے لیے واقعی شکرگزار ہیں اور ان کی مستقبل کی کوششوں میں ان کے لیے نیک خواہشات کا اظہار کرتے ہیں۔"

اے بی ڈی ویلیئرز کا کرکٹ میں واپسی کا اعلان

کیپ ٹاون// جنوبی افریقہ کے سابق کپتان اے بی ڈی ویلیئرز تقریباً چار سال بعد کرکٹ کے میدان میں واپسی کر رہے ہیں۔ چار سال قبل تمام طرز کی کرکٹ کو خیر باد کہنے والے سابق جنوبی افریقی کپتان اے بی ڈی ویلیئرز نے کرکٹ میں واپسی کا اعلان کر دیا۔ عظیم کرکٹ کھلاڑی نے منگل کو اپنی واپسی کا اعلان کرتے ہوئے کہا کہ وہ رواں سال عالمی چیمپئن شپ آف لیجنڈز (ڈبلیو سی ایل) میں جنوبی افریقہ چیمپئنز کی قیادت کریں گے۔ انہوں نے اعلان کیا ہے کہ وہ رواں سال ورلڈ چیمپئن شپ آف لیجنڈز کے دوسرے ایڈیشن میں نہ صرف ساؤتھ افریقا چیمپئنز کی نمائندگی کریں گے بلکہ ٹیم کی کپتانی کی ذمہ داریاں بھی نبھائیں گے۔ منگل کو سابق لیجنڈ کرکٹر اے بی ڈی ویلیئرز نے ایک ویڈیو پیغام میں تصدیق کی کہ شائقین کرکٹ ایک بار پھر انہیں میدان میں کرکٹ کھیلتا دیکھیں گے۔ اے بی ڈی ویلیئرز نے 2018 میں انٹرنیشنل کرکٹ سے ریٹائرمنٹ لی تھی، تاہم وہ 2021 تک فرنچائز کرکٹ کھیلتے رہے تھے لیکن پھر انہوں نے 2021 میں تمام طرز کی کرکٹ سے مکمل طور پر ریٹائرمنٹ اختیار کرنے کا فیصلہ کیا تھا۔ کرکٹ میں واپسی کے فیصلے پر روشنی ڈالتے ہوئے ڈی ویلیئرز نے کہا کہ 4 سال پہلے میں نے تمام طرز کی کرکٹ سے ریٹائرمنٹ لے لی تھی کیونکہ مجھے کھیلنے کی مزید خواہش محسوس نہیں ہوئی لیکن وقت گزر چکا ہے اور میرے بیٹے نے بھی کرکٹ کھیلنا شروع کر دیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ اب ایسا لگتا ہے جیسے ایک بار پھر کرکٹ کھیلنے کا شوق پیدا ہو رہا ہے، اس لیے میں دوبارہ جم اور نیٹس میں جا رہا ہوں اور میں جولائی میں ورلڈ چیمپئن شپ آف لیجنڈز میں کھیلنے کے لیے تیار ہو رہا ہوں۔ دوسری جانب ڈی ویلیئرز کی واپسی سے کرکٹ شائقین خوش ہو گئے اور مداح بے صبری سے اس ورسٹائل بیٹر کو دوبارہ ایکشن میں دیکھنے کے منتظر ہیں

خواجہ اور اسمتھ کی سنچریاں، آسٹریلیا کی میچ پر مضبوط گرفت

گالے (سری لنکا)// عثمان خواجہ (ناٹ آوٹ 145) اور اسٹیو اسمتھ (ناٹ آوٹ 104) کی شاندار سنچریوں کی بدولت آسٹریلیا نے پہلے ٹیسٹ کے پہلے دن بدھ کو دو وکٹوں کے نقصان پر 330 رن بنا کر اپنی پوزیشن مضبوط کر لی ہے۔ آج ٹاس جیت کر آسٹریلیا نے پہلے بیٹنگ کا فیصلہ کیا۔ بیٹنگ کے لیے آتے ہوئے عثمان خواجہ اور ٹریوس ہیڈ کی اوپننگ جوڑی نے عمدہ آغاز کیا اور پہلے وکٹ کے لیے 92 رن جوڑے۔ 15 ویں اوور میں پربھات جے سوریہ نے ٹریوس ہیڈ کو آوٹ کر کے اس شراکت کو توڑا۔ ٹریوس ہیڈ نے 40 گیندوں پر 10 چوکوں اور ایک چھکے کی مدد سے 57 رن بنائے۔ اس کے بعد مارنس لیبوشین بیٹنگ کے لیے آئے اور صرف (20) پر آوٹ ہو گئے۔ انہیں جیفری وینڈرسے نے آوٹ کیا۔ اس کے بعد کپتان اسٹیو اسمتھ بیٹنگ کے لیے آئے اور خواجہ کے ساتھ مل کر محاذ سنبھالا۔ دونوں بلے بازوں نے شاندار بلے بازی کا مظاہرہ کیا اور اپنی سنچریاں مکمل کیں۔ عثمان خواجہ نے 210 گیندوں پر 10 چوکوں اور ایک چھکے کی مدد سے 147 رن ناٹ آوٹ بنائے۔ اسٹیو اسمتھ نے 188 گیندوں میں 10 چوکوں اور ایک چھکے کی مدد سے 104 رن (ناٹ آوٹ) بنائے۔

ہاکی انڈیا نے ایف آئی ایچ پرو لیگ کیلئے ہندوستانی خاتون ہاکی ٹیم کا کیا اعلان

نئی دہلی// ہاکی انڈیا نے بدھ کو ایف آئی ایچ پرو لیگ 2024-25 کے بھونیشور مرحلے کے لیے 24 رکنی ہندوستانی خاتون ہاکی ٹیم کا اعلان کیا۔ ہاکی انڈیا نے آج یہاں کہا کہ لیگ کا انعقاد 15 سے 25 فروری تک کالنگا ہاکی اسٹیڈیم میں کیا جائے گا۔ ہندوستانی ٹیم لیگ میں انگلینڈ، ہالینڈ، اسپین اور جرمنی سے مقابلہ کرے گی۔ ہر ٹیم کے درمیان دو دو میچ ہوں گے۔ ہندوستانی ٹیم کا پہلا میچ 15 فروری کو انگلینڈ کے ساتھ ہوگا۔ سلیمہ ٹیٹے ٹیم کی کپتان ہوں گی جب کہ فارورڈ نونیت کور کو نائب کپتان بنایا گیا ہے۔ چوبیس رکنی ہندوستانی خاتون ٹیم اس طرح ہے۔ ٹیم میں گول کیپر سویتا اور بچو دیوی کھاریبام شامل ہیں۔ سشیلا چانو پکھرامبم، نکی پردھان، ادیتا، جیوتی، ایشیکا چودھری اور جیوتی چھتری کو بطور ڈیفنڈر منتخب کیا گیا ہے۔ مڈفیلڈ کے طور پر ٹیم میں ویشنوی وٹھل پھالکے، نیہا، منیشا چوہان، سلیمہ ٹیٹے، سنیتا ٹوپو، لالریمسیامی، بلجیت کور اور شرمیلا دیوی شامل ہیں۔ فارورڈ کھلاڑیوں میں نونیت کور، ممتاز خان، پریتی دوبے، رتجا دادا سو پسل، بیوٹی ڈونگ ڈونگ، سنگیتا کماری، دیپیکا اور وندنا کٹاریا شامل ہیں۔ گول کیپر بنسری سولنکی، ڈیفنڈر اکشتا ابا سو ڈھیکالے اور جیوتی سنگھ کے ساتھ فارورڈز ساکشی رانا، انو اور سونم کو فاضل کھلاڑیوں کے طور پر شامل کیا گیا ہے۔ ٹیم کے انتخاب پر بات کرتے ہوئے، ہندوستانی خاتون ہاکی ٹیم کے چیف کوچ ہریندر سنگھ نے کہا "ہم ایف آئی ایچ پرو لیگ 2024-25 کے بھونیشور مرحلے کے لیے منتخب کی گئی ٹیم سے خوش ہیں۔

برازیل کے اسٹار فٹبالر نیمار نے سعودی کلب "الہلال" سے راہیں جدا کر لیں

ریاض// برازیل کے کپتان اور اسٹار فٹبالر نیمار جونیئر نے سعودی عرب معروف فٹبال کلب الہلال سے راہیں جدا کر لیں۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق گزشتہ برس پیرس سینٹ جرمن (پی ایس جی) کے فارورڈ پلیئر نیمار جونیئر نے سعودی کلب الہلال کو جوائن کیا تھا تاہم مسلسل انجری مسائل کے سبب فٹبالر نے کلب چھوڑنے کا فیصلہ کیا۔ نیمار الہلال کلب سے راہیں جدا کرنے کے بعد اپنے ملک برازیل کے مقامی کلب سانتوس میں شمولیت اختیار کر رہے ہیں۔ سعودی کلب الہلال نے اپنے ایکس اکاونٹ لکھا کہ کلب انکی خدمات پر شکریہ ادا کرنا چاہتا ہے اور خراج تحسین پیش کرنا چاہتا ہے جبکہ انکے کیریئر میں کامیابی کیلئے نیک تمناوں کا اظہار کرتے ہیں۔ نیمار نے 2023 میں فرانسیسی فٹبال کلب پی ایس جی کو چھوڑ کر الہلال میں شمولیت اختیار کی تھی، جہاں انہوں نے انجری کے باعث صرف 7 میچز کھیلے۔ الہلال میں شامل ہونے کے بعد انہوں نے نومبر 2023 میں برازیل سے سرجری بھی کروائی تھی۔ نیمار گزشتہ سال ہیمسٹرنگ انجری کا شکار ہوئے تھے جس کے باعث وہ 5 ہفتوں تک ایکشن سے باہر رہے۔ حالیہ خبروں کے مطابق نیمار سانتوس میں شمولیت اختیار کر رہے ہیں جہاں سے ان کے کیریئر کا آغاز ہوا تھا تاہم دیگر تمام معاہدے اگلے ہفتے ہوں گے۔ واضح رہے کہ نیمار جونیئر نے فرانسیسی کلب کو چھوڑ کر الہلال سے دو سالہ معاہدہ کیا تھا تاہم وہ ایک سال بعد ہی کلب سے علیحدہ ہو گئے۔ سعودی کلب پی ایس جی کے مقابلے 6 گنا زیادہ رقم ادا کر رہا تھا۔

SAD DEMISE

With profound grief and sorrow we inform the sad demise of Omar Showkat (Jeel sahab) S/O Late Haji Ghulam Mohamad Najar R/O Kursu Padshahi Bagh sgr near Wanposh Complex. He left for heavenly abode on 28th Jan 2025 at 11 PM. The bereavement (Taziya) shall be held for 3 days only, up to 31 Jan 2025.

Bereaved family

Er Omar farooq (Retd CE (Brother)
Omar javid (Brother in law).

آئی سی سی کی نئی ٹیسٹ رینکنگ، پاکستان کے نعمان علی اور ساجد خان کی ترقی

ویب ڈیسک// انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) کی نئی جاری ہونے والی ٹیسٹ رینکنگ میں پاکستان کے سپنر نعمان علی اور ساجد خان نے اہم سنگ میل عبور کرتے ہوئے کئی درجے ترقی کی ہے۔ آئی سی سی کے مطابق جہاں ساجد خان اور نعمان علی کی شاندار ترقی دیکھنے کو مل رہی ہے وہیں کئی کھلاڑی ایسے بھی ہیں جن کی خراب کارکردگی کی وجہ سے تنزلی ہوئی ہے۔ نعمان علی نے ویسٹ انڈیز کے خلاف حالیہ ٹیسٹ میچز میں کل 16 وکٹیں حاصل کی اور یہی پرفارمنس ان کی ترقی کی وجہ بھی بنی۔ نعمان علی آئی سی سی ٹیسٹ رینکنگ میں پانچویں نمبر پر آگئے ہیں اور یہ ان کے کیریئر کی اب تک کی بہترین پوزیشن ہے۔ انہوں نے 806 ریٹنگ پوائنٹس حاصل کیے ہیں جو کرکٹ کی دنیا میں بائیں بازو کے سپنر کی اہم کامیابی سمجھی جاتی ہے۔ ٹیسٹ رینکنگ میں 800 کا ہندسہ عبور کرنے والے نعمان علی 12 ویں پاکستانی بولر بھی بن گئے ہیں۔ سپنر ساجد خان کی بھی حالیہ میچز میں شاندار بولنگ کی وجہ سے ترقی ہوئی ہے۔ ساجد خان نے ویسٹ انڈیز کے خلاف 15 وکٹیں حاصل کی۔ ساجد خان 644 ریٹنگ پوائنٹس حاصل کرتے ہوئے دو درجے ترقی کے بعد آئی سی سی ٹیسٹ رینکنگ میں 21 ویں نمبر پر آگئے ہیں۔

بمراہ کو سر گارفیلڈ سوبرز ایوارڈ سے نوازا گیا

دبئی// ہندوستانی تیز گیند باز جسپریت بمراہ کو کرکٹ کے تمام فارمیٹس میں شاندار کارکردگی کے لیے آئی سی سی مینز کرکٹر آف دی ایئر کے لئے باوقار سر گارفیلڈ سوبرس ایوارڈ سے نوازا گیا ہے۔ انٹرنیشنل کرکٹ کونسل (آئی سی سی) نے کہا" جسپریت بمراہ کو 2024 میں ان کی شاندار کارکردگی کے لیے آئی سی سی ایوارڈز میں آئی سی سی مینز کرکٹر آف دی ایئر کے لئے باوقار سر گارفیلڈ سوبرز ایوارڈ سے نوازا گیا ہے۔" انہوں نے کھیل کے سب سے طویل اور مختصر دونوں فارمیٹس میں مخالفین پر غلبہ حاصل کیا۔" بمراہ نے ٹریوس ہیڈ، جو روٹ اور ہیری بروک کو پیچھے چھوڑ کر یہ اعزاز حاصل کیا۔ وہ راہول دراوڑ (2004)، سچن تندولکر (2010)، روی چندرن اشون (2016) اور ویرات کوہلی (2017، 2018) کے بعد ہندوستان سے ایوارڈ پانے والے پانچویں شخص ہیں۔ آئی سی سی ٹیسٹ رینکنگ میں موجودہ نمبر ون بولر 200 ٹیسٹ وکٹیں حاصل کرنے والے تیز ہندوستانی فاسٹ بولر ہیں۔ انہوں نے یہ کارنامہ 20 سے کم کی باؤلنگ اوسط سے حاصل کیا جو کرکٹ کی تاریخ میں بہترین ہے۔

پاکستان ٹیم سہ فریقی ون ڈے سیریز کیلئے 4 فروری سے تیاریوں کا آغاز کریگی

کراچی// پاکستان کرکٹ ٹیم سہ فریقی ون ڈے سیریز کے لیے 4 فروری سے تیاریوں کا آغاز کرے گی۔ ذرائع کے مطابق سہ فریقی ون ڈے سیریز کے لیے پاکستان کے اسکواڈ کا اعلان اگلے ایک دو روز میں متوقع ہے۔ اس سلسلے میں نیوزی لینڈ 5 اور جنوبی افریقا کی ٹیم 7 فروری کی صبح لاہور پہنچے گی۔ پاکستان اور نیوزی لینڈ کی ٹیمیں 8 فروری کو قذافی اسٹیڈیم میں مدمقابل ہوں گی جس کے بعد پاکستان ٹیم 9 فروری کو کراچی روانہ ہوگی۔ سہ ملکی سیریز کا دوسرا میچ 10 فروری کو جنوبی افریقا اور نیوزی لینڈ کے درمیان کھیلا جائے گا۔ واضح رہے کہ پاکستان، نیوزی لینڈ اور جنوبی افریقا کے درمیان سہ ملکی ون ڈے سیریز کے شیڈول کا اعلان کر دیا گیا ہے۔ یہ سیریز سنگل لیگ کی بنیاد پر 8 سے 14 فروری تک کھیلی جائے گی جس کے ابتدائی 2 میچز لاہور کے قذافی اسٹیڈیم میں ہوں گے جبکہ آخری لیگ میچ اور فائنل کراچی کے نیشنل بینک اسٹیڈیم میں ہوگا۔

زخمی جوکووچ ڈیوس کپ سے دستبردار

بلغراد// سربیا کے لیجنڈری ٹینس کھلاڑی نوواک جوکووچ نے ہیمسٹرنگ انجری کی وجہ سے ڈیوس کپ سے اپنا نام واپس لے لیا ہے۔ جوکووچ آسٹریلین اوپن کے سیمی فائنل میچ کے دوران انجری کا شکار ہو گئے تھے اور انہیں ایک سیٹ ہارنے کے بعد میچ سے ریٹائر ہونا پڑا تھا۔ جمعے کو پہلے راونڈ کوالیفائنگ میچ میں سربیا کا مقابلہ ڈنمارک سے ہوگا۔ سربیا کے کپتان وکٹر ٹرائیکی نے کہا کہ نوواک کے نہ کھیلنے سے ہم کمزور ہو گئے ہیں لیکن پھر بھی جیتنے کی کوشش کریں گے۔ ہولگر رونے میں ڈنمارک کا ایک بہترین کھلاڑی ہے۔ انہوں نے کہا کہ ہمارے کھلاڑی بھی بہترین ہیں اور مجھے اپنی ٹیم پر مکمل اعتماد ہے۔

آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریب کب اور کہاں منعقد ہوگی؟

ویب ڈیسک// پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) کے مطابق قذافی سٹیڈیم لاہور کی 7 فروری، نیشنل سٹیڈیم کراچی کی 11 فروری اور چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریب 16 فروری کو منعقد کی جائے گی۔ تقریبات کے انعقاد کے حوالے سے چیئرمین پی سی بی محسن نقوی نے حتمی منظوری دے دی ہے۔ جمعرات کے روز پی سی بی کے اعلیٰ حکام نے چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریبات کے ملتوی ہونے کی خبروں کی تردید کرتے ہوئے کہا کہ پی سی بی نے آئی سی سی کی مشاورت سے چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریبات کے لیے شیڈول تیار کر لیا ہے، جس کے مطابق ہی افتتاحی تقریبات منعقد کی جائیں گی۔ ان کا کہنا تھا چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریبات بھرپور انداز میں منائی جائیں گی۔ ٹورنامنٹ کی افتتاحی تقریب سے قبل قذافی سٹیڈیم لاہور اور نیشنل سٹیڈیم لاہور کی اپگریڈیشن کی بھی افتتاحی تقریبات منعقد ہوں گی، جن میں صدر آصف علی زرداری اور وزیراعظم شہباز شریف شرکت کریں گے۔ پی سی بی کے حکام کے مطابق قذافی سٹیڈیم لاہور کی اپگریڈیشن کا کام تکمیل کے بہت قریب ہے، جو ایک آدھ دن میں مکمل ہو جائے گا۔ انہوں نے بتایا کہ قذافی سٹیڈیم کی اپگریڈیشن مکمل ہونے پر ایک شاندار افتتاحی تقریب بھی منعقد کی جائے گی۔ حکام کا بتانا تھا کہ یہ افتتاحی تقریب 7 فروری کو منعقد کی جائے گی، جس کے مہمان خصوصی وزیراعظم شہباز شریف ہوں گے۔ اسی افتتاحی تقریب میں قذافی سٹیڈیم کی اپگریڈیشن کے لیے کام کرنے والے مزدوروں کے لیے ظہرانے کا بھی اہتمام کیا جائے گا۔ نیشنل سٹیڈیم کی افتتاحی تقریب کے حوالے سے پاکستان کرکٹ بورڈ کے حکام کا کہنا تھا کہ قذافی سٹیڈیم لاہور اور راولپنڈی کرکٹ سٹیڈیم کی اپگریڈیشن کے ساتھ ساتھ نیشنل سٹیڈیم کراچی کا بھی تعمیراتی کام اختتامی مراحل میں ہے۔ انہوں نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے بتایا کہ نیشنل سٹیڈیم کراچی کی افتتاحی تقریب 11 فروری کو منعقد ہوگی۔ اس تقریب کے مہمان خصوصی صدر آصف علی زرداری ہوں گے۔ پاکستان کرکٹ بورڈ کے حکام نے چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریب کی منسوخی کی تردید کرتے ہوئے بتایا کہ آئی سی سی کی مشاورت کے بعد چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریب 16 جنوری کو منعقد کرنے کا فیصلہ کیا گیا ہے، جس کے لیے بھرپور تیاریاں کی جا رہی ہیں۔ حکام نے چیمپئنز ٹرافی کی افتتاحی تقریب کے لیے جگہ کا تعین کرنے کے حوالے سے بتایا کہ تقریب کا انعقاد حضوری باغ لاہور میں کیا جائے گا، جس میں اہم ملکی شخصیات، کرکٹرز اور آئی سی سی آفیشلز شریک ہوں گے۔ پاکستان کرکٹ بورڈ چیمپئنز ٹرافی سے قبل پاکستان، نیوزی لینڈ اور جنوبی افریقہ کے مابین ایک سہ فریقی سیریز کی بھی میزبانی کر رہا ہے۔ جس کا آغاز 8 فروری سے لاہور میں ہوگا۔ سہ فریقی سیریز میں شرکت کے لیے نیوزی لینڈ اور جنوبی افریقہ کی ٹیمز 4 اور 5 فروری کو پاکستان پہنچ رہی ہیں جو چیمپئنز ٹرافی کے مکمل ہونے تک پاکستان میں ہی قیام کریں گی۔

شرومنی کمیٹی نے سال 2025 کے لیے کبڈی ٹیم کا کیا اعلان

امرتسر//

شرومنی گردوارہ پربندھک کمیٹی کے صدر ایڈووکیٹ ہرجیندر سنگھ دھامی نے بدھ کو شرومنی گردوارہ پربندھک کمیٹی کے آئندہ سیشن 2025 کے لیے کبڈی ٹیم کا اعلان کیا۔ شرومنی کمیٹی کے چیف سکریٹری کلونت سنگھ منن، ممبر امرجیت سنگھ بلیاپور اور کھیلوں کے سکریٹری تیجندر سنگھ پڈا نے ٹیم کا اعلان کیا اور کبڈی کھلاڑیوں کی نئی جرسی جاری کی۔ چیف سکریٹری کلونت سنگھ منن نے کہا کہ شرومنی کمیٹی سکھ نوجوانوں کو کھیلوں سے جوڑنے کی مسلسل کوشش کر رہی ہے۔ ہاکی اکیڈمی اور کبڈی اکیڈمی کے ذریعے کھلاڑیوں کو تیار کرنے کے ساتھ ساتھ سکھ نوجوانوں کو مارشل آرٹ گتکے کی تربیت بھی دی جا رہی ہے۔ شرومنی کمیٹی کے صدر ایڈووکیٹ ہرجیندر سنگھ دھامی کی ہدایت پر اس سال کے آئندہ سیشن کے لیے کبڈی ٹیم کا آج اعلان کیا گیا ہے۔ میجر سنگھ سہیری میجر لیگ کبڈی فیڈریشن میں کوچ کی نگرانی میں کھیلیں گے۔ اس ٹیم میں جسوپندر سنگھ بھنڈال مولیوال کو کپتان اور کھڑک سنگھ شکار ماچھی اور جرمن جیت سنگھ باپورین کو نائب کپتان بنایا گیا ہے۔ شرومنی کمیٹی کی کبڈی ٹیم میں امرتپال سنگھ لمبار ڈ مالیاں، من پریت سنگھ ترچھا، شنی پرتاپ سنگھ ڈیرہ بابا نانک، بلراج سنگھ بلا کھیال، لوجیت سنگھ کھیالا، سکھراج سنگھ رتن گڑھ، جسپندر سنگھ جس، کرمجیت سنگھ لسارا، دھرم پال سنگھ آوان، گلجیت سنگھ گھرانچو، گرپریت سنگھ منگو، گرپریت سنگھ منڈیان، گلجیت سنگھ لامبر، گگن دیپ سنگھ ڈیرہ بابا نانک، لوپریت سنگھ گو، ہرمن پریت سنگھ روڑے اور بلراج سنگھ کھیلیں گے۔ انہوں نے نوجوانوں کو نشہ چھوڑ کر کھیلوں میں شامل ہونے کی ترغیب دی۔

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,