صفحہ 08
چیمپئنز ٹرافی کی جیت کے بعد روہت شرما کو انعام مل گیا

WATTAN
The Urdu Daily
روزنامہ
وطن
بڈگام

اتوار
16 مارچ 2025
SUNDAY
16-MARCH-2025

صفحہ 08
آئی سی سی ویمنز کرکٹ ورلڈ کپ کوالیفائر

The Urdu Daily WATTAN Budgam | RNI No. JKURD/2011/37141 | جلد: 15 | شمارہ نمبر: 61 | صفحات: 08 | قیمت: 02 روپے

ابتدائی پوسٹ مارٹم رپورٹ میں کٹھوعہ شہری ہلاکتوں میں دہشت گردی کا زاویے مسترد

سرینگر//15 مارچ//سی این آئی//جموں کے کٹھوعہ ضلع میں تین شہری ہلاکتوں کے بعد ابتدائی پوسٹ مارٹم رپورٹ سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ہلاکتوں میں دہشت گردی کا کوئی زاویے نہیں ہے۔ پولیس کا کہنا ہے کہ اس معاملہ میں تحقیقات جاری ہے جبکہ دو لاپتہ کمسن بچوں کی تلاش بھی بڑے پیمانے پر جاری ہے۔سی این آئی کے مطابق حکام نے گزشتہ ہفتے کٹھوعہ ضلع کے ملہار علاقے میں ایک ندی میں پائے گئے تین شہریوں کی موت میں دہشت گردی کے زاویے سے انکار کیا ہے۔ ابتدائی پوسٹ مارٹم نتائج، جو ڈاکٹروں کے ایک/101

سرینگر میں سب سے زیادہ بارش ریکارڈ، میدانی اور بالائی علاقوں میں تازہ برفباری

وادی میں موسم کی ابتر صورتحال بدستور جاری

اتوار سے موسم میں بہتری آنے کی توقع، 17 سے 24 مارچ تک موسم بہتر رہے گا۔محکمہ موسمیات

سرینگر// 15 مارچ//وی او آئی//وادی کشمیر میں گزشتہ کئی روز سے موسم کی ابتر صورتحال کے بیچ محکمہ موسمیات نے 16 مارچ سے موسم میں بہتری آنے کی امید ظاہر کرتے ہوئے کہا ہے کہ سنیچروار کو سرینگر سمیت دیگر میدانی علاقوں میں جم کر بارشیں ہوئیں جبکہ کولگام، اننت ناگ اور دیگر اضلاع کے ساتھ

ساتھ ضلع کپواڑہ، بانڈی پورہ اور بارہمولہ کے کئی پہاڑی علاقوں میں درمیانہ درجے کی برفباری ہوئی۔ وائس آف انڈیا کے مطابق سنیچروار کو بھی وادی کشمیر کے پہاڑی اور کچھ میدانی علاقوں میں برف باری جبکہ سری نگر سمیت وادی کے دیگر علاقوں میں ہلکی سے درمیانی درجے کی بارشوں کا سلسلہ جاری/102

جموں کشمیر ایڈمنسٹریٹو سروس امتحانات میں تاخیر کا معاملہ حل کیا گیا

نصاب کو حتمی شکل دینا آخری مراحل میں مکمل ہوتے ہی امتحان منعقد کیا جائیگا / وزیر اعلیٰ

سرینگر//15 مارچ//سی این آئی//جموں کشمیر ایڈمنسٹریٹو سروس امتحانات میں تاخیر کو معاملہ حل کیا گیا کی بات کرتے ہوئے وزیر اعلیٰ عمر عبد اللہ نے کہا کہ نصاب کو حتمی شکل/103

سپیکر نے بی اے سی میٹنگ کی صدارت کی

بجٹ سیشن کی جاری ترتیبات کیلئے کیلنڈر پر تبادلہ خیال کیا

جموں//انفو//اسپیکر جموں و کشمیر قانون ساز اسمبلی عبدالرحیم راتھر نے بزنس ایڈوائیزری کمیٹی (بی اے سی) کے اجلاس کی صدارت کی۔/104

کشمیر مسلسل بارشوں کے دوران سیلاب کا کوئی خطرہ نہیں: صوبائی کمشنر کشمیر

انہوں نے کہا کہ صورتحال پر نظر رکھنے کے لیے ہر گھنٹے کی بنیاد پر تمام پوائنٹس کو چیک کیا جا رہا ہے

سرینگر//کے این ایس// 15 مارچ//ڈویژنل کمشنر کشمیر وجے کمار بدھوری نے آج کہا کہ وادی کشمیر میں سیلاب کا کوئی خطرہ نہیں ہے اور حکام گھنٹے کے حساب سے صورتحال پر نظر رکھے ہوئے ہیں۔ انہوں نے یہ بھی کہا کہ مسلسل ہونے والی بارش نے بارشوں کی کمی کو تقریباً پورا کر دیا ہے۔ یہاں نامہ نگاروں سے بات کرتے ہوئے ڈویژنل کمشنر کشمیر نے وادی کشمیر میں جاری بارشوں پر اطمینان کا اظہار کرتے ہوئے کہا کہ لوگ بارش کے لیے ترس رہے ہیں کیونکہ ندیوں اور چشموں میں پانی کی سطح کم ہونے سے باغات اور زرعی زمین خشک ہو گئی ہے۔ کشمیر نیوز سروس (کے این ایس) کے مطابق یہ بہت اچھی بات ہے کہ وادی کشمیر میں گزشتہ چند دنوں سے مسلسل بارشیں ہوئیں، جس نے تقریباً خسارہ پورا کر دیا۔ لوگ نماز پڑھ رہے تھے اور یہ رمضان کے مقدس مہینے میں ہو۔انہوں نے کہا کہ سیلاب کا کوئی خطرہ نہیں ہے اور حکام ہائی الرٹ کے ساتھ صورتحال پر نظر رکھے ہوئے ہیں۔انتظامیہ ہر گھنٹے کی بنیاد پر تمام پوائنٹس کی نگرانی کر رہی ہے اور پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ فی الحال

سیلاب کا کوئی خطرہ نہیں ہے اور صورتحال قابو میں ہے۔صورتحال پر نظر رکھنے کے لیے ہر گھنٹے کی بنیاد پر تمام پوائنٹس کی جانچ پڑتال کی جا رہی ہے۔ایک سوال کے جواب میں انہوں نے/107

ٹریفک حکام کی جانکاری

سری نگر جموں قومی شاہراہ کھلی

سری نگر//۱۵، مارچ//جموں وکشمیر ٹریفک پولیس کے مطابق سری نگر جموں قومی شاہراہ پر دونوں اطراف سے گاڑیاں چل رہی ہیں، تاہم مسافروں کو احتیاط برتنے کی ہدایت دی گئی ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق محکمہ ٹریفک کے افسران کا کہنا ہے کہ مسافروں کو دن کے وقت سفر کرنے اور رام بن، بانہال کے درمیان غیر ضروری طور پر رکنے سے گریز کرنے کی ہدایت دی گئی ہے، کیونکہ لینڈ سلائیڈنگ اور پتھروں کے گرآنے کا خدشہ ہے۔ٹریفک پولیس کے مطابق زوجیلا پاس (SSG روڈ)، بھدرواہ، چھبہ روڈ، مغل/106

ایوان نے پی ڈبلیو ڈی، آئی اینڈ سی، مائننگ، سکل ڈیولپمنٹ، لیبر اینڈ ایمپلائمنٹ محکموں کے گرانٹ پاس کئے

نائب وزیر اعلیٰ نے وزیر اعلیٰ کے وژن نقطہ نظر کی تعریف کی

جموں//انفو//جموں و کشمیر قانون ساز اسمبلی نے محکمہ کان کنی کیلئے 7050.86 لاکھ روپے، انڈسٹریز اینڈ کامرس محکمہ کیلئے 108603.20 لاکھ روپے، محکمہ پبلک ورکس کیلئے 528374.63 لاکھ روپے، محکمہ لیبر اینڈ ایمپلائمنٹ کیلئے 35344.46 لاکھ روپے اور محکمہ سکل ڈیولپمنٹ کیلئے 22561.03 لاکھ روپے کی گرانٹس منظور کیں۔ایوان میں ایک دن کی تفصیلی بحث کے بعد گرانٹ منظور کی گئیں۔ گرانٹ کے تقاضوں پر بحث و مباحثہ کرتے ہوئے نائب وزیر اعلیٰ سریندر چودھری نے کہا کہ فی الحال محکمہ پبلک ورکس 40000 کلو میٹر کا ایک وسیع روڈ نیٹ ورک برقرار رکھتا ہے اور ہماری ترجیح آخری غیر منسلک گاؤں کو اعلیٰ معیار کی سڑکیں اور رابطے فراہم کرنے کیلئے باقی ہے۔ تاہم اس طرح کے وسیع انفراسٹرکچر کو برقرار رکھنے کیلئے مستقل سرمایہ کاری اور اسٹریٹجک منصوبہ بندی کی ضرورت ہے۔ محکمہ اس بات کو یقینی بنانے کیلئے ہر ممکن کوشش کر رہا ہے کہ عوامی فنڈز کے ساتھ بنی سڑکیں وقت کی آزمائش پر کھڑی ہوں۔ انہوں نے مزید کہا کہ 2025-26 میں ہم مختلف اسکیموں جیسے پی ایم جی ایس وائی، شہروں اور قصبے، سی آر آئی ایف اور نابارڈ کے تحت 4000 کلومیٹر روڈ بلیک ٹاپنگ کو نشانہ بنا رہے ہیں جس سے جموں اینڈ کشمیر کے لوگوں کیلئے سفری حالات میں نمایاں بہتری آئی ہے۔ نائب وزیر اعلیٰ نے کہا کہ محکمہ کو تین اہم/105

نیشنل کانفرنس کے دور حکومت میں

جموں کے ساتھ ہمیشہ سوتیلی ماں کا سلوک روا رکھا گیا ہے/سنیل شرما

سرینگر// 15 مارچ//اے پی آئی//جموں صوبہ کے ساتھ این سی کی سرکار نے ہمیشہ بید باؤ کا عندیہ دیتے ہوئے اسمبلی میں قائد حزب اختلاف نے کہا کہ نئی دہلی میں انہوں نے وزیر داخلہ کے ساتھ میٹنگ کے دوران حفاظتی معاملات اور ترقیاتی ڈھانچے کو مکمل کرنے کے بارے میں ملاقات کی۔اے پی آئی نیوز کے مطابق اسمبلی میں قائد حزب اختلاف سنیل شرما نے ذرائع ابلاغ کے ساتھ گفتگو کے دوران اپنے دورہ نئی دہلی دورہ کا مقصد بیان کرتے ہوئے کہا کہ جموں صوبہ کے

مختلف علاقوں میں پچھلے کئی ماہ سے عسکری واقعات شہریوں کے جان ومال کی حفاظت امن امان کو قائم رکھنے اور جموں صوبہ میں لوگوں کے اندر اعتماد بحال کرنے کے معاملات امیت شاہ کے ساتھ میٹنگ کے/108

وزیر اعظم ای بس سیوا

چیف سیکرٹری نے 200 نئی بسوں کی آمد کی نگرانی کیلئے

یو ٹی ایل ایس سی میٹنگ کی صدارت کی

جموں//انفو//چیف سیکرٹری مسٹر اٹل ڈولو نے جموں اور سرینگر دونوں شہروں کیلئے وزیر اعظم ای بس سیوا کے تحت 200 مزید ای بسوں کو حاصل کرنے کیلئے ایچ اینڈ یو ڈی ڈی کے ذریعہ اب تک اٹھائے گئے اقدامات کا جائزہ لینے کیلئے حال ہی میں تشکیل دی گئی یو ٹی لیول اسٹیئرنگ کمیٹی (یو ٹی ایل ایس سی) کی پہلی میٹنگ کی صدارت کی۔ میٹنگ میں کمیٹی کے ممبران پرنسپل سیکرٹری فائنانس، کمشنر سیکرٹری ایچ اینڈ یو ڈی ڈی،

ڈویژنل کمشنر کشمیر/جموں، سیکرٹری ٹرانسپورٹ، ایم ڈی جے پی ڈی سی ایل، سی ای او ایس ایس سی ایل/جے ایس سی ایل کے علاوہ دیگر متعلقہ افسران نے شرکت کی۔ میٹنگ کے دوران چیف سیکرٹری نے جموں اور/109

جموں کشمیر میں ریزرویشن پالیسی کا پلڑا جموں کی طرف زیادہ

جموں میں 67 ہزار سے زائد اسناد تقسیم کشمیر میں ایک بھی نہیں۔ سجاد لون

سرینگر//15 مارچ//وی او آئی//سجاد غنی لون نے کہا ہے کہ سرکار نے جموں میں 67 ہزار سے زائد درج فہرست ذاتوں کی اسناد تقسیم کیں ہیں جبکہ وادی کشمیر میں ایک بھی سرٹفکیٹ کسی کو نہیں دی گئی ہے کہ کشمیر کے ساتھ امتیازی سکول کا بین ثبوت ہے۔ سجاد لون نے نشاندہی کی کہ شیڈیولڈ ٹرائب (ایس ٹی) کے تحفظات، اگرچہ ایک پسماندہ طبقے کے لیے ہیں، بھی غیر متناسب طور پر مختص کیے گئے

ہیں۔ جاری کردہ کل ST سرٹیفکیٹس میں سے، جموں نے 4,59,493 حاصل کیے، جب کہ کشمیر کو صرف 79,813 دیے گئے، جو کل کا محض 14.7 فیصد/110

جاوید رانا نے سول سیکرٹریٹ جموں میں چنار کا پودا لگایا

جموں//انفو//محکمہ جنگلات نے سول سیکرٹریٹ جموں کے احاطے کے اندر چنار پلانٹیشن ڈرائیو کا آغاز کیا۔ اس موقع پر وزیر برائے جنگلات وماحولیات جاوید احمد رانا، چیف سیکرٹری اٹل ڈولو، کمشنر سیکرٹری سنیل نندا اور محکمہ جنگلات کے پرنسپل چیف کنزرویٹر سریش کمار گپتا نے چنار کے پودے لگائے۔ چنار ڈے ہر سال 15 مارچ کو جموں وکشمیر کے پورے یوٹی میں منایا جاتا ہے جس میں شجر کاری کے موسم تک مخصوص مقامات پر پودے لگانے کی مہم چلائی جاتی ہے۔ اس موقع پر جاوید رانا نے چنار کے ماحولیاتی فوائد کی اہمیت کو اجاگر کیا۔ انہوں نے کہا/111

کیم اپریل 2025 سے خواتین کیلئے مفت بس سفر اسکیم کا آغاز

ملازم پیشہ خواتین اور طالبات میں خوشی کی لہر

SRTC بسیں چلانے کیلئے تیار، نجی ٹرانسپورٹروں کو کوئی اعتراض نہیں

سری نگر//۱۵، مارچ//جموں وکشمیر میں خواتین کیم اپریل سے سرکاری بسوں میں مفت سواری کا لطف اٹھائیں گی۔ جے کے این ایس کے مطابق خواتین کے عالمی دن کے موقع پر وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ کی جانب سے اعلان کردہ اسکیم کا مقصد خواتین کے مالی بوجھ کو کم کرنا اور انہیں بااختیار بنانا ہے۔ عمر عبداللہ حکومت کا یہ اقدام نہ صرف خواتین پر مالی بوجھ کم ہوگا جبکہ مفت بس سفر اسکیم سے انہیں مواقعوں تک رسائی میں مدد ملے گی۔ 8 مارچ کو جموں وکشمیر اسمبلی میں اپنی حکومت کا پہلا بجٹ پیش کرتے ہوئے عمر عبداللہ نے کہا کہ یہ اسکیم اس سال کیم اپریل سے خواتین کیلئے دستیاب ہوگی۔ جموں وکشمیر کی خواتین نے اس اقدام کا خیر مقدم کرتے ہوئے اسے اپنی آزادی کی طرف ایک قدم قرار دیا ہے۔ یونیورسٹی کے ایک طالب علم مقدس جاوید نے حکومت سے اظہار تشکر کرتے ہوئے کہا کہ مفت بس سفر سے خواتین کو بے فکری کے ساتھ سفر کی سہولت فراہم کرے گا۔ انہوں نے کہا کہ وزیر اعلیٰ کا فلاحی اقدام ہمیں عوامی بسوں/112

جموں کشمیر میں بے روزگاری کی شرح میں بتدریج کمی ہو رہی ہے

سال 2019 سے سال 2024 تک بے روزگاری کی شرح 6.1 تک کم ہوگئی

سرکار نے مختلف اقدامات اُٹھائے بشمول مختلف منصوبوں کے ذریعے 9.58 لاکھ روزی روٹی کے مواقع پیدا کرنا شامل

سرینگر//15 مارچ//وی او آئی//سرکار نے دعویٰ کیا ہے کہ جموں کشمیر میں سال 2019 سے 2023-24 تک بے روزگاری کی شرح کم ہو کر 6.1 تک پہنچی ہے۔ حکومت نے ہفتے کے روز اس سلسلے میں اٹھائے گئے مختلف اقدامات پر روشنی ڈالتے ہوئے کہا، جس میں مختلف منصوبوں کے ذریعے 9.58 لاکھ روزی روٹی کے مواقع پیدا کرنا شامل ہیں۔ وائس آف انڈیا کے مطابق جموں وکشمیر

میں بے روزگاری کی شرح 2019-20 میں 6.7 فیصد سے کم ہو کر 2023-24 میں 6.1 فیصد رہ گئی، جموں وکشمیر حکومت نے ہفتے کے روز اس سلسلے میں اٹھائے گئے مختلف اقدامات پر روشنی ڈالتے ہوئے کہا، جس میں مختلف منصوبوں کے ذریعے 9.58 لاکھ روزی روٹی کے مواقع پیدا کرنا شامل ہیں۔ جموں کشمیر کے وزیر جاوید احمد نے ہفتہ کو اسمبلی کو بتایا کہ یہ بہتری لیبر فورس کی شرکت کی شرح (LFPR) اور ورکرز کی آبادی کے تناسب (WPR) پر بھی ظاہر ہوتی ہے، جو 2023-24 میں/113

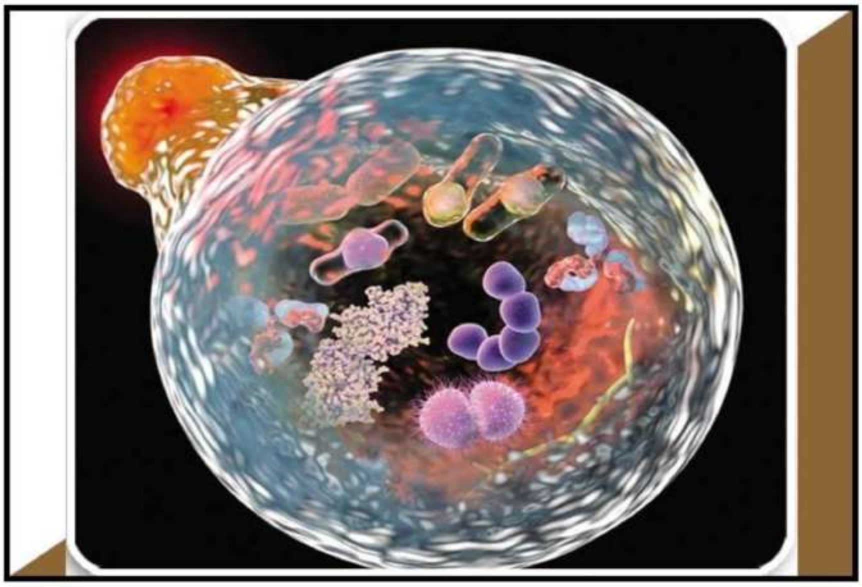
The Urdu Daily WATTAN
وطن سرینگر

انسان کو بڑھاپے سے بچاتا معجزاتی نظام

اس لامحدود کائنات میں ہر دکھائی دینے والی شے ننھے منے ذرات، ایٹموں سے بنی ہے

تحریر۔۔۔
سید عاصم محمود

آج سے تین ارب ستر کروڑ سال پہلے مختلف کیمیائی مادوں کے ملاپ سے زمین پہ ایسے ایٹموں نے جنم لیا جو ازخود حرکت کر سکتے تھے۔ یہی خصوصی ایٹم ''زندگی'' کو وجود میں لائے۔ ازخود حرکت کے قابل ایٹموں کو اب خلیے (Cells) کہا جاتا ہے۔



کروڑوں برسوں کے عرصے میں خلیوں کے مجموعوں نے چھوٹے بڑے ہزارہا قسم کے جاندار تخلیق کر ڈالے۔ ویسے ایک خلیے والے یعنی یک خلوی جاندار (Unicellular organism) آج بھی کرہ ارض پہ موجود ہیں جیسے جراثیم (بیکٹیریا) اور آرکیا (Archaea)۔

زندہ وجود کی سب سے بڑی خاصیت یہ ہے کہ وہ پلتا بڑھتا اور پھر بوڑھا ہو کر مر جاتا ہے۔ سائنس نے بے پناہ ترقی کر لی ہے مگر وہ اب تک بڑھاپے کے عمل کو صحیح طرح نہیں سمجھ سکی۔ تاہم سائنس داں جدید آلات اور عمیق تحقیق کے ذریعے عمل بڑھاپا کے اسرار و رموز ضرور جان رہے ہیں۔

انوکھا قدرتی عمل

مثال کے طور پہ پچھلے دنوں انکشاف ہوا کہ ہمارے جسم میں انتہائی چھوٹی سطح پر انجام پانے والا ایک قدرتی عمل انسانوں کو جلد بوڑھا ہونے سے کیسے بچاتا ہے۔ گویا اس قدرتی عمل کے باعث انسان مزید کئی سال زندگی کی رعنائیوں اور خوشیوں سے لطف اندوز ہونے کے قابل ہو گیا۔ اگر یہ عمل وجود میں نہ آتا، تو انسان بہت جلد اللہ کو پیارا ہو جاتا۔

جدید طبی تحقیق کی رو سے ایک بالغ مرد تقریباً 36 ٹریلین (360 کھرب) خلیوں کا مجموعہ ہے۔ جبکہ ایک بالغ خاتون 28 ٹریلین (280 کھرب) خلیوں سے وجود میں آتی ہے۔ ان انسانی خلیوں کی چار سو سے زائد اقسام ہیں جو مختلف ذمے داریاں انجام دیتی ہیں۔ یہ سبھی اقسام ایک دوسرے سے رابطہ رکھتی ہیں اور اسی قدرتی طور پہ مربوط و حیران کن نیٹ ورک کی بدولت انسان اپنی روزمرہ سرگرمیاں انجام دیتا ہے۔

ہمارے جسم میں خون کے خلیوں کی سب سے زیادہ تعداد ہے، یعنی 84 فیصد۔ اس کے بعد پلٹلیٹ (4.9 فیصد)، ہڈیوں کے گودے کے خلیوں (2.5 فیصد)، خون کی نالیوں میں استر بچھانے والے خلیوں یعنی endothelial cells (2.1 فیصد) اور خون کے سفید خلیوں Lymphocytes (1.5 فیصد) کا نمبر آتا ہے۔

ہر خلیہ ایک اکائی

حیرت انگیز اور دلچسپ بات یہ ہے کہ انسان کے کھربوں خلیوں میں سے ہر خلیہ اپنی جگہ ایک فرد یا اکائی کی حیثیت رکھتا ہے۔ وہ کھاتا پیتا، اپنے کام کاج کرتا، بچے پیدا کرتا اور رفتہ رفتہ بوڑھا ہو کر مر جاتا ہے۔ اس کی لاش پھر نئے خلیے پیدا کرنے میں کام آتی ہے۔ انسانی جلد انہی مردہ خلیوں کی لاشوں سے بنتی ہے۔ یہی وجہ ہے، جلد پہ پڑنے والا زخم کا نشان آہستہ آہستہ غائب ہو جاتا ہے۔

ہر خلیہ مختلف حصے رکھتا ہے جو اسے اپنی ذمے داریاں نبھانے میں مدد دیتے ہیں۔ مثلاً اس کے مرکزے یا نیوکلس میں تمام جینیاتی معلومات محفوظ ہوتی ہے۔ ایک حصہ مائٹوکونڈریا (mitochondria) کھائی گئی غذا سے وہ کیمیائی توانائی بناتا ہے جسے کام میں لا کر خلیہ اپنی ذمے داریاں انجام دیتا ہے۔ رائبوسوم (Ribosome) نامی حصہ پروٹین بناتا ہے جو خلیے اور انسان کی بقا کے لیے ضروری مادے ہیں۔ سینٹراولیس (centrioles) نامی حصہ خلیے کو تقسیم ہونے میں مدد دیتا ہے۔ اسی عمل سے مزید خلیے جنم لیتے ہیں۔

انسانی جسم کے خاکروب

خلیے کا ایک اہم حصہ ''لائسوسم'' (Lysosome) کہلاتا ہے۔ لائسوسم کی ذمے داری یہ ہے کہ جب خلیے کا کوئی حصہ خراب ہو جائے یا کام کے قابل نہ رہے تو اسے گلا سڑا دے۔ لائسوسم میں تیزابی مادے موجود ہوتے ہیں جو خلیے کے کسی بھی حصے کو گلا دیتے ہیں۔ لائسوسم حملہ آور وائرس یا جراثیم کو مارنے میں بھی کام آتے ہیں۔

اگر خلیہ کسی مرض، ضرب یا قدرتی بڑھاپے سے کام کے قابل نہیں رہے تو لائسوسم ایک ایسا قدرتی عمل جنم دینے میں مددگار بنتے ہیں جو خلیے کو مار ڈالتا ہے۔ یہ عمل ''پروگرامڈ خلیہ موت'' (programmed cell death) کہلاتا ہے۔

لائسوسم گویا خلیے کے خاکروب ہیں۔ وہ خلیے کی سلطنت میں گھومتے پھرتے ہیں۔ جہاں کوڑا پائیں، اس کو گلا سڑا دیتے ہیں۔ یوں وہ اس چھوٹی سی دنیا یا کارخانہ قدرت کو صاف ستھرا اور کام کرنے کے قابل رکھتے ہیں۔

جب سائنس دانوں نے ان کا خردبینی مطالعہ کیا تو ان کے ذہن میں اس سوال نے جنم لیا: ''جب خود لائسوسم کسی وجہ سے ناکارہ ہو جائیں تو کیا ہوتا ہے؟'' اس سوال کا جواب ڈھونڈنے کے لیے جاپانی سائنس دانوں کی ایک ٹیم تحقیق و تجربات میں مصروف ہو گئی۔

یہ ماہرین اوساکا یونیورسٹی، اوساکا اور نارا میڈیکل یونیورسٹی، نارا سے تعلق رکھتے تھے۔ ان کی تحقیق کے حیران کن نتائج پچھلے ماہ یورپی سائنسی رسالے، ای ایم بی او رپورٹس (EMBO Reports) میں شائع ہوئے۔

مرمت کی قدرتی مشین

جاپانی سائنس دانوں نے دریافت کیا کہ جب لائسوسم خراب ہو جائیں تو ان کے تیزابی مادے اندر سے نکل کر پورے خلیے میں پھیل جاتے ہیں۔ وہ پھر اس کے صحت مند حصوں کو نقصان پہنچا کر خلیے کو بیمار کر ڈالتے ہیں۔ یوں وہ جلد غیر قدرتی موت پا لیتا ہے۔ اگر یہ سلسلہ دیگر خلیوں تک دراز ہو جائے تو تبھی انسان کینسر جیسے کئی موذی امراض کا شکار ہو جاتا ہے۔ یہ امراض بڑھاپا آنے کی رفتار تیز کر دیتے ہیں۔ گویا لائسوسم کی خرابی کو بڑھاپے کی قبل از وقت آمد کا اعلان سمجھنا چاہیے۔

خوش قسمتی سے قدرت نے لائسوسم کو خراب ہونے سے بچانے کے لیے ایک عمدہ نظام بنا رکھا ہے۔ یہ قدرتی نظام لائسوسم کی خرابی دور کر کے اسے دوبارہ تندرست بنا دیتا ہے۔ اسی نظام کو جاپانی سائنس دانوں نے پہلی بار دریافت کیا۔ یہ انسان پہ قدرت الٰہی کی کاریگری اور یکتائی آشکارا کرتا ہے جو انتہائی چھوٹی سطح پر بھی کارفرما ہے اور تعجب خیز معجزے دکھا کر انسان کو ششدر کر دیتی ہے۔

ہوتا یہ ہے کہ جب لائسوسم کا کوئی حصہ خراب ہو جائے تو خلیہ خاص قسم کے پروٹینی سالمات (مالیکیول) اس جگہ طلب کر لیتا ہے جو ''جی اے بی اے آر اے پی'' (Gamma aminobutyric acid receptor associated protein) کہلاتے ہیں۔ ان پروٹینی سالمات کو انجینئر سمجھیے جن کی نگرانی میں لائسوسم کی مرمت ہوتی ہے۔

یہ جی اے بی اے آر اے پی مقررہ جگہ ایسی مشینری بلوا لیتے ہیں جو مائع پروٹینی مادوں سے بنی ہوتی ہے۔ یہ مائع مشینری ''ای ایس سی آر ٹی'' (endosomal sorting complexes required for transport) کہلاتی ہے۔ اس مشینری کی مدد سے پھر لائسوسم اپنی خراب جگہ کو گلا سڑا دیتا ہے۔ اور وہاں نیا مادہ پیدا ہو جاتا ہے۔ یوں وہ پہلے کی طرح بھلا چنگا ہونے لگتا ہے۔

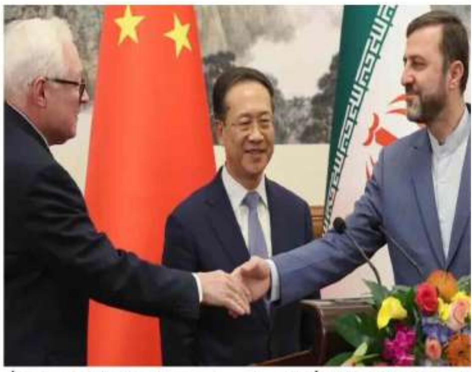
جب لائسوسم کی خرابی دور ہو جائے تو خلیہ ایک اور خصوصی پروٹین ''ایس ٹی کے 38'' (Serine-threonine kinase 38) کو متاثرہ جگہ طلب کرتا ہے۔ یہ پروٹین ای ایس سی آر ٹی مشینری کو پرزے پرزے کر کے منتشر کر دیتا ہے۔ یوں لائسوسم پہلے کی طرح اپنی ذمے داریاں بخوبی انجام دینے لگتا ہے۔

جاپانی ماہرین کا کہنا ہے کہ جی اے بی اے آر اے پی پروٹینی سالمات اور ایس ٹی کے 38 مائع پروٹین ہر زندہ وجود میں پائے جاتے ہیں۔

ان کی خاصیت یہ ہے کہ اربوں سال سے ایک ہی ہیت میں چلے آ رہے ہیں ورنہ خلیوں میں جینیاتی تبدیلیاں جنم لینا عام بات ہے۔ گویا اللہ تعالیٰ نے یہ یقینی بنایا ہے کہ ان دونوں میں کوئی تبدیلی جنم نہ لے اور وہ انسانوں اور حیوانوں کو جلد بڑھاپا آنے کے منفی عمل سے دور رکھیں۔ یہ خلویاتی عمل بنی نوع انسان کے لیے قدرت الٰہی کی خاص رحمت و نعمت ہے۔

The Urdu Daily
WATTAN
وطن

چین نے ایران پر عائد کی گئی 'غیر قانونی' پابندیاں ختم کرنے کا مطالبہ کردیا



چین نے ایران کے خلاف 'غیر قانونی' پابندیوں کے خاتمے پر زور دیا ہے، چین نے جمعہ کے روز ایرانی اور روسی سفارت کاروں کی میزبانی کی، بیجنگ کو امید ہے کہ تہران کے جوہری پروگرام پر طویل عرصے سے تعطل کا شکار مذاکرات دوبارہ شروع ہوں گے۔ ڈان اخبار میں شائع فرانسیسی خبر رساں ادارے اے ایف پی کی رپورٹ کے مطابق امریکا نے 2015 کے تاریخی معاہدے سے دستبرداری اختیار کرلی تھی، جس کے تحت امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ کی پہلی مدت کے دوران پابندیوں میں نرمی کے بدلے میں تہران کی جوہری ترقی پر پابندیاں عائد کی گئی تھیں۔ ری پبلکن صدر جنوری میں وائٹ ہاؤس میں واپسی کے بعد سے ایران کے ساتھ ایک نئے جوہری معاہدے کا مطالبہ کرتے رہے، لیکن تہران کا کہنا ہے کہ ایسا کوئی معاہدہ اس وقت تک ممکن نہیں ہے جب تک پابندیاں برقرار ہیں۔ معاہدے کی کوششوں کو گزشتہ ماہ اس وقت نئی اہمیت دی گئی جب اقوام متحدہ کے جوہری نگران ادارے نے کہا کہ ایران نے انتہائی افزودہ یورینیم کے ذخیرے میں نمایاں اضافہ کیا ہے۔ بیجنگ نے جمعے کے روز ایران کے نائب وزیر خارجہ کاظم غریب آبادی اور ان کے روسی ہم منصب سرگئی ریابکوف کی مذاکرات کی میزبانی کی اور اس امید کا اظہار کیا کہ اس اقدام سے جلد از جلد مذاکرات اور مذاکرات کی بحالی میں مدد ملے گی۔ چینی وزیر خارجہ وانگ یی نے سفارت کاروں سے ملاقات کرتے ہوئے اس بات پر زور دیا کہ ایرانی جوہری مسئلے پر جامع معاہدہ مذاکرات کے ذریعے حاصل کی جانے والی ایک اہم کامیابی ہے۔ انہوں نے کہا کہ اب صورتحال ایک بار پھر نازک موڑ پر پہنچ گئی، ہمیں امن کے لیے وقت خریدنا چاہیے، سیاسی اور سفارتی ذرائع سے تنازعات کو حل کرنا چاہیے اور طاقت کے استعمال اور غیر قانونی پابندیوں کی مخالفت کرنی چاہیے۔ بیجنگ کی وزارت خارجہ کی جانب سے جاری بیان میں کہا گیا ہے۔

رمضان المبارک کا پہلا عشرہ؛ مسجد الحرام میں ڈھائی کروڑ زائرین کی آمد

مسجد الحرام میں رمضان المبارک کے پہلے عشرے میں ڈھائی کروڑ زائرین اور نمازیوں کی آمد ہوئی۔ سعودی عرب کی حرمین شریفین اتھارٹی کی جانب سے جاری اعداد وشمار کے مطابق رمضان المبارک کے ابتدائی 10 روز میں مسجد الحرام میں آنے والے زائرین اور نمازیوں کی تعداد ڈھائی کروڑ سے تجاوز کرگئی۔ پہلے عشرے کے دوران تقریبا 55 لاکھ زائرین نے عمرے کی سعادت حاصل کی۔ حرمین جنرل اتھارٹی کے مطابق زائرین کی مدد اور رہنمائی کے لیے 11 ہزار سے زائد ملازمین مسجد الحرام کے صحن اور گزرگاہوں میں تعینات کیے گئے ہیں۔

مارک کارنی نے کینیڈا کے وزیر اعظم کا حلف اٹھالیا

سابق مرکزی بینکر مارک کارنی نے بطور کینیڈین وزیر اعظم کے عہدے کا حلف اٹھا لیا، انہیں ڈونلڈ ٹرمپ کی جانب سے ٹیرف کے حوالے سے چیلنج کا سامنا ہوگا۔ غیر ملکی خبر رساں ادارے 'رائٹرز' کے مطابق گورنر جنرل میری سائمن کی موجودگی میں ریاست کے سربراہ کنگ چارلس کے ذاتی نمائندے مارک کارنی نے اپنے عہدے کا حلف اٹھایا۔ انہوں نے واشنگٹن سے نمٹنے کے لیے اپنی کابینہ کی تشکیل نو کی اور کئی وزارتی عہدوں کو ختم کردیا، جو انہیں اپنے پیشرو جسٹن ٹروڈو سے ملی تھیں۔ وزیر خزانہ ڈومینک لی بلینک کو بین الاقوامی تجارتی پورٹ فولیو دیا گیا ہے اور ان کی جگہ موجودہ وزیر انوویشن فرانکوئس فلپ شیمپین لیں گے، جبکہ وزیر خارجہ میلانیا جولی کو عہدے پر برقرار رکھا گیا ہے۔ سماجی رابطے کی ویب سائٹ ایکس پر جاری بیان میں مارک کارنی کا کہنا تھا کہ ہم ایک ایسی حکومت بنا رہے ہیں جو موجودہ صورتحال کا مقابلہ کرے گی، کینیڈین شہری کارروائی کی توقع کرتے ہیں اور یہ ٹیم ویسا ہی کرے گی۔ ان کا کہنا تھا کہ ایک چھوٹی اور تجربہ کار کابینہ تیزی سے کام اور ہماری معیشت کو محفوظ رکھے گی اور کینیڈا کے مستقبل کی حفاظت کرے گی، آج ان کا خطاب بھی متوقع ہے۔ 59 سالہ مارک کارنی بغیر کسی سنجیدہ سیاسی تجربے کے کینیڈا کے وزیر اعظم بنے۔ ان کے منصوبوں سے باخبر سفارتکار نے بتایا کہ مارک کارنی کا اگلے ہفتے لندن اور پھر پیرس جانے کا منصوبہ ہے، کینیڈا، یورپی اتحاد کے ساتھ تعلقات کو مضبوط بنانے کا خواہاں ہے کیونکہ امریکا کے ساتھ اس کے تعلقات کم ترین سطح پر آگئے ہیں۔ مارک کارنی نے اتوار کو حکمران لبرل پارٹی کا سربراہ بننے کی دوڑ میں اپنے حریفوں کو پیچھے چھوڑا، وہ جسٹن ٹروڈو کی جگہ لیں۔

سلامتی کونسل کی جعفر ایکسپریس حملے کی مذمت، تمام ممالک سے پاکستان کیساتھ تعاون پر زور

اقوام متحدہ کی سلامتی کونسل کے اراکین نے جعفر ایکسپریس مسافر ٹرین پر ہونے والے بزدلانہ و سفاک دہشت گرد حملے کی سخت ترین الفاظ میں مذمت کی اور تمام ممالک پر پاکستان کے ساتھ فعال تعاون پر زور دیا ہے۔ ترجمان دفتر خارجہ کی جانب سے جاری اعلامیے میں بتایا گیا ہے کہ اقوام متحدہ کی سلامتی کونسل کے اراکین نے آج ایک پریس بیان کے ذریعے جعفر ایکسپریس مسافر ٹرین پر دہشت گردی کے حملے کی شدید الفاظ میں مذمت کی ہے۔ ترجمان کے مطابق اراکین سلامتی کونسل کا کہنا تھا کہ زخمیوں کی جلد اور مکمل صحت یابی کی دعا کرتے ہیں اور اس بات کا اعادہ کرتے ہیں کہ دہشت گردی تمام شکلوں میں بین الاقوامی امن اور سلامتی کے لیے سب سے سنگین خطرات میں سے ایک ہے۔ ترجمان دفتر خارجہ کے اعلامیے کے مطابق اراکین سلامتی کونسل نے دہشت گردی کی ان قابل مذمت کارروائیوں کے مجرموں، منتظمین، مالی معاونت کرنے والوں اور اسپانسرز کو جوابدہ ٹھہرانے اور انہیں انصاف کے کٹہرے میں لانے کی ضرورت پر زور دیا۔ اراکین سلامتی کونسل نے تمام ریاستوں پر زور دیا کہ وہ بین الاقوامی قانون اور سلامتی کونسل کی متعلقہ قراردادوں کے تحت اپنی ذمہ داریوں کے مطابق اس حوالے سے پاکستان کے ساتھ فعال تعاون کریں۔ سلامتی کونسل نے اعادہ کیا کہ دہشت گردی کی کوئی بھی کارروائی مجرمانہ اور بلاجواز ہے، خواہ اس کا محرک کچھ بھی ہو۔

از نیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب محمد یاسین جو پسر علی محمد جو ساکنہ موضع گنڈ خواجہ قاسم تحصیل سنگھ پورہ بارہمولہ نسبت stamp vendor licence بحق خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق نمبردار و چوکیدار علاقہ سائل مذکور مسلسل طور موضع محمد یاسین جو پسر علی محمد جو موضع گنڈ خواجہ قاسم سنگھ پورہ بارہمول میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز سائل مذکور تا حال کسی بھی سرکاری یا غیر سرکاری محکمہ میں کام نہیں کر رہا ہے اور پڑھا لکھا بے روزگار نوجوان ہے جسکے نسبت سائل مذکور اپنے حق میں تحت ضابطہ Stamp vendor licence 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 نیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب نذیر احمد راتھر ولد غلام حسین راتھر ساکنہ موضع بودی بوگ تحصیل سنگھ پورہ ضلع بارہمولہ حال اسکندر پورہ تحصیل بیروہ ضلع بڈگام نسبت migration بمراد RBA سرٹیفکیٹ بحق پسران خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق رپورٹ پٹواری حلقہ گنڈ خواجہ قاسم تحصیل سنگھ پورہ و بیانات نمبردار و چوکیداران موضع بودی بوگ سنگھ پورہ بارہمولہ و اسکندر پورہ بیروہ بڈگام سائل نذیر احمد راتھر کے والد غلام حسین راتھر پسر غلام احمد راتھر نے عرصہ دراز قبل موضع بودی بوگ سنگھ پورہ بارہمولہ سے ترک سکونت اختیار کر کے موضع اسکندر پورہ بیروہ بڈگام میں رہائش اختیار کی ہے۔ علاوہ ازیں سائل مذکور اپنے والد کے ہمراہ ہی موضع اسکندر پورہ بیروہ بڈگام میں رہائش اختیار کرتا ہے۔ جسے نسبت سائل نذیر احمد مذکور تحت ضابطہ Migration سرٹیفکیٹ بحق پسران خود بمراد RBA 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 نائب تحصیلدار عیدگاہ سرینگر
عنوان: درخواست از جانب فاروق احمد بٹ ولد مرحوم غلام احمد بٹ ساکنہ ملہ باغ باغیات شور نسبت اجرائی اموات سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کا والد متوفی غلام احمد بٹ ولد اسد بٹ ساکنہ ملہ باغ باغیات شور سرینگر مورخہ 08/08/1984 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں اموات سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
عبدالرحمان بٹ	۶۵	پسر	تجارت	
بشیر احمد بٹ	۵۵	---	....	
فاروق احمد بٹ	۵۳	--	ملازم	

اسکے علاوہ اور کوئی وارثان جائز نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار عیدگاہ

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن
عنوان: درخواست منجانب معراج الدین ہرا ولد غلام محمد ہرا ساکنہ بہار آباد تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق پسر خود توفیق معراج و دختر خود خوشبو معراج

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 14/03/2025 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 معراج الدین ہرا بیان کرتا ہے کہ اس کی دختر خوشبو معراج کی پیدائش بطور سکول ریکارڈ و ایچ سرٹیفکیٹ BMO Hajin مورخہ 05/10/2012 اور توفیق معراج کی پیدائش بطور سکول ریکارڈ و ایچ سرٹیفکیٹ BMO Hajin مورخہ 15/07/2013 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 بلال احمد ڈار ولد محمد سلطان ڈار ساکنہ سادھو نارا بستی کھن (بانیاری شرقی) تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق پسر خود واحد احمد ڈار

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 14/03/2025 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 پسر کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائل بلال احمد ڈار بیان کرتا ہے کہ اس کے پسر کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 07/05/2016 کو ہوئی ہے۔ لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ چھ دن کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

از نیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب خاتونہ بیگم زوجہ غلام مصطفیٰ بٹ ساکنہ موضع باگر پورہ (مالموہ) تحصیل پٹن نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق نمبردار و چوکیدار علاقہ سائل مذکور مسلسل طور موضع باگر پورہ (مالموہ) پٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق رپورٹ CMO Pattan سائل مذکور مورخہ 01/01/1967 کو پیدا ہوا ہے۔ جسکے نسبت سائل مذکور اپنے لئے تحت ضابطہ 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 نیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب محمد اکبر ڈار ولد محمد اسحاق ڈار ساکنہ موضع بودی بوگ تحصیل سنگھ پورہ نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق دختر خود سکینہ اکبر

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق نمبردار و چوکیدار علاقہ سائل مذکور مسلسل طور موضع بودی بوگ تحصیل سنگھ پورہ پٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق اسکول ریکارڈ سائل مذکور کی دختر خود سکینہ اکبر مورخہ 26/06/2013 کو پیدا ہوئی ہے۔ جسکے نسبت سائل مذکور اپنی دختر کیلئے تحت ضابطہ 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 نیابت نائب تحصیلدار صفاکدل سرینگر تحصیل عیدگاہ
عنوان: درخواست منجانب محمد ایوب شاہ ولد غلام محمد شاہ ساکنہ گنڈ ربل نور باغ سرینگر بغرض حصول لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کا چچا متوفی غلام نبی شاہ ساکنہ گنڈ ربل نور باغ مورخہ 14/11/2013 کو فوت ہو چکا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ
محمد ایوب شاہ ولد غلام محمد شاہ	۳۶	بھتیجہ	ملازم
محمد مقبول شاہ ولد۔۔۔	۴۰	---	مزدوری
شبیر احمد شاہ ولد۔۔۔	۲۷	---	....
شبینہ دختر۔۔۔	۲۱	بھتیجی	گھریلو کام

اسکے علاوہ اور کوئی وارثان جائز نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار صفاکدل

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن
عنوان: درخواست منجانب ارشید احمد پرے ولد غلام محمد پرے ساکنہ وجپارا تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 14/03/2025 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 کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائل ارشید احمد پرے بیان کرتا ہے کہ اس کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 05/03/1989 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 نذیر احمد ڈار ولد عبدالعزیز ڈار ساکنہ سادھو نارا بستی کھن (بانیاری شرقی) تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق خوشبو نذیر

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 14/03/2025 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 کی دختر کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائل نذیر احمد ڈار بیان کرتا ہے کہ اس کی دختر خوشبو نذیر کی تاریخ پیدائش بطور جے کے بوس و سکول ریکارڈ مورخہ 07/10/2008 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 شیراز احمد مارگو ولد عبدالرحمان مارگو ساکنہ سادھو نارا بستی کھن تحصیل حاجن ضلع بانڈی پورہ بمراد عطائیگی سند پیدائش بحق پسر خود میر احمد مارگو، ناظمہ شیراز دختر خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں دفتر ھذا کو ایک درخواست مورخہ 14/03/2025 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 کی اولادان کی تاریخ پیدائش مقررہ وقت یعنی ایک سال کے اندر اندر اندراج نہیں کی ہے۔ سائل شیراز احمد مارگو بیان کرتا ہے کہ اس کے پسر میر احمد مارگو کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 03/11/2014 اور ناظمہ مارگو کی تاریخ پیدائش بطور سکول ریکارڈ مورخہ 05/02/2012 کو ہوئی ہے۔ لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ چھ دن کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول حاجن

از دفتر نائب تحصیلدار عیدگاہ سرینگر
عنوان: درخواست از جانب فاروق احمد بٹ والدہ خورشیہ زوجہ مرحوم غلام احمد بٹ ساکنہ ملہ باغ باغیات شور نسبت اجرائی اموات سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کی والدہ متوفیہ خورشیہ زوجہ مرحوم غلام احمد بٹ ساکنہ ملہ باغ باغیات شور سرینگر مورخہ 25/09/2015 کو فوت ہو چکی ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں اموات سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے مطابق رپورٹ پٹواری متوفیہ کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
عبدالرحمان بٹ	۶۵	پسر	تجارت	
بشیر احمد بٹ	۵۵	---	....	
فاروق احمد بٹ	۵۳	--	ملازم	

اسکے علاوہ اور کوئی وارثان جائز نہیں ہے۔ قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص وعام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار عیدگاہ

از نیابت گوم احمد پورہ
عنوان: درخواست منجانب مشتاق احمد گنائی ولد عبدالرحیم گنائی ساکنہ موضع آرچندر ہامہ تحصیل سنگھ پورہ نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق دختران خود سائبہ مشتاق و زہرا مشتاق

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز سائل مذکور موضع آرچندر ہامہ تحصیل سنگھ پورہ میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق اسکول ریکارڈ سائل مذکور کی دختران خود سائبہ مشتاق مورخہ 01/04/2018 اور زہرا مشتاق مورخہ 15/08/2021 کو پیدا ہوئی ہیں۔ جسکے نسبت سائل مذکور اپنی دختر خود کیلئے تحت ضابطہ 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 نیابت دفتر نائب تحصیلدار بونہ مکہامہ
عنوان: درخواست منجانب نزہت فاروق دختر فاروق احمد کمار ساکنہ نصیب پورہ تحصیل ماگام نسبت اجرائی JK-OBC سرٹیفکیٹ تحت ایس آر او 37 بحق سائلہ خود

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں سائل نے ایک درخواست نسبت اجرائی سوشل کاسٹ/JK-OBC سرٹیفکیٹ دی ہے جو کہ دفتر ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ اس بارے میں پٹواری حلقہ سے رپورٹ طلب کیا گیا۔ جس کے مطابق سائل کی تمام جائیداد منقولہ و غیر منقولہ موضع نصیب پورہ میں موجود ہے۔ سائل بدستور موضع نصیب پورہ اور طبقہ "کمار" سے تعلق رکھتا ہے اور اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں JK-OBC سرٹیفکیٹ بذمرہ "کمار" اجرا فرمائی جائے۔ 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 بونہ مکہامہ

کیا بیوہ عورت کو جینے کا حق نہیں؟

سماجی رویے اور حقوق و فرائض کے بیچ لٹکتا یہ موضوع نظر انداز کیوں

تحریر۔۔۔
تحریم قاضی

سردیوں کی یخ ٹھٹھرتی رات میں ایک مخدوش الحال ضعیف خاتون نے تندور والے سے التجائیہ انداز میں دو روٹیوں کا سوال کیا۔ تندور پر کھڑے دونوں افراد نے ایک دوسرے کو معنی خیز انداز میں دیکھا اور بڑھیا سے کہنے لگے ’’دو روٹی کا کیا کرو گی اماں‘‘ وہ مخبوط الحواس بھی معلوم ہوتی تھی مگر تھی نہیں۔ وہ لمبا سانس لے کر کہنے لگی ایک روٹی میں اور دوسری میری بہن کھائے گی۔

اس لمحے اس کی آواز میں اس قدر یاسیت بھری تھی کہ اردگرد کے شور میں سکوت چھا گیا ہو۔ وہ جیسے کسی سامع کی متلاشی تھی جو اس کا غم اس کا درد سن سکے۔ اور تندور والے کے سوال نے گویا سوال سے اس بند میں چھید کر ڈالا تھا جو اس نے اپنے دکھوں پہ باندھ رکھا تھا۔ وہ کہنے لگی ہم دو بیوہ بہنیں ہیں اور ہمارا کوئی نہیں ایک بھانجے نے ہم پر ترس کھا کر ہمیں اپنے گھر میں پناہ دے رکھی ہے نہ کوئی آسرا ہے نہ ٹھکانہ، مرحوم شوہر کی پینشن سے میں اور میری بہن اپنا گزر بسر کرتے ہیں ایک ایک روٹی صبح اور ایک شام کو کھاتے ہیں۔

کبھی نمک میں پانی ملا کر تو کبھی پیاز کے ساتھ۔ کون ہے ہمارا یہاں! اس سے آگے سننے کے لئے جو ہمت درکار ہے وہ شاید اس معاشرے کی اکثریت میں نہیں۔ نجانے اس معاشرے میں کتنی ہی عورتیں بیوگی میں مُردوں سے بدتر زندگی گزارنے پر مجبور ہیں۔

پاکستانی معاشرے میں المیہ یہ ہے کہ خواتین کو پہلے اپنے حقوق و فرائض سے درست انداز میں واقفیت ہی نہیں اور اگر ہے بھی تو ان کی فراہمی ممکن نہیں۔ آبادی کا یہ نصف حصہ اپنے حقوق حاصل کرنے کے لئے تگ ودو میں لگا ہے۔

جب کوئی خاتون بیوہ ہو جاتی ہے تو یہ تصور کر لیا جاتا ہے کہ وہ زندہ جسم میں ایک مردہ کی مانند ہے زندگی کے سارے رنگ اور خوشیاں اب اس کی دسترس سے باہر ہیں۔ وہ کسی دوسری عورت کی طرح زندگی کو نارمل انداز میں نہیں گزار سکتی۔ جوانی میں بیوہ ہونے والی عورت کو معاشرہ چیل کووں کی طرح چیڑ پھاڑ کر کھانے کو تیار رہتا ہے اور اگر یہ دور بڑھاپے میں آجائے تو اسے ناسور سمجھ کر جان چھڑانے کی کوشش کی جاتی ہے۔ اور بیوہ عورت اگر اپنے تحفظ کے لئے دوسری شادی کرتی ہے تو اس کو عیاش اور بری عورت قرار دیا جاتا ہے۔ سماج کا یہ رویہ پہلے سے ہی دکھی اور ٹوٹی ہوئی عورت کو مسمار کر دیتا ہے۔ جو اس کی ذہنی صحت کو بھی برباد کرنے میں بھی کوئی کسر نہیں چھوڑتا۔

ایک عورت جس کا شوہر وفات پا جائے اس کی زندگی غم والم اور حسرت و نامرادی کا مظہر بن جاتی ہے۔ پرانے وقتوں میں بیوہ کا مرحوم شوہر کے ترکے میں کوئی حصہ نہ تھا اور لوگ اس کے ساتھ غلاموں والا سلوک کیا کرتے تھے۔ اور ہندووں میں تو بیواؤں کو دوسری شادی تک کی اجازت نہ تھی بلکہ کچھ تو شوہر کے ساتھ جل کر مر جایا کرتی تھیں اور کچھ بیوگی کے بعد اپنے اوپر زندگی کی ساری راحتیں حرام کر لیتیں۔

اسلام نے بیواؤں کے حقوق کو واضح کرتے ہوئے انھیں شوہر کی وراثت میں حصہ دیا اور تاعمر سوگ کو محدود کر کے چار ماہ دس دن عدت کے دن مقرر کئے اور حاملہ ہونے کی صورت میں وضع حمل تک اپنے رنج و الم کے ہلکا ہو جانے تک کی مہلت دی۔ اگر مہر شوہر کی زندگی میں ادا نہ ہوا ہو تو وراثت میں سے سب سے پہلے مہر کی ادائیگی کا حکم دیا گیا۔ اگر صاحب اولاد ہو تو خاوند کی وراثت میں سے آٹھویں حصے کی حقدار ہے اور بے اولادی کی صورت چوتھائی حصہ مقرر کیا گیا۔ تاکہ وہ بے سہارا اور لاوارثوں جیسی زندگی بسر نہ کرے بلکہ وہ اپنی زندگی کے حوالے سے بہتر فیصلہ کر سکے اور اس دوران اسے معاشی مسائل کا سامنا بھی نہ کرنا پڑے۔

بیوہ کو عقد ثانی کرنے کی مکمل اجازت ہے اور اسی صورت میں اس کا سابقہ شوہر کی جانب سے وراثت میں حصہ برقرار رہے گا۔ لیکن یہاں تو آوے کا آوا ہی بگڑا ہوا ہے۔ یوں تو اسلام نے بیوہ عورت کے لئے پسندیدہ عمل عدت کے بعد فوری نکاح قرار دے رکھا ہے جو کہ فطری تصور حیات کے پیش نظر درست ہے۔

کیوں انسان تنہا زندگی بسر نہیں کر سکتا۔ اور جن خواتین کے بچے ہوں ان کو اسی صورت میں نا صرف ایک شوہر کا ساتھ ملتا ہے بلکہ ان کی بچوں کو والد کی شفقت بھی ملتی ہے۔ ایشیائی خطے سے نکل کر بھی دیکھا جائے تو عرب ممالک میں جیسے ہی کوئی خاتون بیوہ ہوتی ہے وہاں عقد ثانی کے لئے بیشتر امیدوار موجود ہوتے ہیں۔ لیکن برصغیر پاک و ہند میں پہلے ہی خواتین کی شادی مشکل سے ہوتی ہے اور اگر وہ بیوہ یا مطلقہ ہوں تو ایسی صورت میں عقد ثانی جوۓ شیر لانے کے مترادف ہے۔

ایسا لگتا ہے کہ یہ وہ فلاحی اسلامی ریاست ہی نہیں جس کا تصور ہمیں اپنے دین کی اساس سے ملتا ہے جہاں بیواؤں کو سب سے مظلوم طبقہ قرار دیا گیا تھا اور ان سے حسن سلوک کی تاکید کی گئی تھی۔ نبی کریم ﷺ نے بیواؤں کے ساتھ حسن سلوک کو عبادت قرار دیا اور فرمایا ’’بیوہ اور مسکین کی مدد کرنے والا خدا کی راہ میں مجاہد یا اس شخص کی طرح ہے جو دن بھر روزہ رکھتا ہے اور رات کو نمازیں پڑھتا ہے‘‘۔ بیوہ سے حسن سلوک اور تکریم کا اندازہ اس بات سے ہی لگایا جا سکتا ہے کہ نبی کریم ﷺ نے عین شباب میں اپنے سے عمر میں پندرہ برس بڑی بیوہ خاتون حضرت خدیجہؓ سے شادی کی اور پھر ان سے محبت و وفا کا ثبوت دیتے ہوئے ان کے ساتھ خوشگوار مثالی ازدواجی زندگی بسر کی اور جب تک وہ حیات رہیں عقد ثانی نہ کیا۔

ریاست کی حیثیت ماں کی سی ہوتی ہے اور ماں اپنے تمام بچوں کی پرواہ کرتی ہے ان کا خیال رکھتی ہے۔ بیوہ خواتین بھی اس ریاست کی باسی ہیں اور ان کا حق ہے کہ ریاست ان کی دادرسی کرے۔ بیوہ خواتین کو سب سے پہلے اپنے پیروں پر کھڑا کرنے کے لئے انھیں ہنر سکھانے کا بندوبست ہونا چاہئے اور پھر انھیں آسان اقساط پر قرضے فراہم کرنے چاہئیں تاکہ وہ اپنے اور اپنے بچوں کے اخراجات اٹھا سکیں اور انھیں معاشرے میں حقارت کی نگاہ سے نہ دیکھا جائے اور نہ ہی کوئی ان کی مجبوریوں کا فائدہ اٹھا سکے۔

جو خواتین سلائی کڑھائی کا کام جانتی ہیں وہ گھر میں ایک یا دو خواتین کو ملا کر ایک چھوٹا سا سلائی سینٹر بنا سکتی ہیں۔ گھر پر برانڈز کے ریپلیکا سوٹ بیچ سکتی ہیں آن لائن اشیاء کی فروخت کر سکتی ہیں۔ اگر کھانے پکانے میں مہارت رکھتی ہیں تو گھر سے فروزن فوڈ یا تازہ کھانا پکا کر سپلائی کرنے کا کام بھی کر سکتی ہیں۔ پارلر کھول سکتی ہیں کوئی بھی چھوٹا کاروبار کر سکتی ہیں۔

جس کے لئے ضرورت ہے سب سے پہلے انھیں حوصلہ فراہم کرنے کی اور انھیں وسائل فراہم کرنے کی۔ مغربی معاشروں میں بھی بوڑھے افراد کو سپورٹ کیا جاتا ہے اور عموماً ساٹھ برس سے زیادہ عمر کے لوگوں کو ریٹائرمنٹ کے بعد پنشن یا وظیفہ ملتا ہے۔ دوسری جانب بات کی جائے عمر رسیدہ بوڑھی خواتین کی تو وہ ریاست اور حکومت کی ذمہ داری ہیں کہ ان کو مستقل بنیادوں پر وظیفہ فراہم کیا جائے اور ان کی رہائش اور تحفظ کو یقینی بنایا جائے۔ ان کا باقاعدہ ڈیٹا مرتب کیا جائے اس ضمن میں نادرا کا ادارہ اور مائیکرو لیول پر یونین کونسل کی خدمات حاصل کی جا سکتی ہیں۔ عمر رسیدہ بیوہ خواتین کا میڈیکل فری ہونا چاہیئے اور بیماری اور معذوری کی صورت میں ان کی دیکھ بھال کی ذمہ داری کسی فلاحی ریاستی ادارے کو سونپی جائے۔ گو کہ اولڈ ہومز اس ضمن میں اپنا کردار ادا کر رہے ہیں مگر یہ ناکافی ہے۔ اور اس سب کے ساتھ اس عمر میں جذباتی سہاروں کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔

سکولوں اور کالجوں کے بچوں کو ایسے اولڈ ایج ہومز کا دورہ کرانے سے دوہرا فائدہ ہوگا جیسے ان افراد کی تنہائی دور ہوگئی اور زندگی کی رونق کو محسوس کر سکیں گے جبکہ بچوں کے دل میں ہمدردی اور احساس کے جذبات فروغ پائیں گے۔ والدین اپنے بچوں کو ایسی خواتین کے ساتھ احترام اور حسن سلوک کی ترغیب دے کر معاشرے میں خیر کو فروغ دے سکتے ہیں۔ اور ہم سب پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے کہ جہاں کسی کو مشکل میں دیکھیں اور اس کی تھوڑی سی بھی مدد کر سکیں تو وہ ضرور کریں کیونکہ احساس زندگی ہے!

آکس معاہدہ:

کیا دنیا چین اور امریکہ کے مابین ایک تباہ کن تنازعے کے قریب پہنچ رہی ہے؟

فرینک گارڈنر
بی بی سی نمائندہ برائے سکیورٹی امور

چین نے رواں ہفتے نام نہاد آکس معاہدے کے سرکاری اعلان پر متوقع ناراضگی کے ساتھ اپنا ردعمل بھی ظاہر کیا ہے۔ آکس (آسٹریلیا، برطانیہ اور امریکہ) معاہدے کی تفصیلات سوموار کے روز سان ڈیاگو میں منظر عام پر آئیں، جس کے مطابق بحر ہند اور بحرالکاہل کے علاقے میں چینی فوج کی توسیع کا مقابلہ کرنے کے لیے آسٹریلیا، برطانیہ اور امریکہ نے ایک دور رس دفاعی اور سلامتی اتحاد قائم کیا ہے۔ اس سہ فریقی اتحاد کے بارے میں بیجنگ نے سنگین الزامات لگائے ہیں اور اس اتحاد کو 'خطرناک راستے پر گامزن ہونا، عالمی برادری کے خدشات کو نظر انداز کرنا' اور یہاں تک کہ 'ہتھیاروں کی نئی دوڑ اور جوہری پھیلاؤ کا خطرہ پیدا کرنا' قرار دیا ہے۔ جب سے امریکی کانگریس کی رہنما نینسی پلوسی نے گذشتہ موسم گرما میں تائیوان کا اپنا متنازع دورہ کیا، اس وقت سے چین نے مغربی اقدامات پر اسی قدر شدید ناپسندیدگی کا اظہار کیا ہے۔ چین دنیا کا سب سے زیادہ آبادی والا ملک ہے اور اس کے پاس دنیا کی سب سے بڑی فوج اور بحریہ ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ وہ مغربی بحرالکاہل میں امریکہ اور اس کے اتحادیوں کی طرف سے 'محصور' محسوس کرنے لگا ہے۔ صدر شی جن پنگ نے حال ہی میں اعلان کیا کہ چین اپنے دفاعی اخراجات میں اضافہ کرے گا اور اس کی وجہ آنے والے برسوں میں قومی سلامتی سے متعلق بنیادی خدشات ہیں۔ ایسی صورتحال میں یہ کوئی حیرت کی بات نہیں کہ جب برطانیہ کے وزیر اعظم رشی سونک نے رواں ہفتے یہ کہا کہ سامنے ایک خطرناک دہائی ہے اور بڑھتے ہوئے سکیورٹی چیلنجز سے نمٹنے کے لیے تیار رہنے کی ضرورت ہے۔ تو پھر آخر ہم اس مقام تک کیسے پہنچے اور کیا دنیا چین اور امریکہ اور اس کے اتحادیوں کے درمیان بحرالکاہل میں ایک تباہ کن تنازعے کے قریب پہنچ رہی ہے؟ چین نے رواں ہفتے نام نہاد آکس معاہدے کے سرکاری اعلان پر متوقع ناراضگی کے ساتھ اپنا ردعمل بھی ظاہر کیا ہے۔ آکس (آسٹریلیا، برطانیہ اور امریکہ) معاہدے کی تفصیلات سوموار کے روز سان ڈیاگو میں منظر عام پر آئیں، جس کے مطابق بحر ہند اور بحرالکاہل کے علاقے میں چینی فوج کی توسیع کا مقابلہ کرنے کے لیے آسٹریلیا، برطانیہ اور امریکہ نے ایک دور رس دفاعی اور سلامتی اتحاد قائم کیا ہے۔ اس سہ فریقی اتحاد کے بارے میں بیجنگ نے سنگین الزامات لگائے ہیں اور اس اتحاد کو 'خطرناک راستے پر گامزن ہونا، عالمی برادری کے خدشات کو نظر انداز کرنا' اور یہاں تک کہ 'ہتھیاروں کی نئی دوڑ اور جوہری پھیلاؤ کا خطرہ پیدا کرنا' قرار دیا ہے۔ جب سے امریکی کانگریس کی رہنما نینسی پلوسی نے گذشتہ موسم گرما میں تائیوان کا اپنا متنازع دورہ کیا، اس وقت سے چین نے مغربی اقدامات پر اسی قدر شدید ناپسندیدگی کا اظہار کیا ہے۔ چین دنیا کا سب سے زیادہ آبادی والا ملک ہے اور اس کے پاس دنیا کی سب سے بڑی فوج اور بحریہ ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ وہ مغربی بحرالکاہل میں امریکہ اور اس کے اتحادیوں کی طرف سے 'محصور' محسوس کرنے لگا ہے۔ صدر شی جن پنگ نے حال ہی میں اعلان کیا کہ چین اپنے دفاعی اخراجات میں اضافہ کرے گا اور اس کی وجہ آنے والے برسوں میں قومی سلامتی سے متعلق بنیادی خدشات ہیں۔ ایسی صورتحال میں یہ کوئی حیرت کی بات نہیں کہ جب برطانیہ کے وزیر اعظم رشی سونک نے رواں ہفتے یہ کہا کہ سامنے ایک خطرناک دہائی ہے اور بڑھتے ہوئے سکیورٹی چیلنجز سے نمٹنے کے لیے تیار رہنے کی ضرورت ہے۔ تو پھر آخر ہم اس مقام تک کیسے پہنچے اور کیا دنیا چین اور امریکہ اور اس کے اتحادیوں کے درمیان بحرالکاہل میں ایک تباہ کن تنازعے کے قریب پہنچ رہی ہے؟

مغرب نے چین کے بارے میں غلط اندازہ لگایا۔ برسوں تک مغربی ممالک کی خارجہ وزارتوں نے ایک بھولا بھالا مفروضہ بنا رکھا تھا کہ چین کی اقتصادی آزادی، معاشرے اور سیاسی آزادی کا باعث بنے گی۔ جب مغربی ملٹی نیشنل کمپنیاں مشترکہ منصوبے قائم کرنے لگیں اور کروڑوں چینی شہری اعلیٰ معیار زندگی سے لطف اندوز ہونے لگے تو یقیناً یہ دلیل سامنے آئی کہ چینی کمیونسٹ پارٹی (سی سی پی) آبادی پر اپنی گرفت ڈھیلی کر دے گی اور کچھ معمولی جمہوری اصلاحات کی اجازت دے گی اور اس طرح چین نام نہاد 'اصولوں پر مبنی بین الاقوامی نظام' کا مکمل رکن بن جائے گا لیکن ایسا نہیں ہوا۔

البتہ چین ایک اقتصادی دیو قامت قوت بن گیا جو عالمی سپلائی چین کا ایک اہم، اٹوٹ حصہ ہے اور پوری دنیا کے ممالک کے لیے سب سے اہم تجارتی پارٹنر بھی ہے لیکن اس کو جمہوریت اور لبرلائزیشن کی طرف موڑنے کی بجائے، بیجنگ نے ایک ایسا راستہ اختیار کیا جس نے مغربی حکومتوں اور اس کے بہت سے پڑوسیوں جیسے جاپان، جنوبی کوریا اور فلپائن وغیرہ کو پریشان کر دیا۔ مثال کے طور پر پریشانی کی کیا وجوہات ہیں؟ فہرست طویل ہے لیکن چین اور مغرب کے درمیان تنازعے کی اہم وجوہات مندرجہ ذیل ہیں:

تائیوان: چین نے بارہا اس عزم کا اظہار کیا کہ وہ ضرورت پڑنے پر طاقت کے ذریعے اس خودمختار جزیرے پر قبضہ کر لے گا جبکہ دوسری جانب امریکی صدر جو بائیڈن نے کہا کہ امریکہ اس (تائیوان) کے دفاع میں آئے گا حالانکہ امریکہ کی چین سے متعلق سرکاری پالیسی فوجی کارروائی کا عہد نہیں کرتی۔ بحیرہ جنوبی چین: حالیہ برسوں میں چین نے بحیرہ جنوبی چین کے کچھ حصوں کو اپنی نوآبادیات بنانے کے لیے اپنی بڑی بحریہ کا استعمال کیا اور اسے بین الاقوامی قوانین کے خلاف اپنا علاقہ کہا ہے۔

ٹیکنالوجی: چین پر یہ الزام لگایا جا رہا ہے کہ وہ خفیہ طور پر وسیع پیانے پر ذاتی ڈیٹا کے حصول کے ساتھ ساتھ تجارتی فائدہ حاصل کرنے کے لیے دانشورانہ املاک کی چوری کر رہا ہے۔

ہانگ کانگ: بیجنگ نے سابقہ برطانوی کالونی میں جمہوریت کو کامیابی سے کچل دیا اور کارکنوں کو طویل جیل کی سزائیں سنائی ہیں۔

اویغور مسلمان: سیٹلائٹ ڈیٹا اور عینی شاہدین کے اکاؤنٹس اس بات کی نشاندہی کرتے ہیں کہ سنکیانگ صوبے کے کیمپوں میں دس لاکھ تک اویغور مسلمانوں کو جبری نظر بند کیا گیا۔

فوجی طور پر چین آج ایک ایسی طاقت ہے جس کا لوہا مانا جاتا ہے۔ حالیہ برسوں میں اس کی فوج پیپلز لبریشن آرمی نے ٹیکنالوجی کے ساتھ ساتھ اپنی تعداد میں بھی بہت زیادہ اضافہ کیا۔ مثال کے طور پر چین کے ڈونگ فینگ ہائپرسونک میزائل ماچ 5 جو آواز کی رفتار سے پانچ گنا زیادہ رفتار سے سفر کر سکتے ہیں اور وہ زیادہ دھماکہ خیز مواد یا جوہری وار ہیڈ سے لیس ہے۔ اس بات نے جاپان کے شہر یوکوسوکا میں واقع امریکی بحریہ کے ساتویں بحری بیڑے کو یہ سوچنے پر مجبور کیا کہ وہ ساحل پر موجود چین کے بڑے پیانے پر میزائلوں کی بیٹریوں تک پہنچنے کے خطرے کے لیے کس حد تک تیار ہیں۔ جوہری بیلسٹک میزائلوں کے معاملے میں بھی چین نے تیزی سے توسیع کا پروگرام شروع کیا، جس کا مقصد اپنے وار ہیڈز کی تعداد کو تین گنا بڑھانا ہے کیونکہ وہ دور دراز کے مغربی علاقوں میں نئے ٹھکانے بنا رہا ہے۔ فوجی طور پر چین آج ایک ایسی طاقت ہے جس کا لوہا مانا جاتا ہے۔ حالیہ برسوں میں اس کی فوج پیپلز لبریشن آرمی نے ٹیکنالوجی کے ساتھ ساتھ اپنی تعداد میں بھی بہت زیادہ اضافہ کیا۔ مثال کے طور پر چین کے ڈونگ فینگ ہائپرسونک میزائل ماچ 5 جو آواز کی رفتار سے پانچ گنا زیادہ رفتار سے سفر کر سکتے ہیں اور وہ زیادہ دھماکہ خیز مواد یا جوہری وار ہیڈ سے لیس ہے۔ اس بات نے جاپان کے شہر یوکوسوکا میں واقع امریکی بحریہ کے ساتویں بحری بیڑے کو یہ سوچنے پر مجبور کیا کہ وہ ساحل پر موجود چین کے بڑے پیانے پر میزائلوں کی بیٹریوں تک پہنچنے کے خطرے کے لیے کس حد تک تیار ہیں۔ جوہری بیلسٹک میزائلوں کے معاملے میں بھی چین نے تیزی سے توسیع کا پروگرام شروع کیا، جس کا مقصد اپنے وار ہیڈز کی تعداد کو تین گنا بڑھانا ہے کیونکہ وہ دور دراز کے مغربی علاقوں میں نئے ٹھکانے بنا رہا ہے۔ فوجی طور پر چین آج ایک ایسی طاقت ہے جس کا لوہا مانا جاتا ہے۔ حالیہ برسوں میں اس کی فوج پیپلز لبریشن آرمی نے ٹیکنالوجی کے ساتھ ساتھ اپنی تعداد میں بھی بہت زیادہ اضافہ کیا۔ مثال کے طور پر چین کے ڈونگ فینگ ہائپرسونک میزائل ماچ 5 جو آواز کی رفتار سے پانچ گنا زیادہ رفتار سے سفر کر سکتے ہیں اور وہ زیادہ دھماکہ خیز مواد یا جوہری وار ہیڈ سے لیس ہے۔ اس بات نے جاپان کے شہر یوکوسوکا میں واقع امریکی بحریہ کے ساتویں بحری بیڑے کو یہ سوچنے پر مجبور کیا کہ وہ ساحل پر موجود چین کے بڑے پیانے پر میزائلوں کی بیٹریوں تک پہنچنے کے خطرے کے لیے کس حد تک تیار ہیں۔ جوہری بیلسٹک میزائلوں کے معاملے میں بھی چین نے تیزی سے توسیع کا پروگرام شروع کیا، جس کا مقصد اپنے وار ہیڈز کی تعداد کو تین گنا بڑھانا ہے کیونکہ وہ دور دراز کے مغربی علاقوں میں نئے ٹھکانے بنا رہا ہے۔ فوجی طور پر چین آج ایک ایسی طاقت ہے جس کا لوہا مانا جاتا ہے۔ حالیہ برسوں میں اس کی فوج پیپلز لبریشن آرمی نے ٹیکنالوجی کے ساتھ ساتھ اپنی تعداد میں بھی بہت زیادہ اضافہ کیا۔ مثال کے طور پر چین کے ڈونگ فینگ ہائپرسونک میزائل ماچ 5 جو آواز کی رفتار سے پانچ گنا زیادہ رفتار سے سفر کر سکتے ہیں اور وہ زیادہ دھماکہ خیز مواد یا جوہری وار ہیڈ سے لیس ہے۔ اس بات نے جاپان کے شہر یوکوسوکا میں واقع امریکی بحریہ کے ساتویں بحری بیڑے کو یہ سوچنے پر مجبور کیا کہ وہ ساحل پر موجود چین کے بڑے پیانے پر میزائلوں کی بیٹریوں تک پہنچنے کے خطرے کے لیے کس حد تک تیار ہیں۔ جوہری بیلسٹک میزائلوں کے معاملے میں بھی چین نے تیزی سے توسیع کا پروگرام شروع کیا، جس کا مقصد اپنے وار ہیڈز کی تعداد کو تین گنا بڑھانا ہے کیونکہ وہ دور دراز کے مغربی علاقوں میں نئے ٹھکانے بنا رہا ہے۔

بہر حال ان میں سے کوئی بھی چیز یہ واضح نہیں کرتی کہ چین جنگ کرنا چاہتا ہے۔ وہ ایسا نہیں چاہتا ہے۔ جب تائیوان کی بات آئے گی تو وہ اس پر اتنا دباؤ ڈالنے کو ترجیح دے گا کہ وہ بغیر کوئی گولی داغے بیجنگ کی حکمرانی کو تسلیم کر لے اور جہاں تک ہانگ کانگ اور اویغور کا معاملہ ہے تو وہ یہ جانتا ہے کہ وقت کے ساتھ ساتھ تنقید ختم ہو جائے گی کیونکہ چین کے ساتھ تجارت باقی دنیا کے لیے بہت اہم ہے۔ لہٰذا، اگرچہ ابھی تناؤ بہت زیادہ ہے اور ٹکراؤ کے مزید مرحلے آنے والے ہیں لیکن چین اور مغرب یہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ بحرالکاہل میں جنگ ہر ایک کے لیے تباہ کن ہو گی اور غصے میں ہونے والی بیان بازی کے باوجود یہ قطعی طور پر کسی کے بھی مفاد میں نہیں۔ بہر حال ان میں سے کوئی بھی چیز یہ واضح نہیں کرتی کہ چین جنگ کرنا چاہتا ہے۔ وہ ایسا نہیں چاہتا ہے۔ جب تائیوان کی بات آئے گی تو وہ اس پر اتنا دباؤ ڈالنے کو ترجیح دے گا کہ وہ بغیر کوئی گولی داغے بیجنگ کی حکمرانی کو تسلیم کر لے اور جہاں تک ہانگ کانگ اور اویغور کا معاملہ ہے تو وہ یہ جانتا ہے کہ وقت کے ساتھ ساتھ تنقید ختم ہو جائے گی کیونکہ چین کے ساتھ تجارت باقی دنیا کے لیے بہت اہم ہے۔ لہٰذا، اگرچہ ابھی تناؤ بہت زیادہ ہے اور ٹکراؤ کے مزید مرحلے آنے والے ہیں لیکن چین اور مغرب یہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ بحرالکاہل میں جنگ ہر ایک کے لیے تباہ کن ہو گی اور غصے میں ہونے والی بیان بازی کے باوجود یہ قطعی طور پر کسی کے بھی مفاد میں نہیں۔ بہر حال ان میں سے کوئی بھی چیز یہ واضح نہیں کرتی کہ چین جنگ کرنا چاہتا ہے۔ وہ ایسا نہیں چاہتا ہے۔ جب تائیوان کی بات آئے گی تو وہ اس پر اتنا دباؤ ڈالنے کو ترجیح دے گا کہ وہ بغیر کوئی گولی داغے بیجنگ کی حکمرانی کو تسلیم کر لے اور جہاں تک ہانگ کانگ اور اویغور کا معاملہ ہے تو وہ یہ جانتا ہے کہ وقت کے ساتھ ساتھ تنقید ختم ہو جائے گی کیونکہ چین کے ساتھ تجارت باقی دنیا کے لیے بہت اہم ہے۔ لہٰذا، اگرچہ ابھی تناؤ بہت زیادہ ہے اور ٹکراؤ کے مزید مرحلے آنے والے ہیں لیکن چین اور مغرب یہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ بحرالکاہل میں جنگ ہر ایک کے لیے تباہ کن ہو گی اور غصے میں ہونے والی بیان بازی کے باوجود یہ قطعی طور پر کسی کے بھی مفاد میں نہیں۔

//////////

وطن سرینگر

اچھا ماحول بنائیے

اس دنیا کے ماحول کو خراب کرنے میں ہماری بدعملی اور بے عملی کا بھی بڑا دخل ہے، یہ جو روئے زمین پر گناہ کے کام ہو رہے ہیں، ایمان سوز واقعات ہمارے سامنے آ رہے ہیں، کسی دن کا اخبار اٹھا کر دیکھ ڈالیے اس میں قتل وزنا، فحاشی وبدکاری اور جرائم کے واقعات کثرت سے آپ کو ملیں گے، اس کی بنیادی وجہ ماحول کی خرابی ہے، انسان جس ماحول میں زندگی گذار رہا ہے، اس سے وہ اپنے کو الگ تھلگ نہیں کر سکتا، بے نمازی کے ماحول میں رہ کر پابند صلوٰۃ لوگوں کی نماز کے چھوٹ جانے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے، کوئلے کی کان کے پاس سے گذرنے سے کپڑے کالے ہوتے ہیں اور پھول کی کیاریوں سے گذریے تو کپڑوں میں پھول کی خوشبو رچ بس جاتی ہے، نیکوں کی صحبت سے جو ماحول بنتا ہے وہ دل و دماغ کو نیکیوں کی طرف راغب کرتا ہے اور بدوں کی صحبت بدی کی طرف مائل کرتی ہے؛ اس لیے سماج کے ماحول کو بنانے کی ضرورت ہے۔ ماحول سازی کا یہ کام سماج میں رہ رہے ہر انسان کی ذمہ داری ہے۔ البتہ ایک داعی قوم ہونے کی وجہ سے مسلمانوں کی زیادہ ذمہ داری بنتی ہے، مسلمانوں میں بھی چوں کہ علماء وارث انبیاء ہیں، ان کے پاس دینی علوم ومعارف کا خزانہ ہے، اس لیے ان کی پہلی ذمہ داری ہے کہ وہ لوگوں کو بتائیں کہ دنیا کے ماحول کو صرف فضائی آلودگی ہی سے خطرہ نہیں ہے، ہماری بدعملی سے بھی خطرات لاحق ہیں، اس لیے ہمیں اپنے اعمال کی اصلاح کی فکر کرنی چاہیے اور اچھے سماج کے بنانے میں معاونت کرنی چاہیے، پورے ماحول کو خدا بیزاری سے بچانا اور دہریوں کو ایمان کے راستے پر لگانا ایک بڑا کام ہے، ماحول سازی کا کام ہمیں مذہب کی بنیادی تعلیمات سے شروع کرنا چاہیے، لوگوں کو بتانا چاہیے کہ خدا بیزاری اور دین سے دور ہونے کے دنیوی اور اخروی نقصانات کیا ہیں، اور کس طرح اس کی وجہ سے ہماری زندگی اجیرن بنتی جا رہی ہے۔ ذات برادری کی لعنت، طبقاتی، نسلی، لسانی عصبیت اور اپنے مفاد کے لیے دوسروں کے مفاد کو داؤ پر لگانے کی ہوڑ نے ہماری سماجی زندگی کو کس طرح جہنم بنا کر رکھ دیا ہے۔

اس قربت کے لیے ضروری ہے کہ اصلاح کرنے والا لوگوں کو خوش خبری سنائے، رغبت دلائے، اللہ سے ملاقات اور جنت کے حصول کے طریقے بتائے، جو لوگ جہنم کی ہولناکیوں سے متاثر ہوں، انہیں جہنم کے بارے میں بتایا جائے کہ اللہ تعالیٰ نے اسے کن لوگوں کے لیے تیار کیا ہے، یعنی وہ بشیر بھی ہو اور نذیر بھی ہو، اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی یہ صفت خاص طور سے بیان کی گئی کہ تمام لوگوں کے لیے آپ کو بشیر اور نذیر بنا کر بھیجا گیا۔ دنیا کے سارے کام میں تربیت اور سیکھنے کی ضرورت ہوتی ہے، اچھا ماحول بنانے کا کام کار نبوت ہے، ظاہر ہے اس کام کو بھی سیکھنے کی ضرورت ہے، سیکھنے کے لیے اس کے پاس جانا ہوگا، جس کے ورک شاپ میں یہ چیز ملتی ہو، یہ دوکان اولیاء اللہ بزرگان دین، مصلحین، مبلغین اور دعاۃ حضرات نے لگا رکھی ہے، یہ سوچنا قطعاً صحیح نہیں ہے کہ "وہ جو بیچتے تھے دوائے دل وہ دوکان اپنی بڑھا گیے" دوکان بڑھی نہیں ہے، موجود ہے اور قیامت تک موجود رہے گی، کیونکہ اللہ تعالیٰ نے ایمان والوں کو تقویٰ کے ساتھ صدیقین کی صحبت اختیار کرنے کا حکم دیا ہے، اس لیے صدیقین کی جماعت قیامت تک ختم نہیں ہوسکتی، ضرورت طلب کی ہے، جستجو کی ہے۔ تجربات ومشاہدات بتاتے ہیں کہ دعوت وتبلیغ کی محنت، مدارس اسلامیہ کی تعلیم وتربیت، صالح اور صحیح العقیدہ پیر ومرشد کی صحبت، اپنی زندگی کو خیر کے لائن پر ڈالنے، دوسروں کو راہ راست پر لانے اور اچھا ماحول بنانے میں اکسیر کا درجہ رکھتی ہے، ضرورت اس بات کی ہے کہ سماج کو صالح رخ دینے اور اچھا ماحول بنانے کے لیے ہر طبقہ کے لوگ آگے آئیں، اور اس کام میں اپنی حصہ داری نبھائیں۔

The Urdu Daily
WATTAN
وطن
سرینگر

باقیات

101

بورڈ کے ذریعہ کئے گئے ہیں، بتاتے ہیں کہ متاثرین کی موت کھائی میں گرنے سے ہوئی۔ پوسٹ مارٹم میں شامل ایک سینئر اہلکار نے واضح کیا کہ ابتدائی نتائج کو پوسٹ مارٹم کے دن ہی پولیس کے ساتھ شیئر کیا گیا تھا، لیکن ویزرا رپورٹ آنے تک حتمی نتائج کو روکا جائے گا۔ انہوں نے کہا "ویزیرا کے نمونے مزید تجزیہ کے لیے چنڈی گڑھ کی فرانزک سائنس لیبارٹری میں بھیجے گئے ہیں"۔ حکام نے مزید کہا کہ مرنے والوں میں سے دو کو سر پر چوٹیں آئی ہیں، جس کا امکان تقریباً **300** فٹ گہری کھائی میں گرنے سے ہوا ہے۔ تیسرے شکار کو اس کے بائیں کندھے کو عروقی نقصان پہنچا، جو ممکنہ طور پر موسم خزاں کے دوران درختوں کی شاخوں کی وجہ سے ہوا۔ ابتدائی نتائج میں گولی کے زخم یا تیز دھار ہتھیاروں سے کوئی زخم نہیں دکھایا گیا ہے۔ اہلکار نے مزید کہا کہ اگر کوئی دہشت گرد گروہ ملوث ہوتا تو وہ اب تک ذمہ داری قبول کر چکے ہوتے۔ دریں اثناء ایس ایس پی کٹھوعہ شوبھت سکسینہ نے میڈیا کو بتایا کہ تفتیش ابھی جاری ہے۔ انہوں نے کہا کہ ہمیں پوسٹ مارٹم رپورٹ مل گئی ہے لیکن جب تک کیس ختم نہیں ہو جاتا ہم اس کے نتائج پر تبصرہ نہیں کر سکتے۔ کٹھوعہ کے راج باغ علاقے سے لاپتہ دو گجر لڑکوں کے بارے میں، ایس ایس پی کٹھوعہ شوبھت سکسینہ نے تصدیق کی کہ ان کا سراغ لگانے کی کوششیں جاری ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ہم نے ان کا سراغ لگانے کیلئے پولیس کی سرشار ٹیمیں تشکیل دی ہیں۔ لڑکوں نے خاندانی مسائل کی وجہ سے گھر چھوڑ دیا، اور ان کے اہل خانہ نے دس دن بعد پولیس کو معاملے کی اطلاع دی۔ پولیس ریکارڈ کے مطابق، **15** سالہ دین راجباغ کے ہردو مٹھی کے رہنے والے سوارو کا بیٹا، **27** فروری کو تقریباً دو کلومیٹر دور پتروال گاؤں، مرہین میں اپنی بہن کے ساتھ رہنے کے لیے گھر سے نکلا۔ اگلے دن، وہ اپنے **12** سالہ بھتیجے رحمت علی، ولد مکن دین کو اپنے گاؤں میں شادی کی تقریب میں شرکت کے لیے لے گیا۔ اس کے بعد لڑکے مویشی چرانے نکلے اور تب سے نظر نہیں آئے۔ پولیس ٹیمیں اس معاملے کی سرگرمی سے تحقیقات کر رہی ہیں اور لاپتہ بچوں کے بارے میں معلومات رکھنے والے کسی کو آگے آنے کی تاکید کر رہی ہے۔ اس کے بعد لڑکے مویشی چرانے نکلے اور تب سے نظر نہیں آئے۔ پولیس ٹیمیں اس معاملے کی سرگرمی سے تحقیقات کر رہی ہیں اور لاپتہ بچوں کے بارے میں معلومات رکھنے والے کسی کو آگے آنے کی تاکید کر رہی ہے۔

102

رہا جبکہ محکمہ موسمیات نے سنیچر کی شام اور **16** مارچ سے موسم میں بہتری آنے کی امید کا اظہار کیا ہے۔ ادھر سیاحتی مقامات گلمرگ، پہلگام اور سونہ مرگ کے ساتھ ساتھ اننت ناگ، کولگام، شوپیاں اور پلوامہ اضلاع کے میدانی علاقوں میں برف باری ہوئی ہے۔ ذرائع سے معلوم ہوا ہے کہ شمالی کشمیر کے قصبہ گریز اور ضلع کپوارہ کے کئی بالائی علاقوں میں بھی تازہ برف باری ہوئی ہے۔ ادھر محکمہ موسمیات کے مطابق قاضی گنڈ میں گذشتہ چوبیس گھنٹوں کے دوران سب سے زیادہ **47.4** ملی میٹر بارش ریکارڈ ہوئی ہے جبکہ گرمائی سری نگر میں اس دوران **18.7** ملی میٹر بارش ریکارڈ ہوئی ہے۔ جبکہ گلمرگ میں گذشتہ چوبیس گھنٹوں کے دوران **13.7** سینٹی میٹر برف ریکارڈ ہوئی ہے جبکہ وادی کے دوسرے سیاحتی مقام پہلگام میں اس دوران **14** سینٹی میٹر برف جمع ہوئی ہے۔ دریں اثناء محکمہ موسمیات نے کہا ہے کہ اگرچہ **16** مارچ کو کہیں کہیں پر بارشیں اور ہلکی برفباری ہوسکتی ہے البتہ **17** مارچ سے **24** مارچ تک موسم بالکل خشک رہ سکتا ہے۔

103

دینا آخری مراحل میں ہے اور یقین دہانی کرائی کہ اس کو مکمل کرتے ہی امتحان منعقد کیا جائے گا۔ سی این آئی کے مطابق وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے جموں کشمیر ایڈمنسٹریٹو سروس "جے کے اے ایس) محکمانہ امتحانات میں تاخیر کو تسلیم کرتے ہوئے یقین دلایا کہ یہ عمل تقریباً مکمل ہو چکا ہے۔ ایکس پر ایک پوسٹ میں انہوں نے لکھا "ایک معزز ممبر اسمبلی کے ذریعہ اٹھائے گئے ایک سوال کے قانون ساز اسمبلی میں اپنے حالیہ جواب میں، میں نے **JKAS** کے محکمانہ امتحانات میں تاخیر کو تسلیم کیا لیکن یقین دلایا کہ یہ عمل مکمل ہونے کے قریب ہے"۔ عمر عبداللہ نے لکھا "ان امتحانات کیلئے نصاب کو حتمی شکل دینا آخری مراحل میں ہے، جس کے بعد امتحانات کا انعقاد کیا جائے گا"۔

104

اس دوران جاری بجٹ سیشن **2025** کیلئے جاری کردہ عارضی کیلنڈر پر تفصیلی غور و خوض کیا گیا۔ قانون ساز بشمول سنیل کمار شرما (اپوزیشن کے رہنما)، علی محمد ساگر، مبارک گل، محمد یوسف تاریگامی، غلام احمد، میر محمد فیاض اور چودھری محمد اکرم نے اس اجلاس میں دلچسپی پیدا کرنے کیلئے اپنی قیمتی تجاویز پیش کیں۔ سیکرٹری جموں و کشمیر قانون ساز اسمبلی منوج کمار پنڈت اور اسمبلی سیکرٹریٹ کے دیگر سینئر افسران بھی اس اجلاس میں شریک ہوئے۔ قانون ساز بشمول سنیل کمار شرما (اپوزیشن کے رہنما)، علی محمد ساگر، مبارک گل، محمد یوسف تاریگامی، غلام احمد، میر محمد فیاض اور چودھری محمد اکرم نے اس اجلاس میں دلچسپی پیدا کرنے کیلئے اپنی قیمتی تجاویز پیش کیں۔ سیکرٹری جموں و کشمیر قانون ساز اسمبلی منوج کمار پنڈت اور اسمبلی سیکرٹریٹ کے دیگر سینئر افسران بھی اس اجلاس میں شریک ہوئے۔

105

ذرائع جیسے مرکزی طور پر اسپانسر شدہ اسکیمیں پی ایم جی ایس وائی اور سی آر آئی ایف، نابارڈ امداد اور سڑکوں اور پلوں کیلئے یوٹی سیکٹر فنڈنگ سے مالی اعانت ملتی ہے۔ جموں و کشمیر میں انڈسٹریز کا تذکرہ کرتے ہوئے نائب وزیر اعلیٰ نے کہا کہ خطے میں سب سے زیادہ روزگار کی انڈسٹریز فراہم کرتی ہے۔ اُنہوں نے کہا کہ جموں و کشمیر میں **7.10** لاکھ ایم ایس ایم ایز موجود ہیں جن میں **4.47** ایم ایس ایم ایز اودھیم پورٹل پر رجسٹرڈ ہے۔ اُنہوں نے کہا کہ انڈسٹریز جموں و کشمیر کی **8** فیصد اقتصادی تعاون پیش کرتی ہے جبکہ **90** فیصد لوگ ایم ایس ایم ایز میں کام کرتے ہیں۔ اُنہوں نے کہا کہ انڈسٹریز کو مزید فوقیت دینے کے لئے **46** انڈسٹریل اسٹیٹس قائم کئے جائیں گے جبکہ اس وقت **64** انڈسٹریل اسٹیٹس کام کر رہی ہیں۔ نائب وزیر اعلیٰ نے مائننگ محکمہ کا تذکرہ کرتے ہوئے کہا کہ غیر قانونی کان کنی کو روکنے کے لئے محکمہ جدید ٹیکنالوجی جیسے ڈرون مانیٹرنگ، جی پی ایس ٹریکنگ اور ریئل ٹائم اور ڈیجیٹل نگرانی کر رہی ہے جسے اس غیر قانونی کام کو روکا جا سکے۔ اُنہوں نے کہا کہ **2024**ء میں محکمہ نے **440** گاڑیوں کو غیر قانونی کان کنی کی پاداش میں ضبط کیا اور اُن کے خلاف **145** ایف آئی آر درج کئے گئے جس کی بدولت محکمہ نے **10.12** کروڑ جرمانہ عائد کیا۔ سکل ڈیولپمنٹ محکمہ کا تذکرہ کرتے ہوئے نائب وزیر اعلیٰ کہا کہ آئی ٹی آئیز میں مزید نئے کورسز متعارف کئے جائیں گے۔ نائب وزیر اعلیٰ نے ایوان کو اپنے ماتحت محکموں کے لئے پاس کی گئی گرانٹس کے بارے میں تفصیلی رپورٹ پیش کی۔ گرانٹ کے مطالبات پر کٹ موشن کو بعد میں قانون سازوں نے واپس لے لیا۔ قانون ساز نذیر احمد گریزی، میاں مہر علی، سرجیت سنگھ سلاتھیہ، جی اے میر، علی محمد ڈار، غلام محی الدین میر، ورشن کمار، محمد یوسف تاریگامی، نظام الدین بٹ، میر محمد فیاض، شوکت احمد غنی، مظفر اقبال خان، چندر پرکاش گنگا، سیف الدین بٹ، ریاض احمد خان، محراج ملک، چودھری محمد اکرم، پیارے لال شرما، شکتی راج پریہار، وحید الرحمان پرے، انجینئر خورشید احمد، جاوید احمد مرچال، شبیر احمد قلی، وکرم رندھاوا سنگھ، ڈاکٹر رامیشور سنگھ، ارشاد رسول کار، پون گپتا، عرفان حفیظ لون، شیخ خورشید، ارجن سنگھ راجو، جاوید احمد چودھری اور بلدیو راج شرما نے گرانٹ کی طلب کے دوران کے دوران بات کی اور ان کی متعلقہ اجزاء کے معاملات اٹھائے۔ بعد میں ایوان نے صوتی ووٹ کے ذریعے نائب وزیر اعلیٰ کی طرف سے پیش کی گئی مطالبات زر گرانٹس منظور کی۔

106

روڈا اور سنتھن ٹاپ روڈ تا حال بند ہیں۔

107

کہا کہ ٹیمیں عید الفطر سے قبل اشیائے ضروریہ کی قیمتوں پر نظر رکھنے کے لیے بازاروں کا معائنہ کر رہی ہیں۔

108

دوران اٹھائے گئے قائد حزب اختلاف نے کہا بلاور کٹھوعہ میں تین افراد کی نعشیں برآمد ہونے دو کے پُر اسرار طور پر لاپتہ ہونے کے بارے میں بھی وزیر داخلہ کے ساتھ ملاقات کی گئی اور ان سے مطالبہ کیا گیا کہ ایسے واقعات سے جموں صوبہ کو نجات دلانے کے لئے سنجیدگی کے ساتھ اقدامات اٹھائے جائے۔ سنیل شرما نے کہا وزیر داخلہ نے انہیں یقین دلایا کہ سرکار خاموش تماشائی نہیں بنی ہوئی ہے۔ انہوں نے کہا کہ وزیر داخلہ نے کہا کہ عسکریت پسندوں کا کافیہ حیات تنگ کیا جارہا ہے اور عنقریب اس کے مثبت نتائج برآمد ہونگے۔ ریل پروجیکٹ کے مکمل ہونے کے سوال کا جواب دیتے ہوئے سنیل شرما نے کہا کہ جموں ریلوے پروجیکٹ کی تیاری آخری مرحلے میں ہے او روادی کشمیر میں پانچ نئے ریلوے پروجیکٹ ہیاتھ میں لئے جا رہے ہے اسکے علاوہ بانہال، بارہمولہ ریل پٹری کو کشادہ کیا جارہا ہے دو لائنوں میں تبدیل کی جارہی ہے۔ انہوں نے کہا کہ مرکزی حکومت کے پروجیکٹوں کو مکمل کرنے کے لئے اقدامات اٹھائے جائینگے۔ بزنس رولز کے بارے میں پوچھے گئے سوال کا جواب دیتے ہوئے انہوں نے کہا کابینہ میں انہوں نے اپنا کام کیا اب لیفٹننٹ گورنر کی یہ آئینی ذمہ داری ہیں وہ جب چاہئے اس بزنس رولز کو عملانے کے لئے منظوری دے دینگے وہ جب چاہئے اس بزنس رولز کو عملانے کے لئے منظوری دے دینگے انہوں نے کہا کابینہ میں انہوں نے اپنا کام کیا اب لیفٹننٹ گورنر کی یہ آئینی ذمہ داری ہیں وہ جب چاہئے اس بزنس رولز کو عملانے کے لئے منظوری دے دینگے وہ جب چاہئے اس بزنس رولز کو عملانے کے لئے منظوری دے دینگے۔ جموں صوبہ کے ساتھ بی جے پی کے پارٹی کے ساتھ سوتیلی ماں کا سلوک رواں رکھنے کے الزام کے بارے میں حزب اختلاف کے لیڈر نے کہا کہ نیشنل کانفرنس کی جب جب بھی سرکار جموں و کشمیر میں بنی جموں صوبہ متاثر ہوا وہاں کی تعمیر و ترقی کی طرف توجہ نہیں دے دی گئی۔ یہ سوتیلی ماں کا سلوک آج نہیں بلکہ برسوں سے شروع ہوا ہے۔ اسکے علاوہ بانہال، بارہمولہ ریل پٹری کو کشادہ کیا جارہا ہے دو لائنوں میں تبدیل کی جارہی ہے۔ انہوں نے کہا کہ مرکزی حکومت کے پروجیکٹوں کو مکمل کرنے کے لئے اقداما ت اٹھائے جائینگے۔ بزنس رولز کے بارے میں پوچھے گئے سوال کا جواب دیتے ہوئے انہوں نے کہا کابینہ میں انہوں نے اپنا کام کیا اب لیفٹننٹ گورنر کی یہ آئینی ذمہ داری ہیں وہ جب چاہئے اس بزنس رولز کو عملانے کے لئے منظوری دے دینگے۔ جموں صوبہ کے ساتھ بی جے پی کے پارٹی کے ساتھ سوتیلی ماں کا سلوک رواں رکھنے کے الزام کے بارے میں حزب اختلاف کے لیڈر نے کہا کہ نیشنل کانفرنس کی جب جب بھی سرکار جموں و کشمیر میں بنی جموں صوبہ متاثر ہوا وہاں کی تعمیر و ترقی کی طرف توجہ نہیں دے دی گئی۔ یہ سوتیلی ماں کا سلوک آج نہیں بلکہ برسوں سے شروع ہوا ہے۔

109

سرینگر کے دونوں شہروں میں یہاں ان بسوں کو چلانے کیلئے طریقوں اور انفراسٹرکچر کی ضرورت کا نوٹس لیا۔ انہوں نے ڈپو کی ترقی، چارجنگ اسٹیشنوں اور اس پبلک ٹرانسپورٹ سسٹم کو چلانے کیلئے آپریشنل اخراجات کے طور پر بنانے کے اخراجات کے بارے میں بھی استفسار کیا۔ مسٹر ڈولو نے حکومت سے اخراجات کا کچھ بوجھ ڈالنے کیلئے نیشنل کلین ایئر پروگرام (این سی اے پی) کے علاوہ ان بسوں کے رکھ رکھاؤ کیلئے فنڈ حاصل کرنے کیلئے تمام اختیارات کی تلاش کیلئے مشورہ دیا۔ انہوں نے سرینگر میں ہمنہ اور جموں میں بھگوتی نگر میں ان بسوں کیلئے ڈپو کے قیام کیلئے محکمہ کے منصوبوں کا بھی جائزہ لیا۔ انہوں نے محکمہ خزانہ کو مشورہ دیا کہ وہ ان گاڑیوں کے کام کیلئے فنڈز کی ضرورت کا جائزہ لیں۔ اس سے قبل پرنسپل سیکرٹری محکمہ خزانہ نے یہاں ان بسوں کے آپریشن کے بارے میں اپنی اطلاعات دیں۔

110

بنتا ہے۔ اسی طرح، اقتصادی طور پر کمزور طبقات (**EWS**) زمرے میں، جموں میں **92.3%** سرٹیفکیٹ تقسیم کیے گئے، جب کہ کشمیر کو صرف **7.7%** ملے۔ یہی تفاوت دیگر محفوظ زمروں میں موجود ہے۔ وائس آف انڈیا کے مطابق پیپلز کانفرنس کے چیئرمین سجاد غنی لون نے جموں و کشمیر میں موجودہ ریزرویشن پالیسی پر کڑی تنقید کرتے ہوئے اسے کشمیری بولنے والی آبادی کے خلاف بہت زیادہ تلخ قرار دیا ہے۔ اس پرانی مایوسی کا اظہار کرتے ہوئے جسے انہوں نے ایک "جھٹکا دینے والا" قرار دیا ہے، لون نے استدلال کیا کہ کوٹے کے معاملے میں کشمیر کو ہونے والے نقصان کی حد پہلے کی توقع سے کہیں زیادہ ہے۔ زمرہ سرٹیفکیٹ کے اجراء میں علاقائی تفاوت پر تشویش کو دور کرتے ہوئے، لون نے انکشاف کیا کہ تحفظات کی تقسیم کا جھکاؤ جموں کے حق میں ہے۔ ان کے مطابق یکم اپریل **2023** کے بعد کے اعداد و شمار واضح طور پر خطرناک عدم توازن کی نشاندہی کرتے ہیں۔ جب کہ درج فہرست ذات (ایس سی) زمرہ نے **67,112** سرٹیفکیٹ دیکھے جو خصوصی طور پر جموں میں جاری کیے گئے، کشمیر میں کسی کو بھی نہیں ملا۔ بین الاقوامی سرحد (آئی بی) کیٹیگری کے لیے بھی یہی صورتحال ہے، جہاں جموں کو تمام **551** سرٹیفکیٹ دیے گئے تھے، جس سے کشمیر کو مکمل طور پر خارج کر دیا گیا تھا۔ انہوں نے نشاندہی کی کہ شیڈولڈ ٹرائب (ایس ٹی) کے تحفظات، اگرچہ ایک پسماندہ طبقے کے لیے ہیں، بھی غیر متناسب طور پر مختص کیے گئے ہیں۔ جاری کردہ کل **ST** سرٹیفکیٹس میں سے، جموں نے **4,59,493** حاصل کیے، جب کہ کشمیر کو صرف **79,813** دیے گئے، جو کل کا محض **14.7** فیصد بنتا ہے۔ اسی طرح، اقتصادی طور پر کمزور طبقات (**EWS**) زمرے میں، جموں میں **92.3 %** سرٹیفکیٹ تقسیم کیے گئے، جب کہ کشمیر کو صرف **7.7%** ملے۔ یہی تفاوت دیگر محفوظ زمروں میں موجود ہے، بشمول اصل لائن آف کنٹرول (**ALC**) اور ریزروڈ بیک ورڈ ایریاز کے۔ سجاد لون نے دلیل دی کہ ریزرویشن کا نظام ساختی طور پر کشمیر کے لوگوں، خاص طور پر کشمیری بولنے والی آبادی کے خلاف دھاندلی کا شکار دکھائی دیتا ہے۔ یہاں تک کہ **ST** زمرے کے اندر، کشمیر میں رہنے والوں کو نقصان میں ڈالا گیا ہے، جو جموں میں اپنے ہم منصبوں کے مقابلے میں فوائد کا صرف ایک حصہ حاصل کر رہے ہیں۔ انہوں نے نوٹ کیا کہ اگرچہ **RBA** زمرہ کے اعداد و شمار نسبتاً قریب نظر آتے ہیں، جب آبادی کے فرق کو ایڈجسٹ کیا جاتا ہے، کشمیر اب بھی ہارے ہوئے کے طور پر ابھرتا ہے۔ کشمیر کی آبادی جموں کی آبادی سے تقریباً سات فیصد زیادہ ہونے کے ساتھ، لون نے دلیل دی کہ تعداد میں متناسب تقسیم کی عکاسی ہونی چاہیے تھی، جو کہ واضح طور پر ایسا نہیں ہے۔ مزید خدشات کا اظہار کرتے ہوئے، پیپلز کانفرنس کے چیئرمین نے ان شکایات کو دور کرنے میں تاخیر پر تنقید کی۔ انہوں نے یاد دلایا کہ حکومت نے ان مسائل کا جائزہ لینے کے لیے **10** دسمبر **2024** کو ایک کمیٹی قائم کی تھی۔ تاہم، ابتدائی یقین دہانی کے باوجود کہ پینل چھ ماہ کے اندر اپنی رپورٹ پیش کرے گا، اس کے نتائج کے لیے ابھی تک کوئی واضح ٹائم لائن نہیں ہے۔ فوری اصلاحی اقدامات کا مطالبہ کرتے ہوئے، لون نے اس بات پر زور دیا کہ تمام برادریوں کے لیے انصاف اور منصفانہ نمائندگی کو یقینی بنانے کے لیے موجودہ ریزرویشن پالیسی پر نظر ثانی کی جانی چاہیے۔ ان کے ریمارکس سے جموں و کشمیر میں ریزرویشن فریم ورک پر مزید بحث چھڑنے کی توقع ہے، سیاسی اور سماجی گروپس آنے والے دنوں میں اس معاملے پر اپنا موقف اختیار کریں گے۔

111

کہ چنار ایک تاریخی درخت ہے اور ثقافتی شناخت اور ورثے کی علامت ہے۔ انہوں نے عوام پر زور دیا کہ وہ زیادہ سے زیادہ چنار کے درخت لگائیں اور افسران کو ہدایت دی کہ وہ موجودہ پودوں کے تحفظ اور رکھ رکھاؤ کیلئے تمام ضروری اقدامات اٹھائیں۔ وزیر نے کہا کہ چنار کشمیر کا ایک اثاثہ ہے جو سیاحوں کو راغب کرتا ہے اور زمین کی تزئین کی خوبصورتی کو بڑھاتا ہے۔ وزیر نے جموں و کشمیر میں چنار کے درختوں کے فروغ کیلئے محکمہ جنگلات اور جے اینڈ کے ایف آر آئی کے باہمی تعاون کی کوششوں کی تعریف کی۔ انہوں نے کہا کہ محکمہ جنگلات اور دیگر ایجنسیوں کے ذریعہ موزوں مقامات پر لگائے گئے نئے پودوں کو یقینی طور پر اس ورثے کو زندہ رکھنے اور ترقی کی منازل طے کرنے میں مدد ملے گی۔ چیف سیکرٹری مسٹر اٹل ڈولو نے محکمہ جنگلات کے اس اقدام کی تعریف کی جس کے تحت محکمہ نے جے اینڈ کے میں **28560** چنار کے درختوں کی نشاندہی کی ہے اور شناخت شدہ درخت میں سے ہر ایک کو ڈیجیٹل کیو آر فعال اسٹینلیس پلیٹ کے ساتھ جیوٹیگ کیا گیا ہے۔ شیتل نندا اور سریش کمار گپتا نے زور دے کر کہا کہ چنار کے درختوں کی اہمیت کے بارے میں لوگوں میں شعور اجاگر کرنے کیلئے پودے لگانے کی مہم ضروری ہے۔ محکمہ نے جموں و کشمیر میں چنار ڈے کے موقع پر **1000** چنار کے درخت لگانے کا نشانہ مقرر کیا ہے۔ چنار کے پودوں کو تمام اضلاع میں مفت میں ان تمام لوگوں میں تقسیم کیا جارہا ہے جو اس درخت کو لگانے میں دلچسپی رکھتے ہیں۔

112

میں زیادہ سفر کرنے کی ترغیب دے گا۔ بلاشبہ یہ حکومت پر مالی بوجھ کا باعث بنے گا، لیکن اس سے ہمارے سفر کے معیار اور حفاظت پر سمجھوتہ نہیں ہونا چاہیے۔ کالج جانے والی ایک اور طالبہ سیرت نے کہا کہ حکومت کو چاہیے کہ خواتین کے بس میں سفر کو احترام کے ساتھ اور محفوظ بنایا جائے۔ انہوں نے کہا کہ **2011** کی مردم شماری کے مطابق جموں و کشمیر میں خواتین کی آبادی **59** لاکھ ہے۔ خواتین کی خواندگی میں بھی اضافہ ہوا ہے جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ خواتین کی ایک بڑی تعداد ملازمت اور تعلیم کیلئے بس میں سفر کرتی ہیں۔ ایس آر ٹی سی کے جنرل منیجر شوکت احمد نے تسلیم کیا کہ کارپوریشن کو ریونیو کے نقصانات کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے لیکن انہوں نے یقین ظاہر کیا جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ خواتین کی ایک بڑی تعداد ملازمت اور تعلیم کیلئے بس میں سفر کرتی ہیں۔ ایس آر ٹی سی کے جنرل منیجر شوکت احمد نے تسلیم کیا کہ کارپوریشن کو ریونیو کے نقصانات کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے لیکن انہوں نے یقین ظاہر کیا کہ حکومت مدد فراہم کرے گی۔ کشمیر میں **4000** بڑی بسوں کا بیڑا چلانے والے پرائیویٹ ٹرانسپورٹرز بھی اپنے کاروبار پر پڑنے والے ممکنہ اثرات سے پریشان ہیں۔ کشمیر میں **1000** بسیں چلانے والی بس ٹرانسپورٹرز یونین کے صدر شبیر میٹ نے کہا کہ خواتین کے مفت سفر سے متعلق حکومت کی اسکیم سے ان کی آمدنی پر کوئی اثر نہیں پڑے گا۔

113

بالترتیب **64.3** فیصد اور **60.4** فیصد تک پہنچ گئی، جو یونین ٹیریٹری میں روزگار کے بڑھتے ہوئے مواقع اور اقتصادی سرگرمیوں کو ظاہر کرتی ہے۔ نیشنل کانفرنس کے ایم ایل اے مبارک گل کے ایک سوال کے جواب میں ڈار نے وزیر روزگار سریندر چودھری کی جانب سے کہا کہ جموں و کشمیر میں **2019** سے بے روزگاری کی شرح میں زبردست اضافہ نہیں ہوا ہے۔ جے کے کی **2025** کی اقتصادی سروے رپورٹ کا حوالہ دیتے ہوئے، ڈار نے کہا کہ **2019-20** میں بے روزگاری کی شرح **6.7** فیصد تھی، جو **2020-21** میں **5.9** فیصد، **2021-22** میں **5.2** فیصد، **21** میں **4.4** فیصد اور **20-232** میں اور **2023-24** کم ہو کر رہ گئی۔ "**LFPR** اور **WPR** میں اضافے کے ساتھ بے روزگاری کی شرح میں مسلسل کمی ابدائی پالیسیوں اور اقدامات کی کامیابی کی عکاسی کرتی ہے جس کا مقصد معاشی ترقی کو برقرار رکھنے، بے روزگاری کو مزید کم کرنے، اور **J-K** کے شہریوں کے لیے مجموعی معیار زندگی کو بلند کرنے کے لیے لیبر مارکیٹ کو فروغ دینا ہے۔ روزگار پیدا کرنے کے لیے اٹھائے گئے اقدامات کا ذکر کرتے ہوئے، ڈار نے کہا کہ گزشتہ دو سالوں میں **J-K** پبلک سروس کمیشن اور جے کے سروسز سلیکشن بورڈ کی طرف سے **11,526** انتخاب کیے گئے ہیں- **4,836** (**JKPSC**) کی طرف سے **1,141** اور **JKSSB** کے ذریعے **2023** (**3695**) میں، اور **6,690** اور **JKPSC** کی طرف سے **5690** اور **JKPSC** کے ذریعے (**JKSSB**) **2024** میں۔ ڈار نے کہا کہ نجی شعبے میں، **2022-23** (**15,719**) اور **2023-24** (**29,969**) میں صنعتی شعبے میں **45,688** بے روزگار نوجوانوں کو ملازمتیں فراہم کی گئیں۔ اس کے علاوہ، گزشتہ چار سالوں میں 'مکن'، 'تیجسوانی'، پرائم منسٹرز ایمپلائمنٹ جنریشن پروگرام (**PMEGP**) اور دیہی ایمپلائمنٹ جنریشن پروگرام (**REGP**) جیسی اسکیموں کے ذریعے خود روزگار کے **9.58** لاکھ مواقع پیدا کیے گئے، وزیر نے مزید کہا کہ **2,99,262-2626** میں روزی روٹی کے مواقع پیدا کیے گئے۔ **2022-23** میں **2,83,664**، **2023-24** میں **2,38,675** اور **2024-25** میں اس سال جنوری تک **1,36,165**۔ جاوید ڈار نے کہا کہ مہاتما گاندھی نیشنل رورل ایمپلائمنٹ گارنٹی ایکٹ کے تحت، جنوری **2025** تک **3.01** کروڑ شخصی دن پیدا ہوئے، جس سے **8.07** لاکھ گھرانوں کو روزگار ملا۔ وزیر نے کہا کہ حکومت نے نوجوانوں کی ترقی، صنعت کاری، اور ذریعہ معاش پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے بڑے اقدامات کیے ہیں۔ ڈار نے کہا کہ حکومت نے خود روزگار اور کاروباری شخصیت کے لیے 'مشن یووا' شروع کیا ہے تاکہ ڈھانچہ اور ٹیکنالوجی سے چلنے والے طریقہ کار کے ذریعے پانچ لاکھ ممکنہ کاروباری افراد کی شناخت، مدد اور انہیں بااختیار بنایا جا سکے۔ انہوں نے مزید کہا کہ اس اقدام کے کلیدی اہداف تمام شعبوں میں **1,37,000** سے زیادہ کے کاروباری اداروں کو تخلیق کرنا اور پانچ سالہ پروگرام کے دوران **4.25** لاکھ روزگار کے مواقع پیدا کرنا ہے۔ ڈار نے کہا کہ گزشتہ چار سالوں میں **246** جاب میلے منعقد کیے گئے جن میں **2,760** کمپنیوں کی جانب سے **4,893** تقرریوں کے علاوہ **6,640** امیدواروں کی مہارت کی تربیت کے لیے سفارش کی گئی۔ وزیر نے کہا کہ حکومت مختلف لائن محکموں کے ذریعے ملازمت کے مواقع فراہم کر رہی ہے، انہوں نے مزید کہا کہ اس نے مرکز کے زیر انتظام علاقوں میں مہارت کی ترقی کی تربیت دینا شروع کر دی ہے۔

PUBLIC NOTICE

I ASIFA D/O AB RASHID GANIE R/O GUZARBAL PALPORA SGR WANT APPLY FOR 8TH CLASS DISCHARGE CERTIFICATE OF SCHOOL ISMA AZAM PUBLIC SCHOOL SESSION 2011 .IF ANY BODY HAS ANY OBJECTIONS IN THIS REGARD HE /SHE MAY CONTACT CONCERNED AUTHORITY WITH IN 7 DAYS AFTER THAT NO OBJECTION SHALL BE ENTERTAINED.

. FROM THE OFFICE OF ADVOCATE TUFAIL QADRI

In the case of:
1. TARIQ AHMAD MALIK.
S/O MOHAMMAD ISMAIL MALIK
3. MOHAMMAD ASHRAF WANI S/O MOHAMMAD YOUSAF WANI
4. MOHAMMAD SHAFI MALIK S/O ABDUL AHAD MALIK
ALL R/O,S OF RANBIRGARH PRATABGARH SRINAGAR
[CAVEATORS]
Versus

Public at Large
...Non-Caveator's

In the matter of
Publication for Caveat.

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

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE MEHBOOB AHAD SOFI

In the case of:
1. TARIQ AHMAD TIPLOO S/O ALI MOHAMMAD TIPLOO R/O BANAPORA BATAMALOO SITE AT MOONIN ABAD BATAMALOO
[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

Government of Jammu Kashmir
OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER PWD (R&B) DIVISION SOPORE.

NOTICEINVITINGTENDERS
EXPRESSIONOFINTEREST(EOI(
e-TENDERING/NITNo 117/Sopore/e-tendering/RNB/2024-25 DATE 14-03-2025

For and on behalf of the Expression of Interest(EOI(on percentage bases are invited from approved and eligible Bidders as per Instruction to Bidder (ITB)and Terms of Reference at Annexure-I, The Bidder (Firm/ Consultant/ Agency/ Company(should have the eligibility as per Annexure-II under Eligibility Criteria for each of the following works-;

S. No.	Name of work	Adv. Cost for consultancy	Cost of Tender document	E/ Money	Time for completion	Type of consultancy
1	Providing Consultancy Services for framing of DPR for the road over RiverJehlum Bund from Muslimppeer- Jammia -Dahdar to Wular Lake,	5.00	200./	10,000./	30days	Consultancy

Position ofFund As and when project gets approved by the competent authority

1. The NIT Consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Bill of quantities (B.O.Q.(Setof terms- and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the departmentalwebsitewww.jktenders.gov.inasperschedule ofdates givenbelow;

S.No.	Particulars	Dated
1	Date of Issue of Tender Notice	14. 03.2025
2	Period of Downloading of bidder documents	From 14-03-2025
3	Bid submission Start Date	From 14.03.2025 4;00PM
4	Bid Submission End Date	To 26-03-2025 04;00PM
5	Date and time of opening of bid online	27-03-2025 11;00PM In the office of Executive Engineer PWD (R&B)Division Sopore.

Bids must be accompanied with cost of tenderdocumentinshapeofTreasury Challan / Receipt (Under MH- 0059PWD(infavour of Executive EngineerR&B Division Sopore(Tender Inviting Authority);Name of Work/NIT No and date to be mentioned on theTreasury Challan / Receipt((Refer Govt. order No. O.M No. A/24) 2017-(651 Dt 07-06-2018)The Date of Treasury Challan should bebetween the date of Start of Bid and Bid Submission End Date(andthe bidders residing Outside UT of J&K can submit DD of anynationalizedbankinfavourof ExecutiveEngineerR&B DivisionSopore thecostoftenderdocumentfeeisnonrefundable.

2 .At the time of tendering, all bidders must upload earnest money/bid security equal to 2 %of the Advertised Cost in the form of CDR/FDR pledged to the tender receiving authority, i.e. Executive Engineer R&B Division Sopore . Besides that, the successful bidder will have to provide Performance Security @ 5 %at the time of contract award, strictly in accordance with the Government's circular instructions from time to time. The earnest money/bid security of 2 %will be released to the successful bidder only after the submission of a Performance Security of 5 %of the quoted cost, which will be released after successful completion of all the formalities including TS.

3. The date and time of opening of Bid shall be notified on Web Site www.jktenders.gov.in and conveyed to the bidders automatically through e-mail message on their e-mail address. The bids of Response shall beo pened online on same WebSite in the office of Executive Engineer PWD (R&B(Division Sopore.

2. The bids for the work shall remain valid for a period of120 days fromthe date of Opening of Technical bids.

No-; 8585-94 Dated-; 14/03/2025.

Sd/-Executive Engineer,
R&B Division Sopore.

50cm DIPK No; 13075/24

اسمارٹ فون بند کر کے سونا حاملہ خواتین میں ذیابیطس کے خطرات کو کم کرسکتا ہے

الینوائے: امریکی ماہرین کے مطابق سوتے وقت اسمارٹ فون کا بند کیا جانا اور روشنی کا کم کیا جانا حاملہ خواتین میں جیسٹیشنل ذیابیطس کے خطرات کو کم کر سکتا ہے۔ جیسٹیشنل ذیابیطس ایک قسم کی ذیابیطس ہے جو حمل کے دوران ہوتی ہے اور تقریباً پانچ فی صد حاملہ خواتین اس سے متاثر ہوتی ہیں۔ اکثر حمل معمول کے مطابق ہوتے ہیں اور بچے کی پیدائش کے بعد معاملات معمول کے مطابق ہو جاتے ہیں لیکن اس صورت میں مبتلا ہونے کا تعلق قبل از وقت پیدائش اور غیر معمولی جسامت کے بچوں کی پیدائش سے اور خواتین کے ٹائپ 2 ذیابیطس میں مبتلا ہونے کے انتہائی خطرات سے ہوتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق وہ خواتین جن پر سونے سے تین گھنٹے پہلے تک زیادہ روشنی افشا ہوتی ہے ان میں جیسٹیشنل ذیابیطس کے خطرات بہت زیادہ ہوتے ہیں۔ تحقیق میں محققین نے 741 ایسی خواتین کا مطالعہ کیا جو حمل کے دوسرے سہ ماہی میں تھیں۔ ان کی کلائی پر ایک آلا لگایا گیا جس نے لگاتار سات دنوں تک ان پر افشا ہونے والی روشنی کی پیمائش کی۔ تحقیق میں دیکھا گیا کہ خواتین سونے سے تین گھنٹے قبل معمولی، تیز روشنی (10 lux) میں کتنا وقت گزارتی ہیں۔ آلے نے دھیمی روشنی میں گزارے جانے والے وقت کی بھی پیمائش کی۔ lux روشنی کی شدت کی پیمائش کرنے والی ایک اکائی ہوتی ہے۔ محققین نے ان خواتین کو تین گروہوں میں تقسیم کیا۔ وہ خواتین جن پر سب سے زیادہ معمول کی روشنی افشا ہوئی تھی (اوسطاً ایک گھنٹا اور 19 منٹ) ان کے جیسٹیشنل ذیابیطس میں مبتلا ہونے کے ساڑھے پانچ گنا زیادہ امکانات تھے۔

سمندری غذا، گری دار میوے اور سبزیاں ڈیمنشیا کے خطرات کو کم کرسکتی ہے

لندن: ایک تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ سمندری غذا، سالم اناج، گری دار میوے اور سبزیوں سے بھرپور غذا ڈیمنشیا کے خطرات میں 25 فی صد تک کمی کر سکتا ہے۔ جرنل بی ایم سی میڈیسن میں شائع ہونے والی تحقیق میں ماہرین نے یہ نتیجہ اخذ کیا کہ وہ افراد جو میڈیٹیرینین غذا کھاتے ہیں ان کے ڈیمینشیا میں مبتلا ہونے کے امکانات واضح طور پر کم ہوتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق تحقیق کے نتائج یہ بھی بتاتے ہیں کہ غذا کے ساتھ طرز زندگی کے دیگر عوامل بیماری لاحق ہونے کے خطرات کے حوالے سے کتنے اہم ہیں۔ تحقیق میں محققین نے 60 سال اور اس سے زیادہ کی عمر کے 60 ہزار سے زائد افراد کے ڈیٹا کا مطالعہ کیا۔ شرکاء سے مطالعے میں 206 قسم کی غذاؤں اور 32 قسم کے مشروبات کے حوالے تفصیلات پوچھی گئیں۔ ان افراد کی بعد ازاں میڈیٹیرینین غذا کی پابندی سے کھپت کے حوالے سے اسکریننگ کی گئی۔ تقریباً ایک دہائی تک جاری رہنے والی اس تحقیق میں 882 ڈیمینشیا کے کیسز سامنے آئے۔ وہ لوگ جو باقاعدگی سے میڈیٹیرینین غذا کھایا کرتے تھے ان کے ڈیمینشیا میں مبتلا ہونے کے خطرات ان افراد کی نسبت 23 فی صد کم تھے جو باقاعدگی سے یہ غذا نہیں کھایا کرتے تھے۔

معدے کے کینسر کی نئی تھراپی نے چوہوں کا سرطان ختم کردیا

نیویارک: سرطان اگرچہ لاعلاج نہیں لیکن بیماریوں کی فہرست میں عالمی درد سر ضرور بنا ہوا ہے۔ اب ماہرین نے ایک نئے طریقہ علاج کو چوہوں پر آزما کر ان میں گیسٹرک (معدے) کینسر کو ختم کرنے کا عملی مظاہرہ کیا ہے۔ ایڈوانسڈ تھیراپیوٹکس نامی جرنل کی حالیہ اشاعت کی ایک رپورٹ کے مطابق ایسٹرزینکا کمپنی، کورنیل یونیورسٹی اور میموریل سلون کیٹرنگ کینسر سینٹر (ایم ایس کے سی سی) کے ڈاکٹر مشیل بریڈبری اور دیگر ماہرین نے اس ٹارگٹ کینسر تھراپی کو چوہوں پر آزمایا ہے۔ اس میں اینٹی باڈی کے ٹکڑوں کو ایسے نینوذرات سے ملا کر استعمال کیا گیا جنہیں سالماتی انجینیئرنگ سے ڈھالا گیا تھا۔ کورنیل یونیورسٹی نے اسے پرائم ڈاٹس کا نام دیا ہے۔ یہ نینوذرات انتہائی باریک ہونے کی وجہ سے سرطانی رسولیوں میں نفوذ کر سکتے ہیں۔ اگرچہ انہیں 15 سال پہلے بنایا گیا تھا لیکن اب انہیں اینٹی باڈی کے ساتھ ملا کر استعمال کیا گیا ہے۔ ایسٹرازینکا نے اینٹی باڈیز کے ٹکڑوں کو کچھ اسطرح تبدیل کیا ہے کہ وہ سی ڈاٹ سے جڑ سکتا ہے اور ایچ ای آر ٹو پروٹین کو نشانہ بناتا ہے۔ واضح رہے کہ ایچ ای آر ٹو پروٹین معدے کے سرطان کی وجہ بنتا ہے۔ تاہم ایسٹرزینکا میں اس میں اپنی دوا بھی شامل کی ہے۔ جب اسے چوہے پر آزمایا گیا تو سارے چوہے معدے کے کینسر سے آزاد ہو گئے اور 200 روز بعد بھی ان میں سرطان کا کوئی شائبہ نہیں تھا۔ ماہرین کے مطابق ماضی میں کئی طبی تحقیقات پہلے چوہوں پر کی گئیں اور اس کے بعد انسانوں پر بھی کامیاب ہوئیں اور امید ہے کہ اس کی انسانی آزمائش میں جلد کوئی پیشرفت ہو سکے گی۔

صفائی کی عام کیمیکل سے پارکنسن کا خطرہ کئی گنا بڑھ سکتا ہے

ٹرائی کلوروایتھائلین نامی کیمیکل انسانوں کو پارکنسن کا مریض بنا سکتا ہے

نیویارک: صفائی ستھرائی میں استعمال ہونے والا عام کیمیکل پارکنسن کے مرض کا خطرہ پانچ گنا بڑھا سکتا ہے۔ ٹرائی کلوروایتھائلین نامی یہ کیمیکل پوری دنیا میں کئی کاموں میں استعمال کیا جارہا ہے۔ ٹرائی کلوروایتھائلین کمرشل ڈرائی کلینرز، صنعتی امور، وائپس، پینٹ ہٹانے والے کیمیکل اور قالین صاف کرنے والی مصنوعات میں عام استعمال ہوتا ہے۔ گزشتہ 100 برس سے ٹرائی کلوروایتھائلین (ٹی سی ای) دنیا بھر میں عام استعمال ہورہے ہیں۔ ٹی سی ای استقاط حمل، سرطان اور دیگر امراض کی وجہ بھی بن سکتا ہے لیکن اس سے پارکنسن کا خطرہ 500 فیصد تک بڑھ سکتا ہے۔ واضح رہے کہ ٹی سی ای انمٹ داغوں کو دور کرنے والی مصنوعات میں بھی پایا جاتا ہے۔ جرنل آف پارکنسن ڈیزیز میں شائع رپورٹ میں جامعہ روچیسٹر کے عصبی ماہر رے ڈورسے اور دیگر نے کم از کم سات ایسی مشہور شخصیات کا احوال لکھا ہے جو ایک عرصے تک ٹی سی ای سے آلودہ ماحول میں تھے اور پارکنسن کے مریض ٹھہرے۔ 1970 کے عشرے میں اس کا اندھا دھند استعمال بڑھا اور سالانہ استعمال 60 کروڑ پونڈ تک جا پہنچا۔ اس سے بالراست یا براہِ راست ایک کروڑ امریکی اس کیمیکل سے آشکار ہوئے۔ یہاں تک کہ یہ گھروں تک پہنچ گیا۔ جانوروں پر تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ ٹی سی ای کے سالمات دماغ اور جلد سے انسانی جسم میں اترتے ہیں۔ وہاں جا کر وہ خلیاتی توانائی گھر یعنی مائٹوکونڈریا کو تباہ کرتے ہیں۔ اس سے دماغی خلیات (نیورونز) متاثر ہوتے ہیں اور یوں پارکنسن کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ ماہرین کے مطابق یہ عمل دھیرے دھیرے ہوتا ہے اور کسی سلو پوئزن کی طرح عمل کرتا ہے۔

میڈیٹرینئین طرز کی غذا خواتین کو امراضِ قلب سے بچا سکتی ہے

میڈیٹرینئین طرز کی غذا میں لوبیا، سبز پتے، بیریاں، زیتون کا تیل، سامن مچھلیاں اور دہی شامل ہے

لندن: ایک نئے مطالعے سے معلوم ہوا ہے کہ میڈیٹرینئین طرز کی غذاؤں بالخصوص خواتین میں امراضِ قلب کی شرح کم کرسکتی ہے اور ان کا باقاعدہ استعمال اس خطرے کو 25 فیصد کم کرتا ہے۔ اس غذا میں زیتون کا تیل، دیگر مفید چکنائیاں، پھل اور سبزیوں کے علاوہ کم چکنائیوں والا گوشت شامل ہے۔ بحیرہ روم کی اطراف رہنے والی اقوام چونکہ یہ غذائیں زیادہ کھاتی ہیں اسی وجہ سے انہیں میڈیٹرینئین ڈائٹ کہا جاتا ہے۔ اس میں یونانی دہی، بیریاں، سامن مچھلیاں، ایکسٹرا ورجن تیل، ہرے پتوں والی سبزیاں، لوبیا اور کم چکنائی والا دودھ شامل ہے۔ جرنل ہارٹ میں شائع رپورٹ کے مطابق اس ضمن میں ہزاروں خواتین کا جائزہ لیا گیا ہے۔ یہ تحقیق ٹیمپل یونیورسٹی آف ہارٹ ڈیزیز نے کی ہے جو 2003 سے 2021 تک جاری رہیں اور اس میں 16 چھوٹے بڑے مطالعات کو شامل کیا گیا ہے۔ مجموعی طور پر اس میں 70 ہزار سے زائد خواتین کو شامل کیا گیا ہے۔ پھر یہ ایک طویل مطالعہ ہے جو 12 برس تک جاری رہا جس سے معلوم ہوا کہ جو خواتین اس قسم کی غذا کو اپنا معمول بناتی ہیں ان میں امراض قلب کا خطرہ 24 سے 26 فیصد تک کم ہو جاتا ہے۔ اگرچہ یہ تحقیق خواتین پر کی گئی ہیں لیکن ماہرین کا خیال ہے کہ مردوں پر بھی اس کے یکساں اثرات مرتب ہوسکتے ہیں جس پر مزید تحقیق جاری ہے۔ نئے مطالعے سے معلوم ہوا ہے کہ میڈیٹرینئین طرز کی غذاؤں بالخصوص خواتین میں امراض قلب کی شرح کم کرسکتی ہے اور ان کا باقاعدہ استعمال اس خطرے کو 25 فیصد کم کرتا ہے۔ اس غذا میں زیتون کا تیل، دیگر مفید چکنائیاں، پھل اور سبزیوں کے علاوہ کم چکنائیوں والا گوشت شامل ہے۔ بحیرہ روم کی اطراف رہنے والی اقوام چونکہ یہ غذائیں زیادہ کھاتی ہیں اسی وجہ سے انہیں میڈیٹرینئین ڈائٹ کہا جاتا ہے۔

متوازن غذا کیا ہے اور کیوں ضروری ہے؟

جس طرح ایک گاڑی کو کام کرنے کے لیے ایندھن کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب تک اس کا ایندھن پورا نہ ہو اور اس کی حالت اچھی نہ ہو وہ ٹھیک طریقے سے کام نہیں کر سکتی۔ بالکل اس طرح انسانی جسم کو گروتھ اور نشوونما کے لیے خوراک کی ضرورت ہوتی ہے اور ہمیں توانائی یعنی انرجی خوراک سے ملتی ہے۔ اگر ہماری غذا متوازن ہو تو ہمارے جسم کی کارکردگی اور نشوونما بھی بہتر اور اچھی ہوتی ہے۔

انسانی جسم کو اپنا کام بہتر طریقے سے سرانجام دینے کے لیے نیوٹرینٹس کی ضرورت ہوتی ہے۔ نیوٹرینٹس ہمارے جسم کے ہر عضو کے لیے بے حد ضروری ہیں۔ یہ انرجی کا اہم ذریعہ ہونے کے علاوہ جسم میں ہونے والے اہم میکانزمز میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ اگر فوڈ کو گروپس میں تقسیم کیا جائے تو مجموعی طور پر فوڈ گروپس چھے (6) بنتے ہیں۔ ایک پرفیکٹ اور بیلنسڈ ڈائٹ جو ہمارے جسم کی ضرورت ہے وہ ان چھ گروپس کے فوڈ آئٹمز سے مل کر بنتی ہے:

1۔ کاربوہائیڈریٹس، 2۔ پروٹینز، 3۔ فیٹس، 4۔ وٹامنز اینڈ منرلز، 5۔ ڈائٹری فائبر، 6۔ پانی۔

ایک مکمل غذا جو انسانی جسم کی بہتر کارکردگی نشوونما اور اسے بیماریوں سے بچانے کے لیے ضروری ہے، ان تمام فوڈ گروپس کا مجموعہ ہوتی ہے۔ ایک مخصوص تناسب ان تمام فوڈ گروپس سے لینا ضروری ہے۔

ایک مکمل متوازن غذا میں سب سے پہلے ہم کیلوریز کی ضروری مقدار کا تعین کرتے ہیں۔ ہمارے وزن، قد، عمر اور جنس کو مدنظر رکھتے ہوئے کیلوریز کو شمار کیا جاتا ہے۔ ایک عام خاتون جو زائد وزن کی نہ ہو، اس کی روزانہ کیلورک ریکوائرمنٹ تقریباً 2000 ہوتی ہے۔ ایک عام صحت مند مرد کی کیلورک ریکوائرمنٹ تقریباً 2500 ہوتی ہے۔

متوازن غذا میں کیلورک ریکوائرمنٹ کو پورا کرنے کے لیے ہم کیلوریز کو فوڈ گروپس کے تین بڑے گروپس جنھیں ہم میکرو نیوٹرینٹ کہتے ہیں، میں تقسیم کرتے ہیں۔

ہمارے کیلوریز کا 60-65 فیصد کاربوہائیڈریٹس سے پورا ہونا چاہیے کیونکہ یہ انرجی کا اہم سورس ہیں۔ 10-12 فیصد پروٹینز سے پورا ہونا چاہیے کیونکہ یہ بالوں، ناخنوں، ہڈیوں اور پٹھوں کے لیے ضروری ہیں اور خون کا بھی اہم جزو ہیں۔

اور 20-25 فیصد کیلوریز ہمیں فیٹس سے لینی چاہئیں۔ یہ بھی ہمارے غذا کا اہم جزو ہیں اور ہمیں انرجی مہیا کرنے کے ساتھ سیل گروتھ میں بھی مدد کرتی ہیں۔ بلڈ کولیسٹرول لیول اور بلڈ پریشر کو بھی کنٹرول رکھتی ہیں۔

وٹامنز منرلز اور ڈائٹری فائبر کو ہم مائیکرو نیوٹرینٹس کا نام دیتے ہیں، یہ بھی جسم کی نشوونما کے لیے بے حد ضروری ہیں۔ اور ہمارے جسم میں ہونے والے کیمیکل پروسیسز کا اہم حصہ ہیں۔ وٹامنز اور منرلز زیادہ تر سبزیوں اور پھلوں میں پائے جاتے ہیں۔

ڈائٹری فائبر نظام انہضام یعنی ڈائجیسٹو سسٹم کے لیے ضروری ہے، یہ بھی سبزیوں پھلوں اور کمپلیکس کاربوہائیڈریٹس میں پایا جاتا ہے۔ پانی بھی ہماری غذا کا ایک اہم حصہ ہے۔ یہ باڈی میں ہونے والے مختلف میکانزمز میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ بلڈ پریشر اور باڈی ٹمپریچر کو بھی متوازن رکھتا ہے۔ غذا کے ہضم ہونے میں مدد دیتا ہے۔ اور گردوں کا فنکشن بہتر بناتا ہے۔

متوازن خوراک کے لیے تمام فوڈ گروپس میں ریکمنڈڈ ڈائٹری الاوئنس کے مطابق غذا استعمال کریں۔ اور ہر چیز اعتدال میں استعمال کریں اور خود کو بیماریوں سے بچا کر ایک صحت مند زندگی گزاریں۔

کاربوہائیڈریٹس (نشاستہ)

کاربوہائیڈریٹس جن کا دوسرا نام شوگرز ہے، ہماری غذا کا اہم حصہ ہیں۔ یہ جسم کو توانائی مہیا کرتے ہیں۔ ہماری متوازن غذا کا تقریباً 55 سے 65 فیصد حصہ کاربوہائیڈریٹس سے پورا ہوتا ہے۔ ایک میڈیکل ریسرچ کے مطابق 2000 کیلوریز لینے والے انسان کو روزانہ 275 گرام کاربوہائیڈریٹس لینے چاہئیں۔ کاربوہائیڈریٹس کا ایک گرام ہمیں چار کیلوریز دیتا ہے۔

کاربوہائیڈریٹس کو عموماً دو گروپس میں تقسیم کیا جاتا ہے:

سمپل کاربوہائیڈریٹس کو ہم (Bad carbohydrates) بھی کہتے ہیں کیونکہ یہ ہماری صحت کے لیے اچھے نہیں ہوتے۔ ان میں فائبر کی مقدار بہت کم ہوتی ہے، اس لیے یہ جلدی ہضم ہو کر خون میں شامل ہو جاتے ہیں، موٹاپے کا باعث بنتے ہیں۔ اس کے علاوہ ہائی کولیسٹرول، ہائی بلڈ پریشر، ہائی بلڈ شوگر اور دل کی بیماریوں کا باعث بھی بنتے ہیں۔

سمپل کاربوہائیڈریٹس کو مزید تین گروپس میں تقسیم کیا جاتا ہے:

یہ عام طور پر ایک یا دو شوگر مالیکیولز سے مل کر بنتے ہیں جو بہت جلدی ہضم ہو کر خون میں شامل ہو جاتے ہیں اور بلڈ شوگر لیولز کو بڑھا دیتے ہیں، انھیں 'ایمپٹی کیلوریز' بھی کہا جاتا ہے کیونکہ ان میں وٹامنز، منرلز اور ڈائٹری فائبر نہیں پایا جاتا۔ یہ صرف ہمیں کیلوریز دیتے ہیں جو ہماری غذائی ضروریات کو پورا کر دیتی ہیں لیکن وہ بنیادی اجزا فراہم نہیں کرتے جو ہماری گروتھ، نشوونما اور صحت کے لیے ضروری ہوتے ہیں۔

سمپل کاربوہائیڈریٹس ڈیری پروڈکٹس، بیکڈ پروڈکٹس بسکٹ، کیک، کینڈیز، سوڈا ڈرنکس اور فرائیڈ فوڈ آئٹمز میں پائے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ وائٹ فلور، چینی، وائٹ پولشڈ رائس وغیرہ میں پائے جاتے ہیں۔

کمپلیکس کاربوہائیڈریٹس کو (Good carbohydrate) بھی کہا جاتا ہے۔ کاربوہائیڈریٹس کی اس قسم میں فائبر شامل ہوتا ہے۔ یہ ہم زیادہ تر پودوں سے حاصل کرتے ہیں۔ یہ دیر سے ہضم ہوتے ہیں اور خون میں شوگر کی مقدار کو جلدی نہیں بڑھاتے۔

ان کے استعمال سے بلڈ گلوکوز لیول متوازن رہتا ہے۔

یہ زیادہ تر سبزیوں، پھلوں، دالوں اور لوبیا وغیرہ میں پائے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ گندم، جو کا دلیہ اور براون رائس بھی کمپلیکس کاربوہائیڈریٹس کا ذریعہ ہیں۔ غذا میں کمپلیکس کاربوہائیڈریٹس تقریباً 55 سے 65 فیصد تک شامل کریں۔ یہ کاربوہائیڈریٹس پھلوں، سبزیوں، دالوں اور گندم سے حاصل کریں۔ سمپل کاربوہائیڈریٹس کو اپنی غذا سے نکال دیں۔

پروٹین (لحمیات)

پروٹینز انسانی غذا کا ایک اہم جزو ہیں۔ یہ amino acids سے مل کر بنتے ہیں اور ہمارے جسم کی گروتھ اور نشوونما کے لیے بے حد ضروری ہیں۔ جسم میں ہونے والے کیمیکلز ریکشنز کا ایک لازمی جزو ہیں۔ اس کے علاوہ ٹشوز کو Repair کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ بالوں اور ناخنوں کی صحت کے لیے بھی ضروری ہیں۔ متوازن غذا میں ہماری ٹوٹل کیلوریز کا تقریباً 10 سے 12 فیصد حصہ پروٹینز سے پورا ہونا لازمی ہے۔ 0.8 گرام فی کلوگرام جسمانی وزن کے حساب سے پروٹینز لینے کی ہدایت کی جاتی ہے۔ ایک انسان جس کا وزن 70 کلوگرام ہو، اسے 58 گرام پروٹینز روزانہ اپنی غذا میں شامل کرنے چاہیے۔ بعض حالات میں پروٹینز کی ضرورت بڑھ جاتی ہے۔

چیمپئنز ٹرافی جیت! کیا روہت کپتان برقرار رہیں گے؟ نیا سوال اٹھ گیا

بھارتی کپتان روہت شرما کی قیادت میں ٹی 20 ورلڈکپ 2024 کے بعد آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی کا ٹائٹل جیتنے کے بعد قیادت منتقل کرنے سے متعلق خبریں گردش کرنے لگیں۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق بارڈر۔گواسکر ٹرافی میں آسٹریلیا کے ہاتھوں بدترین شکست اور ہوم گراؤنڈ پر نیوزی لینڈ سے کلین سوئپ شکست کے باوجود دورہ انگلینڈ کیلئے ٹیم کی قیادت روہت شرما کے ہی سپرد کرنے کا فیصلہ کیا گیا ہے۔ آسٹریلیا کیخلاف شدید تنقید کے باعث روہت شرما نے سڈنی ٹیسٹ میچ نہیں کھیلا تھا، اس میچ میں جسپریت بمراہ نے کپتانی کے فرائض نبھائے تھے تاہم وہ بھی انجری کا شکار ہوکر میگا ایونٹ سے بھی باہر ہوگئے تھے۔ دی انڈین ایکسپریس کی رپورٹ کے مطابق بی سی سی آئی اور سلیکشن پینل نے روہت کو انگلینڈ کے خلاف 20 جون سے شروع ہونے والی پانچ میچوں کی ٹیسٹ سیریز کے لیے بطور کپتان حمایت دینے کا فیصلہ کیا ہے، بورڈ کو لگتا ہے کہ وہ ٹیم کی قیادت کے لیے صحیح انتخاب ہیں۔ دوسری جانب بھارت کو چیمپئنز ٹرافی 2025 کا فاتح بنوانے والے کپتان روہت شرما کا کہنا ہے کہ بین الاقوامی کرکٹ سے ریٹائر ہونے کی افواہیں پھیلائی جارہی ہیں جس کی تردید کرتا ہوں، فی الحال اپنے کھیل اور ٹیم کے ساتھ لطف اندوز ہورہا ہوں لیکن مستقبل کیلئے اپنے آپشنز کھلے رکھے ہوئے ہیں۔

انگلینڈ کے فاسٹ بولر مارک ووڈ انجری کا شکار، 4 ماہ کیلئے کرکٹ سے باہر

انگلینڈ کے فاسٹ بولر مارک ووڈ انجری کے باعث 4 مہینے کیلئے کرکٹ سے باہر ہوگئے۔ انگلینڈ کے مارک ووڈ کو بائیں گھٹنے کی انجری کی تشخیص ہوئی ہے، انجری کی وجہ سے سرجری کی جائے گی۔ خیال رہے کہ چیمپئنز ٹرافی میں افغانستان کے خلاف میچ میں مارک ووڈ کو انجری ہوئی تھی۔ ووڈ نے رواں سال جولائی کے آخر تک فٹنس بحال کرنے کو ہدف بنالیا، انکا کہنا ہے کہ اتنے لمبے عرصے کیلئے کرکٹ سے باہر ہونے پر افسردہ ہوں۔ مارک ووڈ نے کہا کہ مجھے پورا اعتماد ہے کہ میں جلد کرکٹ میں واپس آؤں گا۔

پی ایس ایل 10 کی ٹرافی کے ملک گیر سفر کا حیدرآباد سے آغاز

کراچی: پاکستان کرکٹ بورڈ کے تحت ایچ بی ایل پی ایس ایل 10 کی ٹرافی کے ملک گیر سفر کا آغاز ہوگیا، قومی تاریخ میں پہلی بار ٹرافی کا سفر حیدرآباد کے نجی تعلیمی ادارے سے ہوا۔ جمعہ کو حیدرآباد کے مقامی نجی تعلیمی ادارے فاؤنڈیشن پبلک اسکول میں ٹرافی کی رونمائی کی گئی، طلبہ وطالبات نے پی ایس ایل کی ٹرافی کو اپنے درمیان پاکر بے انتہا مسرت کا اظہار کیا اور اس کے ساتھ سیلفیز بنائیں۔ ٹرافی اپنے قومی سفر کے دوسرے مرحلے میں ہفتے کو کراچی کے مختلف مقامات پر لے جائی جائے گی، شہر کے معروف فریئر ہال میں نمائش کے لیے ٹرافی کو رکھا جائے گا، لومینارا ٹرافی 29 مارچ تک پاکستان بھر کے 11 شہروں کا سفر کرے گی، ٹرافی شہر قائد کے بعد لاہور، ملتان، بہاولپور، فیصل آباد، پشاور اور اسلام آباد کا سفر کرے گی۔ ایچ بی ایل پی ایس ایل کے چیف ایگزیکٹو آفیسر سلمان نصیر کا کہنا ہے کہ ٹرافی کا یہ دورہ پاکستان کی بھرپور ثقافت، اس کی متنوع کمیونٹیز اور سب سے اہم کرکٹ کے لیے اس کے گہرے جذبے کا جشن ہے، اس ملک گیر دورے کا مقصد پورے پاکستان میں ایچ بی ایل پی ایس ایل کی فزیکل رسائی کو بڑھانے کی ہماری خواہش کو پورا کرتا ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ پہلے مرحلے میں ٹرافی کو کراچی کی متحرک گلیوں سے لاہور کے تاریخی مقامات پر ڈسپلے کیا جائے گا اور اس میں پاکستان کے دلکش مناظر کو بھی دکھایا جائے گا جس کے ٹرافی مزید تاریخی اور مشہور مقامات پر بھی جائے گی۔ یہ ٹرافی ٹور شائقین کو ان کی محبت لوٹانے کا ہمارا طریقہ ہے جو پچھلی دہائی کے دوران ایچ بی ایل پی ایس ایل کے دل اور روح رہے ہیں۔ ان کی غیر متزلزل حمایت ہمارے کھلاڑیوں کے جذبے میں اضافہ کردیتی ہے اور اس لیگ کو دنیا کی بہترین لیگ میں سے ایک بناتی ہے

لاپتہ برطانوی باکسر کی لاش دریا سے برآمد

لندن: برطانوی پریس رپورٹس میں انکشاف ہوا ہے کہ نوجوان باکسر جیک آئرز کی لاش لاپتہ ہونے کے 12 گھنٹے بعد دریا میں ڈوبی ہوئی مل گئی۔ 22 سالہ جیک آئرس کو آخری بار 3 مارچ کے اوائل میں دیکھا گیا تھا اور اس کی لاش ایک دریا سے ملی تھی۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق ایون اور سمرسیٹ پولیس نے پانی میں لاش ملنے کی اطلاع پر کارروائی کی۔ پوسٹ مارٹم سے پتہ چلا کہ موت کی بنیادی وجہ ڈوبنا ہے۔ ان کے اہل خانہ نے ایک بیان میں کہا ہے کہ کوئی بھی چیز ہمارے جذبات کا اظہار نہیں کرسکتی۔ جیک ایک بیٹا، پوتا، بھائی، کزن، بھتیجا، اور عزیز دوست تھا۔ بیان میں یہ بھی کہا گیا کہ ہم جانتے ہیں کہ کوئی بھی چیز جیک کو دوبارہ زندہ نہیں کرے گی لیکن ہم صرف ان وجوہات کو سمجھنے کی کوشش کرنا چاہتے ہیں جن کی وجہ سے اس کی موت واقع ہوئی۔ پولیس 22 سالہ نوجوان کے لاپتہ ہونے کی رات کے متعلق معلومات یا سی سی ٹی وی فوٹیج طلب کی ہے۔

2 سابق کرکٹرز نے 1999 ورلڈکپ میں شکست کا ذمہ دار "وسیم اکرم" کو ٹھہرا دیا

سابق لیجنڈری کرکٹر وسوئنگ کے سلطان وسیم اکرم نے کھلاڑیوں کی جانب سے خود پر ہونیوالی تنقید پر انہیں تنازعات میں گھرنے کی اہم وجہ قرار دیدیا۔ سوشل میڈیا پلیٹ فارمز پر سابق کرکٹر عامر سہیل اور اعجاز احمد کی ویڈیوز وائرل ہورہی ہیں جس میں دونوں سابق کرکٹرز نے وسیم اکرم کی وجہ سے 1999 ورلڈکپ فائنل میں ہار کا الزام عائد کیا ہے۔ نجی ٹی وی کے انٹرویو دیتے ہوئے سابق کرکٹر عامر سہیل نے کہا کہ ورلڈکپ کے آغاز سے چند ماہ قبل بحث شروع ہوئی تھی کہ کپتان تبدیل کرکے وسیم اکرم کو کپتان بنایا جائے، جو ہوا بھی!۔ وسیم اکرم اگر پاکستان کیلئے کوئی سب سے بڑی شراکت تھی وہ یہی تھی کہ 1992 کے بعد ورلڈکپ نہ جیت سکیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ ہم 1996، 1999 اور 2003 کے ورلڈکپ آسانی سے جیت سکتے تھے، کیوں ہارے اسکی تحقیقات ہونی چاہیے تھیں، عمران خان کو وسیم اکرم کا شکر گزار ہونا چاہیے اور انہوں نے انہیں 2019 میں ہلال امتیاز سے بھی اسی لیے نوازا۔ ایک اور سابق کرکٹر و 1999 ورلڈکپ ٹیم کے بیٹر اعجاز احمد نے کہا کہ جب ہم نے ٹاس جیتا تو ایسا لگتا تھا کہ ہم نے فائنل جیت لیا ہے لیکن اس دن وسیم اکرم جو کیا وہ گلی کرکٹ کھیلنے والا بچہ بھی یہ غلطی نہیں کرتا، میں نے اس سے پہلے رات کو تیز بارش کو دیکھتے ہوئے کہا تھا کہ وہ پہلے بیٹنگ نہ کرے، اگر وہ دباؤ میں تھے تو انہیں صبح ٹیم میٹنگ بلانی چاہیے تھی۔ لیکن ملاقات نہیں ہوئی۔ انہوں نے کہا کہ میں نے عمران خان کو ٹاس سے پہلے دیکھا تو سلام کیا، اس وقت جب وسیم نے ٹاس جیتا اور کہا کہ پہلے بیٹنگ کرنا چاہتے ہیں، جب میں جا رہا تھا، عمران بھائی نے مجھے واپس بلایا اور کہا: "تم لوگ پہلے ہی میچ ہار چکے ہو"۔ قبل ازیں رواں ماہ کے آغاز میں سابق کرکٹر محمد حفیظ کے نائنٹیز کی ٹیم کے آئی سی سی ایونٹ نہ جیتنے والے بیان کے بعد سابق کرکٹرز کے ایک دوسرے پر الزامات کا تانتا بندھ گیا۔ آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی میں قومی ٹیم کی کارکردگی سے متعلق گفتگو کے دوران پینل میں شعیب اختر، محمد حفیظ، شعیب ملک اور ثنا میر موجود تھے۔ اس دوران محمد حفیظ کہا کہ نائنٹیز کی ٹیم نے پاکستان کئی میگا اسٹارز دیے تاہم انہوں نے ہمیں کوئی آئی سی سی ایونٹ نہیں جتوایا، 1996 میں پرفارمنس خاطر خواہ نہیں رہی جبکہ 1999 کے فائنل میں پہنچے اور شکست نے قوم کو تھکا دیا۔ بعدازاں راشد لطیف نے اپنے بیان میں کسی کا نام لیے بغیر تنقید کرتے ہوئے کہا تھا کہ 90 کی دہائی کے کرکٹرز کو پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) مینجمنٹ کے معاملات سے دور رکھے۔

پاکستان اور نیوزی لینڈ کے درمیان پہلا ٹی 20 کل کھیلا جائے گا

پاکستان اور نیوزی لینڈ کے درمیان ٹی 20 سیریز کا پہلا میچ کل کرائسٹ چرچ میں کھیلا جائے گا۔ دونوں ٹیموں نے 5 ٹی 20 میچز کی سیریز کے آغاز سے قبل ہیگلے اوول بھرپور پریکٹس سیشن کیا، میچ پاکستانی وقت کے مطابق صبح 6 بجے شروع ہوگا۔ قومی ٹیم کی قیادت سلمان آغا کے سپرد ہوگی جبکہ نیوزی لینڈ کی قیادت کے فرائض مائیکل بریسویل نبھائیں گے۔ ادھر سیریز کے آغاز سے قبل قومی ٹی 20 ٹیم کے کپتان سلمان آغا کا کہنا تھا کہ کوشش کریں گے نوجوان کھلاڑیوں پر مشتمل ٹیم سیریز میں فتح سمیٹے۔ پاکستان کا ٹی 20 اسکواڈ: سلمان علی آغا (کپتان)، شاداب خان (نائب کپتان)، عبدالصمد، ابرار احمد، حارث رؤف، حسن نواز، جہانداد خان، خوشدل شاہ، محمد عباس آفریدی، محمد علی، محمد حارث، محمد عرفان خان، عمیر بن یوسف، شاہین معتصم خان اور شاہین محمد خان شامل ہیں۔

پاکستان سے شکست پر جان سے مارنے کی دھمکیاں ملیں، مگر کیسے؟

ٹیم کے مسٹری اسپنر ورون چکراورتھی نے انکشاف کیا ہے کہ 2021 میں پاکستان سے ملی ذلت آمیز 10 وکٹوں سے شکست کے بعد انہیں جان سے مارنے کی دھمکیاں دی گئیں۔ آئی سی سی چیمپئنز ٹرافی میں اپنی شاندار بالنگ سے بھارت کو ٹائٹل جتوانے والے بھارت کے مسٹری اسپنر ورون چکراورتھی نے 2021 کے ٹی 20 ورلڈکپ میں پاکستان سے ہوئی شکست پر لب کشائی کردی۔ انہوں نے بتایا کہ وہ میرا ڈیبیو میگا ایونٹ تھا، جہاں ہمیں پاکستان کے ہاتھوں بدترین شکست کا منہ دیکھنا پڑا، اس شکست نے مجھے ڈپریشن میں ڈال دیا تھا۔ ورون چکراورتھی نے کہا کہ ٹی 20 ورلڈکپ میں بڑی امیدوں کیساتھ گیا تھا لیکن اس ہار نے مجھے شدید دھچکا پہنچایا تھا، 2021 ورلڈکپ میں پاکستان سے شکست کے بعد مجھے دھمکی آمیز کال موصول ہوئیں۔ انہوں نے کہا کہ لوگوں نے مجھے بھارت آنے سے منع کیا اور سنگین نتائج کی دھمکیاں دیں، جب میں ایئرپورٹ سے واپس آرہا تھا تو کچھ لوگ اپنی بائیک پر میرا پیچھا کرتے رہے۔ اسی طرح کئی دنوں تک نامعلوم افراد میرے گھر کے قریب آتے تھے اور مجھے تلاش کرتے تھے بعض اوقات مجھے چھپنا پڑا تھا۔ واضح رہے کہ 2021 ٹی 20 ورلڈکپ میں پاکستان نے بھارت کو 10 وکٹوں سے شکست دیکر ٹورنامنٹ سے باہر کردیا تھا، اس میچ میں ورون نے 4 اوورز میں بغیر کسی وکٹ کے 33 رنز لٹائے تھے۔ تاہم بابراعظم اور محمد رضوان کی نصف سنچریوں کی مدد سے پاکستان نے دوسری بار بھارت کو آئی سی سی ایونٹس میں شکست سے دوچار کیا تھا۔

ہیٹ پر سیاسی نعرہ درج ہونے کے باعث عامر جمال پر 13 لاکھ روپے جرمانہ

کرکٹرز کو کوڈ آف کنڈکٹ کی خلاف ورزی پر جرمانے کیے گئے ہیں۔ ایک رپورٹ کے مطابق انگلینڈ کے خلاف ہوم سیریز سے جنوبی افریقا کے خلاف سیریز تک 30 لاکھ روپے سے زیادہ جرمانے کیے گئے۔ عامر جمال نے انگلینڈ کے خلاف سیریز میں انٹرویو کے دوران ایسا ہیٹ پہنا جس پر سیاسی نعرہ درج تھا، انھیں تقریباً 13 لاکھ روپے جرمانے کا سامنا کرنا پڑا۔ آسٹریلیا میں سیریز کے دوران تین کرکٹرز کو ہوٹل تاخیر سے واپسی پر پانچ، پانچ لاکھ روپے جرمانہ ہوا، جنوبی افریقا میں بھی چار کرکٹرز کو کرفیو کی خلاف ورزی پر جرمانہ ہوا تھا۔ سلمان علی آغا، عبداللہ شفیق، صائم ایوب اور عباس آفریدی سمیت دیگر کھلاڑیوں پر بھی جرمانے ہوئے۔

پاکستان کرکٹ کی تباہی کا ذمہ دار کون؟ سابق ہیڈ کوچ نے بتا دیا

ٹیم کے سابق ہیڈ کوچ مکی آرتھر نے پاکستان کرکٹ کی تباہی کے ذمہ داروں سے پردہ اٹھا دیا۔ تفصیلات کے مطابق سابق پاکستانی کوچ جیسن گلیسپی نے کچھ روز قبل عاقب جاوید کو مسخرہ قرار دیتے ہوئے انہیں اپنے ذمہ داری سے الگ ہونے کی وجہ قرار دیا تھا، اب ایک اور سابق کوچ مکی آرتھر نے بھی ان کی تائید کردی۔ انہوں نے کہا کہ پاکستانی کرکٹ خود ہی اپنے پاؤں پر کلہاڑی مار رہی ہے، وہ خود ہی اپنی بدترین دشمن ہے، وہاں پر کرکٹ کو ایجنڈوں کے تحت چلایا جاتا، جیسن گلیسپی اور گیری کرسٹن ان کی کرکٹ کو آگے لے جاسکتے تھے اس لیے انہیں ہٹا دیا گیا۔ سابق ہیڈ کوچ مکی آرتھر نے کہا کہ گلیسپی ایک حیران کن کوچ اور انسان ہیں، پاکستان کرکٹ بدستور اپنے پاؤں پر کلہاڑی مار رہی ہے، وہ اپنی سب سے بدتر دشمن ہے، پاکستان میں بہت بڑی تعداد میں بہترین کھلاڑی موجود ہیں، انھیں اب وسائل بھی دستیاب ہیں، بے تحاشا نوجوان ٹیلنٹ اور انتہائی بہترین اسکلز ہیں، اس کے باوجود وہ افراتفری کا شکار ہیں، یہ صورتحال واقعی ہی افسوسناک ہے۔ مکی آرتھر نے مزید کہا کہ پاکستان نے بہترین کوچز کی خدمات حاصل کرلی تھیں جو انھیں آگے لے جاسکتے تھے لیکن اس کے بعد وہ مشینری حرکت میں آگئی جو پاکستان میں چیزوں کو کمزور کرتی ہے گزشتہ برس پی سی بی نے گلیسپی اور کرسٹن کو بالترتیب ریڈ اور وائٹ بال ٹیموں کی کوچنگ سونپی تھی، دونوں نے ٹیم سلیکشن میں اختیار ختم ہونے کے بعد ذمہ داری چھوڑ دی تھی۔

آئی سی سی ویمنز کرکٹ ورلڈکپ کوالیفائر: پاکستان میں میچز کا شیڈول جاری

لاہور: پاکستانی میدانوں پر آئندہ ماہ پھر رونق ہوگی، آئی سی سی ویمنز کرکٹ ورلڈکپ کوالیفائر کے میچز کا شیڈول جاری کردیا گیا۔ ایونٹ 9 سے 19 اپریل تک لاہور میں ہوگا، میچز قذافی اسٹیڈیم اور لاہور سٹی کرکٹ ایسوسی ایشن گراؤنڈ میں کھیلا جائے گا، اس میں 6 ٹیمیں شرکت کریں گی، 15 میچز پر مشتمل یہ لیگ فارمیٹ کا ٹورنامنٹ ہوگا، اس میں چار فل ممبرز پاکستان، بنگلہ دیش، ویسٹ انڈیز، آئرلینڈ جبکہ اسکاٹ لینڈ، تھائی لینڈ حصہ لیں گی، 2 نمایاں ٹیمیں بھارت میں ہونے والے آئی سی سی ویمنز ورلڈکپ 2025 کے لیے کوالیفائی کریں گی جو اکتوبر اور نومبر میں کھیلا جائے گا۔ 6 ٹیمیں آسٹریلیا، انگلینڈ، نیوزی لینڈ، جنوبی افریقہ، سری لنکا اور میزبان بھارت پہلے ہی براہ راست ورلڈکپ میں جگہ بنا چکی ہیں، ساتویں سے دسویں نمبر پر رہنے والی ٹیموں کو کوالیفائر میں اچھا کھیلنے جگہ بنانے کا موقع ملا ہے۔ اس کے علاوہ آئی سی سی ویمنز او ڈی آئی ٹیم رینکنگ میں 28 اکتوبر 2024 کے مطابق بہترین رینک رکھنے والی دو غیر فل ممبر ٹیمیں تھائی لینڈ اور اسکاٹ لینڈ بھی کوالیفائر میں شامل ہیں۔ ٹورنامنٹ کے افتتاحی دن پاکستان کا مقابلہ آئرلینڈ سے قذافی اسٹیڈیم میں ہوگا جبکہ ویسٹ انڈیز اور اسکاٹ لینڈ کی ٹیمیں ایل سی سی اے گراؤنڈ میں آمنے سامنے ہوں گی۔ اس لیگ میں کئی اہم میچز دیکھنے کو ملیں گے، ان جن میں پاکستان اور ویسٹ انڈیز کا مقابلہ 14 اپریل کو قذافی اسٹیڈیم میں کھیلا جائے گا۔ اسی طرح بنگلہ دیش اور ویسٹ انڈیز کی ٹیمیں 17 اپریل کو ایل سی سی اے گراؤنڈ میں آمنے سامنے ہوں گی۔

پی ایس ایل 10 سے قبل صائم ایوب کے بارے میں اہم اپ ڈیٹ سامنے آگئی

لاہور: پاکستان سپر لیگ (پی ایس ایل 10) سے قبل بیٹنگ ٹیلنٹ صائم ایوب کی واپسی کی توقع کی جارہی تھی لیکن ایسا لگتا ہے کہ ایسا نہیں ہوسکتا۔ صائم ایوب جو اس سال کے شروع میں جنوبی افریقہ کے خلاف کیپ ٹاؤن ٹیسٹ میں ٹخنے کی انجری کے بعد ٹیم سے باہر ہوگئے تھے اس وقت ان کی بحالی کا عمل جاری ہے لیکن وہ ابھی تک میدان میں واپسی کے لیے کلیئر نہیں ہوئے ہیں۔ مقامی میڈیا رپورٹس بتاتی ہیں کہ 11 اپریل سے شروع ہونے والے آئندہ پی ایس ایل سیزن 10 میں ان کی شرکت اب منگل کو ہونے والی تفصیلی طبی جانچ پر منحصر ہے۔ 22 سالہ پاکستانی کرکٹر ٹرینر حنیف ملک کے ساتھ مل کر کام کر رہے ہیں اور مسابقتی کرکٹ میں محفوظ واپسی کو یقینی بنانے کے لیے برطانوی ماہرین سے ماہرانہ رہنمائی حاصل کر رہے ہیں۔ پی سی بی اوپنر کے ساتھ ہر ضروری احتیاط برت رہا ہے

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,