روزنامہ

WATTAN
The Urdu Daily

وطن
بڈگام

جمعتہ المبارک
02 مئی 2025
FRIDAY
02 MAY -2025

صفحہ 08 — جواب دینا مجھے بھی آتا ہے لیکن بڑوں نے عزت کرنا سکھائی ہے، بابر اعظم

صفحہ 08 — ایشا پٹیل سلمان خان کو شادی شدہ کیوں نہیں دیکھنا چاہتیں

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ ■ جلد: 15 ■ شمارہ نمبر: 102 ■ صفحات: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■

پہلگام حملے کے بعد دہشت گردوں کو یہ نہیں سوچنا چاہیے کہ انہوں نے جنگ جیت لی ہے

لڑائی ابھی ختم نہیں ہوئی ’’چن چن کے بدلا لیں گے‘‘ / امیت شاہ

یہ نریندر مودی کی حکومت ہے کسی کو بخشا نہیں جائے گا، دہشت گردی کو جڑ سے اکھاڑ پھینکنا ہمارا عزم

سرینگر/ /یکم مئی/ /سی این آئی/ /پہلگام حملے کے بعد آسام کی سرزمین سے ایک سخت پیغام میں وزیر داخلہ امیت شاہ نے کہا کہ دہشت گردوں کو یہ نہیں سوچنا چاہیے کہ انہوں نے جنگ جیت لی ہے۔ یہ لڑائی ابھی ختم نہیں ہوئی ہے اور واضح کیا کہ ’’چن چن کے بدلا لیں گے‘‘۔ انہوں نے مزید کہا کہ نریندر مودی کی قیادت والی این ڈی اے حکومت کا ملک سے دہشت گردی کو جڑ سے اکھاڑ پھینکنے کا عزم ہے۔ سی این آئی کے مطابق آسام میں ایک ریلی سے خطاب کرتے ہوئے وزیر داخلہ امیت شاہ نے کہا کہ دہشت گردوں کو یہ نہیں سوچنا چاہیے کہ انہوں نے جنگ جیت لی ہے۔ یہ لڑائی ابھی ختم نہیں ہوئی ہے۔ چن چن کے بدلا لیں گے (ہم تمام دہشت گردوں سے بدلہ لیں گے)۔ امیت شاہ نے کہا کہ

وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت والی این ڈی اے حکومت کا ملک سے دہشت گردی کو جڑ سے اکھاڑ پھینکنے کا عزم ہے۔ پہلگام دہشت گردانہ حملے کے بعد وزیر داخلہ امیت شاہ نے کہا کہ دہشت گردوں کو یہ نہیں سوچنا چاہئے کہ انہوں نے جنگ جیت لی ہے۔ انہوں نے کہا ’’اگر کوئی، بزدلانہ حملہ کر کے، یہ سمجھتا ہے کہ یہ ان کی بڑی جیت ہے، تو ایک/ 102

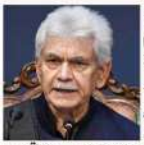
بھارت اور پاکستان کی ممکنہ جنگ کیلئے تیاریاں باعث تشویش: ڈاکٹر فاروق

سری نگر/ /یکم، مئی، اپریل/ /جموں وکشمیر کی حکمران جماعت نیشنل کانفرنس کے صدر فاروق عبداللہ نے جمعرات کو ہندوستان اور پاکستان کے درمیان بڑھتی ہوئی کشیدگی پر گہری تشویش کا اظہار کرتے ہوئے دعویٰ کیا کہ دونوں ممالک ممکنہ جنگ کی تیاری کر رہے ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ صورتحال کو کم کرنے کیلئے سفارتی کوششیں بھی حرکت میں ہیں، تاہم وقت ہی بتائے گا کہ عالمی طاقتیں بحران کو پرسکون کرنے میں کتنی کامیاب ہوں گی۔ جے کے این ایس کے مطابق صحافیوں سے بات کرتے ہوئے، ڈاکٹر فاروق نے زور دیا کہ جب/ 101

جموں وکشمیر میں دہشت گردی کے ماحولیاتی نظام کو

مکمل طور پر ختم کرنے کیلئے مضبوط

اور مربوط کوششیں جاری / لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا



سرینگر/ /یکم مئی/ /سی این آئی/ /جموں وکشمیر میں دہشت گردی کے ماحولیاتی نظام کو مکمل طور پر ختم کرنے کیلئے مضبوط اور مربوط کوششیں پر زور دیتے ہوئے لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے اس بات پر زور دیا کہ دہشت گردی کے خاتمہ کیلئے مرکز کے زیر انتظام علاقے کے عوام اور قوم دونوں کے اجتماعی عزم کی ضرورت ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ عام آدمی کو تحفظ کے احساس کو یقینی بنانا ہماری ترجیح ہونی چاہیے۔ سی این آئی کے مطابق بدھ کو جموں میں لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے جموں وکشمیر میں موجودہ سیکورٹی صورتحال کا جائزہ لینے کیلئے ایک اعلیٰ سطحی میٹنگ کی صدارت کی۔ اس اجلاس میں جموں کشمیر پولیس سربراہ نلین پربھات، پرنسپل سیکرٹری داخلہ چندراکر بھارتی، اے ڈی جی پی سی آئی ڈی جموں وکشمیر نتیش کمار/ 103

لائن آف کنٹرول پر جنگ بندی معاہدے کی خلاف ورزی

ساتویں رات بھی پاکستانی فوج کی بلا اشتعال فائرنگ

بھارتی فوج نے دیا مناسب اور موثر جواب: دفاعی ترجمان

سری نگر/ /یکم، مئی، اپریل/ /حکام نے کہا کہ پاکستانی فوج کی جانب سے لائن آف کنٹرول پر مسلسل ساتویں شب بلا اشتعال فائرنگ کا سلسلہ جاری رہا، جس کا بھارتی افواج نے موثر اور مناسب کارروائی کے ذریعے جواب دیا، جے کے این ایس کے مطابق دفاعی حکام نے جمعرات کو اس بات کی تصدیق کی کہ پہلگام حملے کے بعد سے جموں کشمیر میں

لائن آف کنٹرول پر پاکستان کی جانب لگاتار جنگ بندی معاہدے کی خلاف ورزی کی جا رہی ہے۔ دفاعی ترجمان کے مطابق 30 اپریل اور/ 104

پہلگام دہشت گردانہ حملے کی عدالتی تحقیقات کی درخواست مسترد

سری نگر/ /یکم، مئی، اپریل/ /سپریم کورٹ نے جمعرات کو جموں وکشمیر کے پہلگام میں 22 اپریل کو ہونے والے مہلک دہشت گردانہ حملے کی تحقیقات کے لیے سپریم کورٹ کے ایک ریٹائرڈ جج کی سربراہی میں تحقیقاتی پینل کی تشکیل کی مانگ کرنے والی عرضی پر غور کرنے سے انکار کر دیا۔ جے کے این ایس مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق سپریم کورٹ آف انڈیا کے سینئر جج جسٹس سوریہ کانت کی سربراہی والی بنچ نے سپریم کورٹ میں اس طرح کی عرضی داخل کرنے/ 105

پہلگام حملے کے بعد مرکزی حکومت کا شہریت ثابت کرنے سے متعلق بڑا فیصلہ

اب آدھار پین اور راشن کارڈ سے ثابت نہیں ہوگی شہریت

صرف ووٹر شناختی کارڈ یا پاسپورٹ ہونگے شہریت کے ثبوت، دہلی میں عمل درآمد

سری نگر/ /یکم، مئی، اپریل/ /اب آدھار کارڈ، پین کارڈ یا راشن کارڈ جیسے دستاویزات خود کو ہندوستانی شہری ثابت کرنے کیلئے درست نہیں ہوں گے۔ دہلی پولیس کی ہدایات کے مطابق صرف ووٹر شناختی کارڈ یا پاسپورٹ کو ہندوستانی شہریت کا ثبوت سمجھا جائے گا۔ جے کے این ایس مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق یہ فیصلہ مرکزی حکومت کی ہدایات پر لیا گیا ہے، جس کا مقصد بڑھتی ہوئی غیر قانونی دراندازی کو روکنا ہے۔ اس کے علاوہ برتھ یعنی پیدائش سرٹیفکیٹ اور ڈومیسائل یعنی سکونت سرٹیفکیٹ کو حکومت ہند شہریت ثابت کرنے کیلئے بنیادی دستاویزات مانتی ہے۔ قوانین میں تبدیلی کی وجوہات: دہلی میں غیر قانونی طور پر مقیم غیر ملکی شہریوں کیخلاف مہم کو اب تیز کر دیا گیا ہے۔ گزشتہ سال سے جاری تصدیقی مہم کے دوران، دہلی پولیس نے پایا کہ بنگلہ دیشی اور روہنگیا دراندازیوں کی ایک بڑی تعداد آدھار، پین اور راشن کارڈ کی مدد سے خود کو بھارتی شہری ظاہر کر رہی ہے۔ بہت سے معاملات میں وہ یو این ایچ سی آر کی طرف سے جاری کردہ پناہ گزین کارڈ لے کر بھی پائے گئے۔ اس سے اصلی اور نقلی میں فرق کرنا مشکل ہو گیا۔ ایسے میں مرکزی حکومت کے نئے احکامات کے مطابق بھارتی شہریت کے لیے اب ووٹر آئی ڈی اور پاسپورٹ کو حتمی ثبوت ماننے کا فیصلہ کیا گیا ہے۔ حکومت کے نئے احکامات کے بعد دہلی پولیس نے تمام اضلاع کے ڈی سی پیز کو حکم دیا ہے کہ وہ اپنے علاقے میں رہنے والے مشکوک غیر ملکی شہریوں کی شناخت کریں اور ان پر کڑی نگرانی رکھیں۔ دہلی میں موجود تقریباً 3500 پاکستانی شہریوں میں سے اب تک 400 سے زیادہ کو واپس بھیج دیا گیا ہے۔ واضح رہے کہ مسلم شہریوں کے خلاف خصوصی کارروائی کی جا رہی ہے جبکہ ہندو پناہ/ 106

نائب وزیر اعلیٰ نے پنچایت چوکیاں اور پنچایت کلسیاں میں

عوامی رسائی کیمپ کا انعقاد کیا

راجوری/ /انفو/ /نائب وزیر اعلیٰ سریندر کمار چودھری نے حکومت کی عوامی سطح پر مؤثر رسائی اور جوابدہ انتظامیہ کے عزم کے تحت نوشہرہ ڈویژن کی پنچایت چوکیاں اور پنچایت کلسیاں میں عوامی رسائی کیمپ کا انعقاد کیا۔ اس پروگرام کا مقصد عوام سے براہ راست رابطہ قائم کرنا اور ان کے مسائل کو فوری طور پر حل کرنا تھا۔ عوامی دربار میں مقامی لوگوں نے متعدد اہم مسائل اجاگر کئے/ 110

مابعد پہلگام دہشت گردانہ حملہ، نئی دہلی میں اعلیٰ سطحی مشاورت جاری

وزیر اعظم مودی نے آرمی چیف سے ملاقات

تازہ اندرونی اور سرحدی صورتحال نیز آئندہ لائحہ عمل پر اہم تبادلہ خیال

سری نگر/ /یکم مئی، اپریل/ /پہلگام دہشت گردانہ حملے کے بعد پیدا شدہ صورتحال اور آئندہ کے لائحہ عمل پر مرکزی راجدھانی نئی دہلی میں اعلیٰ سطحی تبادلہ خیال اور مشاورت جاری ہے۔ جے کے این ایس مانیٹرنگ ڈیسک کے مطابق 22 اپریل کو ہونے والے بدترین حملے، جس میں 25 سیاح

اور ایک مقامی ٹٹو والا جاں بحق ہوگیا، کے بعد سے وزیر اعظم مودی ذاتی طور پر پوری صورتحال پر نظر رکھے ہوئے ہیں، اور انہوں نے موجودہ صورتحال، فوری انسدادی اقدامات اور آئندہ کی حکمت عملی کے حوالے سے سینئر مرکزی وزراء کیساتھ ساتھ فوج کی تینوں شاخوں کے سربراہان اور مختلف سراغ رساں ایجنسیوں کے اعلیٰ افسران کیساتھ صلاح مشورہ جاری رکھا ہے۔ بدھ کو کابینہ کی سلامتی، سیاسی اور اقتصادی امورات/ 109

چیف جسٹس نے نئے ججوں کو حلف دلایا

جموں/ /انفو/ /چیف جسٹس جموں وکشمیر اور لداخ ہائی کورٹ جسٹس ارون پلی نے جسٹس سنجے پریہار اور جسٹس شہزاد عظیم کو جموں وکشمیر اور لداخ ہائی کورٹ کے ججوں کے طور پر حلف دلایا۔ یہ تقریب چیف جسٹس کے کورٹ روم میں منعقد ہوئی۔ حلف برداری کی تقریب میں جموں میں جسٹس سندھو شرما، جسٹس رجنیش اوسوال، جسٹس جاوید اقبال وانی، جسٹس راہل بھارتی، جسٹس موکشا کھجوریہ کاظمی، جسٹس راجیش سیکھری اور جسٹس محمد یوسف وانی نے ذاتی طور پر شرکت کی جبکہ سری نگر ونگ سے جسٹس سنجیو کمار، جسٹس ونود چٹرجی/ 108

بعد دوپہر موسمی صورتحال میں تبدیلی آئی، سرینگر سمیت شمال وجنوب میں رجم جم بارشیں

سرینگر/ /یکم مئی/ /سی این آئی/ /محکمہ موسمیات کی پیشگوئی کے عین مطابق بعد دوپہر ایک مرتبہ پھر موسمی صورتحال میں تبدیلی آتے ہوئے وادی کشمیر میں رم جم بارشوں کے ساتھ ساتھ تیز آندھی اور کئی علاقوں میں ژالہ باری کے نتیجے میں کھیت کھلیانوں میں بھاری پیمانے پر تباہی مچ گئی۔ ادھر محکمہ موسمیات کا کہنا ہے کہ 5 مئی تک موسم عام طور پر ابر آلود رہنے کی توقع ہے۔ سی این آئی کے مطابق بعد دوپہر موسمی صورتحال میں اچانک تبدیلی آئی اور شہر سرینگر سمیت وادی/ 107

پہلگام دہشت گردانہ حملہ کیس، قومی تحقیقاتی ایجنسی نے لائی تحقیقات میں تیزی

NIA چیف سدانند دتے کی پہلگام آمد

حملہ آوروں کی معاونت اور سازش میں شامل 14 مقامی دہشت گردوں کی شناخت

سری نگر/ /یکم، مئی، اپریل/ /پہلگام دہشت گردانہ حملہ کیس سے متعلق تحقیقات کی ذمہ داری سنبھالنے کے بعد قومی تحقیقاتی ایجنسی (NIA) کے ڈائریکٹر جنرل سدانند دتے جمعرات کو جموں وکشمیر کے پہلگام پہنچے جب ایجنسی نے ہلاکت خیز اور دہشت ناک معاملے کی جانچ شروع کی۔ جے کے این ایس

کے مطابق میڈیا رپورٹس میں بتایا گیا کہ اتوار کو قبل ازیں، قومی تحقیقاتی ایجنسی (NIA) نے پہلگام دہشت گردانہ حملہ کیس جموں وکشمیر/ 111

جے کے سمدھان 2.0

عوامی شکایات کا معیاری اور بروقت ازالہ مؤثر انتظامیہ کی بنیاد ہے۔ چیف سیکرٹری

13 لاکھ سے زیادہ شہریوں کی رجسٹریشن مختصر مدت میں قابل ذکر پیش رفت کی عکاسی کرتی ہے

جموں/ /انفو/ /چیف سیکرٹری اٹل ڈولو کی صدارت میں جے کے سمدھان 2.0 پورٹل کے تحت عوامی شکایات کے ازالے کے نظام کا تفصیلی جائزہ میٹنگ منعقد ہوئی جس میں مختلف سرکاری محکموں اور ضلعی انتظامیہ کی کارکردگی، ردعمل کی رفتار، معیار اور مؤثریت کا بغور جائزہ لیا گیا۔ میٹنگ میں سیکرٹری عوامی شکایات محکمہ، مختلف محکموں کے ایڈمنسٹریٹیو سیکرٹریوں اور یوٹی بھر کے ضلع ترقیاتی کمشنروں نے

بذریعہ ویڈیو کانفرنسنگ شرکت کی۔ چیف سیکرٹری نے کہا کہ کسی بھی شکایتی نظام کی کامیابی صرف شکایات کے اندراج میں نہیں بلکہ ان کے بروقت اور اطمینان وتسلی بخش ازالے میں پوشیدہ ہے۔ انہوں نے زور دیا کہ شہریوں کے مسائل کا بروقت حل عوام کے حکومتی نظام پر اعتماد کو مضبوط کرتا ہے اور ان کی فعال شمولیت کو یقینی بناتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ شکایات کا صرف اندراج یا/ 112

بلندی اور پستی دونوں ہی آپ کے ہاتھ میں!

تحریر....
مبشرہ خالد

آج ہم جدید ٹیکنالوجی کے دور میں جی رہے ہیں اور ہمیں ٹیکنالوجی نے کچھ اس طرح سے زیر کیا ہے کہ آج کل کہا جاتا ہے کہ "آج کل بچوں کی تربیت والدین سے زیادہ ٹی وی اور انٹرنیٹ کررہے ہیں...!"

اگر ہم **1990**ء کی دہائی کی بات کریں، تو بچے عینک والا جن، ٹوم اینڈ جیری، ننجا ٹرٹلز، کھل جا سم سم وغیرہ دیکھتے تھے، جنھیں مخصوص اوقات میں دیکھا جاتا تھا اور اس کے بعد سائیکل چلانا، کرکٹ، چھپن چھپائی، پکڑم پکڑائی، کھوکھو، برف پانی وغیرہ جیسے جسمانی کھیل کھیلے جاتے تھے۔

اس کے بعد باقاعدہ اپنے اماں ابا کے ساتھ بھی بیٹھا جاتا تھا اور سونے سے پہلے رسائل پڑھے جاتے یا کتب بینی کرکے سویا جاتا تھا۔ اس قسم کے اوقات کا فائدہ یہ ہوتا تھا کہ جسمانی اور دماغی دونوں طور پر بچے صحت مند رہتے تھے۔ بچوں کے ساتھ مائیں بھی اپنی صحت کا خیال رکھتی اور ان کی تربیت پر خصوصی توجہ دیتی تھیں کہ ان سے کوئی ایسی بھول چوک نہ ہو جو کل کو ان کی شخصیت کی بربادی کا سبب بنے۔

مگر آج دور تبدیل ہو چکا ہے۔ 'سوشل میڈیا' کے ساتھ ساتھ اس بات پر بھی خصوصی توجہ ہوتی ہے کہ فون پر بھی گفت وشنید جاری وساری رہے اور پھر ایسے میں وہ عمل سرزد ہو جاتے ہیں، جو بچوں کی شخصیت میں ٹوٹ پھوٹ کا سبب بنتے ہیں۔

اکثر فون پر بات کرتے ہوئے ایک دوسرے کی برائیاں شروع کر دی جاتی ہیں اور پھر جس کی برائی کی گئی ہو اس کا سامنا بچے سے ہو جائے اور بچہ آپ کی کہی ہوئی بات دہرا دے تو آپ شرمندہ ہوتی ہیں، حتیٰ کہ اس میں آپ کا قصور ہے یا بچے کا اس کا فیصلہ آپ خود کریں؟ اس طرح یوں بھی ہوتا ہے کہ آپ کی بہن کا فون آیا اور آپ بات نہیں کرنا چاہتیں تو آپ کہیں گی "جاؤ کہہ دو امی سو رہی ہیں۔"

ایسے میں وہ بچہ مخمصے کا شکار ہو جاتا ہے کہ کیا جھوٹ بولنا غلط ہے یا صحیح؟ اور پھر جب وہ آپ سے جھوٹ بولتا ہے، تو آپ غصے کا اظہار کرتی ہیں، مگر کیا آپ نے سوچا ہے اسے جھوٹ بولنا دراصل کس نے سکھایا؟ وہی جو کہتے ہیں کہ کہنے سے زیادہ آپ کے عمل سے اثر ہوتا ہے۔

اسی طرح کوئی عمل کرتے ہوئے یہ بات سوچی جاتی ہے کہ ابھی تو بچے کھیل رہے ہیں یا پھر مصروف ہیں، تو یہ ہمارے کسی عمل یا پھر بات پر کہاں غور کریں گے؟ اور یہی بات سوچ کر مائیں بچوں کے سامنے ایسی فلمیں اور ڈرامے وغیرہ دیکھ لیتی ہیں اور اس وقت ان کی سوچ یہی ہوتی ہیں کہ ان کے بچے چھوٹے ہیں اور کچھ بھی سمجھنے سے قاصر ہیں، مگر ایسا ہوتا نہیں ہے۔

بے شک وہ بچے اس ڈرامے میں ہونے والی سازشیں نہیں سمجھ سکتے، مگر وہ اس میں استعمال ہونے والی زبان ضرور سن سکتے ہیں اور پھر وہ اسی زبان کا استعمال اسکول اور دیگر جگہوں پر کرتے ہیں، تو پھر ماؤں کو اپنی غلطی کا احساس ہوتا ہے، حتیٰ کہ سوچا جائے، تو غلطی کس کی ہے آپ کی یا پھر بچے کی؟ جو یہ سوچتی ہیں کہ کیا ہوا اگر انھوں نے کوئی پروگرام جو بچوں کی عمر سے مطابقت نہیں رکھتا، ان کے سامنے دیکھ لیا، تو اس سے بچوں کی ذات اور شخصیت پر کوئی فرق نہیں پڑے گا۔

فرق تو بہت پڑتا ہے، یہ ذمہ داری تو ماؤں پر عائد ہوتی ہیں کہ بے شک فون پر بات کر کے یہ جواب دے دیں کہ میں فی الحال سونے جا رہی ہوں اور بچے کو جھوٹ بولنے پر مجبور نہ کریں۔ بچوں کے سامنے کسی پر نکتہ چینی کرنے سے گریز کریں، میڈیا میں موجود وہ مواد دیکھنے سے گریز کریں جو بچوں سے مطابقت نہ رکھتا ہو اور ان کی شخصیت کو بگاڑنے کا باعث بنے۔

آج کے دور میں بچوں کی پرورش ایک انتہائی حساس معاملہ ہوگیا ہے، آج کل اس بات کی ذیادہ ضرورت ہوگئی کہ والدین اپنی بول چال، انداز، گفتگو، فعل سب کی طرف توجہ دے اور دھیان سے سر انجام دیں اور ٹی وی اور انٹرنیٹ سے ذیادہ ان کی پرورش خود کریں، کیوں کہ آج کل اس بات کی ضرورت نہیں کہ بیٹھا جائے اور بچے کو سمجھایا جائے اور پھر وہ سیکھے، آج تو جو آپ کریں گے، کہیں گے، بچہ وہی سیکھے سمجھے اور کہے گا، کیوں کہ بچے تو پھر آپ ہی کے ہیں. بلندی اور پستی دونوں ہی آج آپ کے ہاتھ میں ہیں.

ہم آہنگی کے لیے کچھ تو وقت دیجیے!

تحریر.....
سمیرا انور

نیا ماحول، نئے لوگ، نئے رسم و رواج سے لپٹے گھرانے میں بیاہ کر کے جب کوئی لڑکی آتی ہے، تو اس کے لیے اس نئے ماحول میں رچ بس جانا اتنا آسان نہیں ہوتا۔ ماں باپ کے گھر سونے جاگنے کی روٹین اور تھی، صبح جلدی اٹھ جاتے ہوں گے یا دیر سے اٹھ کر ناشتے کا رواج ہوگا اور یہاں سسرال میں ہو سکتا ہے، صبح فجر کی اذان کے ساتھ سب اٹھ جاتے ہوں یا ہو سکتا ہے گیارہ، بارہ بجے ناشتا کرتے ہوں۔

میرا ذاتی تجربہ ہے کہ کسی گھر میں نئے آنے والے فرد کو زیادہ پریشان کن صورت حال کا سامنا کرنا پڑتا ہے، اگر وہ خود کچھ تبدیل کرنے کی کوشش کرے، تب مسئلے پیدا ہوتے ہیں، اگر کچھ نہ تبدیل کرے، تب بھی یہی سمجھا جاتا کہ اسے گھر سنبھالنا نہیں آتا، اسے کسی کام میں دل چسپی ہی نہیں ہے۔

یہ کچھ کرنا ہی نہیں چاہتی۔ ہر جگہ ایسا بھی نہیں ہوتا، جو بہت خود اعتماد خواتین ہوتی ہیں یا جو آتے ہی شوہر کی پسندیدہ ہو جاتی ہیں، انھیں کچھ کم پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ بہرحال دونوں پارٹیوں کے درمیان افہام وتفہیم اسی صورت پیدا ہوگا، جب دونوں ایک دوسرے کو سمجھیں گے کچھ وقت دیں گے۔ یعنی سسرالی رشتے داروں کو چاہیے کہ نئی آنے والی بہو کو کچھ وقت دیں نہ کہ آتے ساتھ ہی اس پر 'افسری' جھاڑنا شروع کر دیں اور بہو کو بھی چاہیے کہ خاموشی سے سسرال کے طور طریقے سیکھے اور ان کے مطابق خود کو ڈھالنے کی کوشش کریں۔

یہ ہمارے معاشرے کا المیہ ہے کہ گھر میں قدم رکھنے والے نئے فرد کو سمجھا جاتا ہے کہ وہ ہرفن مولا ہوگا۔ جلدی جلدی ہر کام کرنے کا عادی ہوگا اور ہر وقت دوسروں کے لیے دروازے پر کھڑا ہوگا۔ کبھی سوچا ہے کہ وہ بھی ہمارے جیسا انسان ہے اس کی طبیعت بھی خراب ہو سکتی ہے اس کے بھی آپ کی طرح ماں باپ ہیں جن سے ملنے کے لیے اس کا دل بھی بے تاب ہو سکتا ہے۔ یہ ہر سسرال کی کہانی نہیں ہے، کہیں بہت الٹ بھی ہوتا ہے۔ بہت چاؤ سے بہو لاتے ہیں اور وہ اگلے روز ہی سے الگ ہونے کا مطالبہ کرنے لگتی ہے، نئے نئے خرچ نکال کر سامنے رکھ دیتی ہے۔

دونوں صورت حال سے نمٹنے کے لیے گھر کے بزرگ سامنے آئیں اور ایک دوسرے کو سمجھائیں کہ گھر کے نئے فرد کو کچھ وقت دیں اس کی غلطیوں پر اسے سمجھائیں نہ کہ طنز کے تیر چلائیں۔ کچھ غلط ہو جائے تو اس پر پردہ ڈالنے کی کوشش کریں اور علاحدگی میں سمجھائیں نہ کہ سب کے سامنے بے عزت کریں۔ بہو، ساس، نند کی ان بن یا چپقلش تقریباً ہر گھر میں ہی چلتی ہے، مگر اسے مثبت رخ دیں۔ گھر کا امن قائم رکھنے کے لیے سبھی برابر کی کوشش کریں۔

بہو کو بلا وجہ تنقید کا نشانہ نہ بنائیں اور نہ ہر آنے والے کے سامنے اس کی برائیاں کریں۔ بہو کو بھی چاہیے کہ سسرال والے اسے عزت دے رہے ہیں، تو اس کا ناجائز فائدہ نہ اٹھائے، بلکہ ان کا احترام کرتے ہوئے ہر معاملے میں ان کا ساتھ دے۔ شوہر کی ذمہ داریوں میں ساتھ دے۔ گھر کے سب افراد مل کر ایک نئے فرد کو اپنے رسم و رواج کے مطابق ڈھال سکتے ہیں، بس تھوڑا سا وقت دیں اور انتظار کریں کہ بہت جلد سب روزمرہ کاموں کی سرگرمیاں سیکھ جائیں گے۔ تھوڑا صبر اور برداشت ہی تو چاہیے، جو آپ کے گھر کے ماحول کو منفی اثرات سے بچا کر مثبت رخ دے سکتی ہے۔

ایسا نہ ہو کہ نندیں آئیں اور اپنی راج دھانی چلاتے ہوئے سب کچھ الٹ پلٹ کرنے کی کوشش کریں۔ یہ گھر کے بزرگوں کو چاہیے کہ وہ خود اپنے مسئلے حل کریں، نہ کہ بیٹیوں کو بولنے کی عادت ڈالیں، یہیں سے صورت حال خراب ہوتی ہے جب بڑی چھوٹی نندیں ماں باپ کے گھر حکمرانی کرنے چلی آتی ہیں، تو بات بننے کی بہ جائے بگڑتی چلی جاتی ہے، اس لیے کوشش کیجیے کہ معاملہ بیٹیوں تک پہنچنے ہی نہ دیا جائے، بلکہ ساس سسر ہی مل بیٹھ کر رفع دفع کرلیں۔

یہ بات درست ہے کہ تالی ایک ہاتھ سے نہیں بجتی، اس لیے مان لیجیے کہ ہر جگہ بہو ہی مظلوم نہیں ہوتی، بلکہ یہ دیکھا گیا ہے کہ جہاں بہو لانے کی خوشی میں ساس پھولے نہیں سماتیں، وہیں بہوئیں آ کر گھر کا سکون خراب کر دیتی ہیں۔ لاڈ محبت کا ناجائز فائدہ اٹھاتی ہیں اور شوہر کی محبت کی رتی بھر پرواہ نہیں کرتی۔ بس تھوڑا صبر کریں، دیل دیکھیں اور تیل کی دھار دیکھیں۔ وقت اور حالات بہت کچھ سکھا دیتے ہیں۔

غلط رویے بہت جلد اپنے انجام کو پہنچ جاتے ہیں اور کسی دوسری صورت میں سبھی کے کس بل نکل جاتے ہیں اس لیے بس اپنے دل کو سمجھائیں اور ساری چیزیں اللہ پر چھوڑ دیں، اگر آپ بہو ہیں یا ساس ہیں، تو اپنے حصے کا مثبت کام کر کے باقی معاملات رب پر چھوڑ کر بدلہ لینے کا خیال ذہن سے نکال دیجیے۔ اس کے ساتھ اپنی منفی سوچوں کو مثبت رخ دینے کی کوشش کیجیے، تاکہ آپ کا ضمیر مطمئن اور پُرسکون ہو اور آپ خوش گوار زندگی گزار سکیں۔

بدلے یا انتقام کا جذبہ نہ ہونے کا مقصد اپنی زندگی کا سکون برقرار رکھنا ہے۔ زندگی بہت کم ہے اور سکھ کے لمحے اس سے بھی کم۔ اس لیے یہ سوچ کر کہ آپ کیوں کسی منفی سرگرمی میں اپنا وقت لگائیں، اپنے آپ کو اس سوچ سے الگ کرلیں۔

اکثر ہم انتقام خود کو اونچا دکھانے کے لیے دیتے ہیں اور مخالف کو یہ بتانا ہوتا ہے کہ آپ اس سے زیادہ زور آور ہیں، اس لیے شکست اسی کو ہوگی، ممکن ہے کہ اس مسابقت میں آپ جیت بھی جائیں، لیکن اس کے بدلے میں آپ کا جتنا وقت ضایع ہوگا وہ کبھی نہیں مل سکے گا، جب کہ اگر آپ انتقام لینے سے گریز کا طریق اپنائیں گی تو بہت ممکن ہے کہ دوسرا فریق خود شرمندہ ہو یا ایک وقت کے بعد اسے ندامت ہو جائے۔

اسرائیل کو تاریخ کی سب سے بڑی آگ کا سامنا، عالمی برادری سے مدد مانگ لی

اسرائیل میں مقبوضہ بیت المقدس کے قریب جنگلات میں خوفناک آگ بھڑک اٹھی، جسے وہاں کی سب سے بڑی آگ قرار دیا جارہا ہے، آتشزدگی کے نتیجے میں کم از کم 23 افراد زخمی ہوگئے جبکہ مقبوضہ بیت المقدس اور تل ابیب کے درمیان شاہراہ کو بند کردیا گیا،صہیونی حکومت نے آگ پر قابو پانے کے لیے عالمی برادری سے مدد مانگ لی۔ترک نشریاتی ادارے 'انادولو' کی رپورٹ کے مطابق تل ابیب نے بدھ کو شدید گرمی کی وجہ سے لگنے والی آگ پر قابو پانے کے لیے بین الاقوامی امداد کی درخواست کرتے ہوئے کہا ہے کہ اسرائیلی حکام نے وسطی اسرائیل کے کئی قصبوں کو خالی کرالیا ہے اور ایک اہم شاہراہ کو بند کر دیا ہے۔اسرائیل کے 'چینل 12' کے مطابق یہ آگ اب 2010 میں کارمل جنگل میں لگنے والی تباہ کن آگ کے پیمانے سے تجاوز کر گئی ہے، اور سرکاری نشریاتی ادارے 'کے اے این' کی رپورٹ کے مطابق کم از کم 20 افراد زخمی ہوئے ہیں، جن میں سے زیادہ تر دھوئیں سے سانس لینے کی وجہ سے متاثر ہوئے ہیں۔ کے

اے این نے مزید کہا کہ مقبوضہ بیت المقدس کے قریب آصف ہارون ہسپتال نے تصدیق کی ہے کہ 10 افراد کو علاج کے لیے لایا گیا ہے۔اس سے قبل اسرائیلی روزنامہ 'یدیوت احرونوت' نے کہا تھا کہ آگ لگنے سے 12 افراد زخمی ہوئے ہیں، فائر اینڈ ریسکیو سروس کی جانب سے جاری بیان میں کہا گیا ہے کہ نیو یہ شالوم، بیکوعہ، تاؤز، ناخشون اور میسلات تزیون کی آبادیوں کو محفوظ مقامات پر منتقل کردیا گیا ہے۔ بڑھتے ہوئے درجہ حرارت اور تیز ہواؤں کی وجہ سے متعدد علاقوں میں بھڑکنے والی آگ کی وجہ سے لوگوں کو نکالنے کا عمل شروع ہوا جبکہ فائر بریگیڈ کی 111 ٹیموں اور 11 طیاروں نے آگ بجھانے کی کوششوں میں حصہ لیا۔ کے اے این نے مقبوضہ بیت المقدس اور تل ابیب کے درمیان ایشتول جنگلات کے علاقے میں بھی آگ لگنے کی اطلاع

دی، حکام نے جنگل کی آگ کی وجہ سے مزید آبادیوں کے ممکنہ انخلا کے لیے ہدایات جاری کی ہیں۔فائر اینڈ ریسکیو سروس نے آگ کی وجہ سے انتباہ کو بلند ترین سطح پر پہنچادیا ہے اور مقبوضہ بیت المقدس اور تل ابیب کے درمیان لگنے والی آگ پر قابو پانے کے لیے بین الاقوامی مدد طلب کرلی ہے، حکام نے احتیاط کے طور پر دونوں شہروں کو ملانے والی مرکزی شاہراہ کو بھی بند کروایا۔اسرائیل نے یونان، کروشیا، اٹلی اور یونانی قبرصی انتظامیہ سے آگ بجھانے میں مدد کی درخواست کی ہے،'چینل 7' نے خبر دی ہے کہ اگر ضروری ہوتو فضائیہ کے اڈے غیرملکی فوجوں کے فائر فائٹنگ طیاروں کو ایڈجسٹ کرنے کے لیے تیار ہیں۔اسرائیلی میڈیا کے مطابق وزیرخارجہ گیدون سار نے آگ بجھانے کی کوششوں میں مدد کے لیے عالمی برادری سے رابطے شروع کردیے ہیں۔

جنگ ختم ہونے کے بعد بھی افغانستان بحرانوں میں گھرا ہوا ہے، اقوام متحدہ

اقوام متحدہ کا کہنا ہے کہ موسمیاتی تبدیلی، خواتین کے حقوق، نقل مکانی، غربت سمیت افغانستان کو متوازی بحرانوں کا سامنا ہے، جنگ ختم ہونے کے بعد بھی یہ ملک بحرانوں میں گھرا ہوا ہے۔عالمی خبر رساں ادارے اے ایف پی کی رپورٹ کے مطابق اقوام متحدہ کے ریلیف چیف ٹام فلیچر نے اے ایف پی سے بات کرتے ہوئے امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ کی جانب سے امدادی بجٹ میں "ظالمانہ" کٹوتیوں پر افسوس کا اظہار کیا۔شمالی افغانستان کے صوبہ قندوز کے دورے کے دوران اے ایف پی کے ساتھ ایک انٹرویو میں انسانی امور کے لیے اقوام متحدہ کے انڈر سیکریٹری جنرل ٹام فلیچر نے کہا،'ہم نے دنیا بھر میں 17 بحرانوں کی نشاندہی کی ہے جہاں ہماری مداخلت سب سے زیادہ فوری اور اہم ہے، اور افغانستان اس فہرست میں سب سے اوپر ہے۔

صرف 10 ہزار روپے کی شرط لگا کر شراب کی 5 بوتلیں پینے والا 21 سالہ نوجوان ہلاک

کرناٹک میں دوستوں کے ساتھ صرف 10 ہزار روپے کی شرط لگا کر شراب کی پانچ بوتلیں پینے والا ایک 21 سالہ نوجوان ہلاک ہو گیا۔بھارتی میڈیا کی رپورٹ کے مطابق ہلاک نوجوان نے اپنے دوستوں سے کہا تھا کہ وہ شراب کی پانچ بوتلیں پانی میں ملا کر پی سکتا ہے، جس پر ایک دوست نے کہا کہ اگر اس نے ایسا کیا تو وہ اسے 10,000 روپے دیں گے۔نوجوان پانچ بوتلیں پینے کے بعد شدید بیمار ہو گیا، اسے اسپتال میں داخل کرایا گیا جہاں دوران علاج وہ دم توڑ گیا، ہلاک نوجوان کی شادی کو ایک سال ہوا تھا اور اس کی بیوی نے آٹھ دن پہلے ہی ایک بچے کو جنم دیا تھا۔ہلاک نوجوان کے دوستوں سمیت 6 افراد کے خلاف پولس اسٹیشن میں کیس درج کرلیا گیا، دو ملزمان کو گرفتار کرلیا گیا، پولیس دیگر ملزمان کی تلاش کر رہی ہے۔ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن کے مطابق تقریباً 2.6 ملین لوگ ہر سال شراب نوشی سے مرتے ہیں جو کہ عالمی اموات کا 4.7 فیصد بنتا ہے۔ اسے اسپتال میں داخل کرایا گیا جہاں دوران علاج وہ دم توڑ گیا، ہلاک نوجوان کی شادی کو ایک سال ہوا تھا اور اس کی بیوی نے آٹھ دن پہلے ہی ایک بچے کو جنم دیا تھا۔ہلاک نوجوان کے دوستوں سمیت 6 افراد کے خلاف پولس اسٹیشن میں کیس درج کرلیا گیا، دو ملزمان کو گرفتار کرلیا گیا، پولیس دیگر ملزمان کی تلاش کررہی ہے۔

سینئر فوجی کمانڈر کے بعد فضائیہ کے نائب سربراہ ایئر مارشل ایس پی دھارکر بھی برطرف

سرکار نے حکم عدولی پر بری فوج کے اعلیٰ عہدیدار کے بعد فضائیہ کے اعلیٰ افسر کو بھی برطرف کردیا، فضائیہ کے وائس چیف آف ایئر اسٹاف ایئر مارشل ایس پی دھارکر کو عہدہ سنبھالنے کے 7 ماہ بعد ہی عہدے سے ہٹادیا گیا۔ڈان نیوز کے مطابق ذرائع کا کہنا ہے کہ ایئر مارشل ایس پی دھارکر منگل کی رات کشمیر میں رافیل طیاروں کی جارحانہ پروازوں کے نگران تھے، تاہم پاک فضائیہ کی جانب سے رافیل طیاروں کو فوری اور موثر انداز میں روکے جانے بعد ایئر مارشل ایس پی دھارکر کی پیشہ ورانہ صلاحیتوں پر سوال اٹھائے جا رہے تھے۔ذرائع کے مطابق بھارتی فضائیہ کے نائب سربراہ نے اپنے پائلٹس کی رافیل ہینڈلنگ پر شدید عدم اطمینان کا اظہار کیا۔

امریکا اور یوکرین میں کئی ماہ کے مذاکرات کے بعد معدنیات کے مشترکہ استعمال کا معاہدہ طے

امریکا اور یوکرین نے کئی ماہ کے کشیدہ مذاکرات کے بعد توانائی اور معدنی وسائل کے مشترکہ استعمال کے معاہدے پر دستخط کر دیے۔بی بی سی نیوز کی رپورٹ کے مطابق دونوں ممالک نے روس کے ساتھ جنگ سے یوکرین کی معاشی بحالی کو فروغ دینے کے لیے تعمیر نو سرمایہ کاری فنڈ قائم کرنے پر اتفاق کیا ہے۔امریکی سیکریٹری خزانہ اسکاٹ بیسنٹ نے کہا کہ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ دونوں فریق یوکرین میں دیرپا امن اور خوشحالی کے لیے پرعزم ہیں، کیف کے لیے اس معاہدے کو امریکی فوجی امداد تک رسائی کے لیے ضروری سمجھا جا رہا ہے۔خیال کیا جاتا ہے کہ یوکرین میں گریفائٹ، ٹائٹینیم اور لیتھیم جیسی اہم معدنیات کے وسیع ذخائر موجود ہیں، قابل تجدید توانائی، ملٹری ایپلی کیشنز اور صنعتی بنیادی ڈھانچے میں ان کے استعمال کی وجہ سے ان کی بہت زیادہ مانگ ہے۔یہ معاہدہ ایک ایسے وقت میں ہوا ہے جب امریکا اور چین کے درمیان تجارتی جنگ جاری ہے، جہاں دنیا کے موجودہ نایاب ذخائر کا 90 فیصد حصہ موجود ہے۔امریکی محکمہ خزانہ کی جانب سے جاری بیان کے مطابق نو تشکیل شدہ 'یو ایس یوکرین ری کنسٹرکشن انویسٹمنٹ فنڈ' فروری 2022 میں روس کے حملے کے بعد سے یوکرین کو دی جانے والی 'اہم مالی اور مادی مدد' کو تسلیم کرتا ہے۔امریکی سیکریٹری خزانہ نے ایک ویڈیو بیان میں کہا کہ اس معاہدے سے یوکرین کے ترقی کے اثاثوں کو کھولنے میں مدد ملے گی۔اعلان کی زبان ٹرمپ انتظامیہ کے معمول سے کہیں زیادہ یوکرین کے ساتھ یکجہتی ظاہر کرتی ہے۔اس میں 'روس کے مکمل پیمانے پر حملے' کا حوالہ دیتے ہوئے کہا گیا ہے کہ 'کسی بھی ریاست یا شخص کو جس نے روسی جنگی مشینوں کی مالی اعانت یا فراہمی کی تھی، یوکرین کی تعمیر نو سے فائدہ اٹھانے کی اجازت نہیں دی جائے گی'۔کریملن نے اب تک اس معاہدے پر کوئی ردعمل ظاہر نہیں کیا ہے۔یوکرین کی نائب وزیر اعظم یولیا سویریڈینکو (جو بدھ کے روز معاہدے پر دستخط کرنے واشنگٹن پہنچی تھیں) نے 'ایکس' پر ایک پوسٹ میں کہا کہ 'نیا فنڈ ہمارے ملک میں عالمی سرمایہ کاری کو راغب کرے گا۔

ناردن ریلوے

ای-ٹنڈر نوٹس

ڈویژنل انجینئر-نہرڈ ,فیروزپور کے ذریعے صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے درج ذیل ای-ٹنڈرز , آخری تاریخ 19.05.2025 وقت 15:00بجے تک www.ireps.gov.in پر طلب کی جاتی ہے ۔ ٹنڈر دہندہ اپنی اصل / ترمیمی ٹنڈر بند ہونے کی تاریخ ووقت تک جمع کر سکتے ہیں ۔ مینوئل ٹنڈر اہل نہیں ہے اور ایسے کسی بھی موصولہ آفر کو قبول نہیں کیا جائے گا ۔ ٹھیکیدار ٹنڈر لیٹر کی لاگت اور بیعانہ رقم کی ادائیگی صرف www.ireps.gov.in پورٹل پر دستیاب آن لائن طریقے جیسے نیٹ بینکنگ ,ڈیبٹ کارڈ, کریڈٹ کارڈ وغیرہ سے ادائیگی کر سکتے ہیں ۔ ڈیمانڈ ڈرافت ,بینکرس چیک ,ایف۔ ڈی۔ آر ۔ ورسیدیں وغیرہ کے ذریعے سے ادائیگی کی اجازت نہیں ہے ۔

ٹنڈر قسم	ٹنڈر محکمہ	بولی سسٹم	ٹنڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ	بولی شروع ہونے کی تاریخ	بولی بند ہونے کی تاریخ ووقت
اوپن	کام	ایکل بولی سسٹم	26.04.2025	05.05.2025	19.05.2025/15:00بجے

نمبر شمار	ٹنڈر نمبر تاریخ	ٹنڈر کی تفصیل
1	06-2025-26-ADEN-I-ASR	اسسٹنٹ ڈویژنل انجینئر -فرسٹ / امرتسر کے تحت سینئر محکمائی انجینئر / ورکس / ورکشاپ / امرتسر کے محکمہ میں آئی سی ایف اور ایل ایچ بی بوگیوں کے مکینیکل ورکشاپ کر کور کھاؤ / آئی او ایچ کے لئے اتپاد کتا بڑھانے کے لئے ویگن -4 شیڈ کی توسیع کا کام ۔
2	07-2025-26-ADEN-I-ASR	امرتسر ورکشاپ کے اسٹور ڈپو کے اسکریپ یارڈ میں آر سی سی بن اور فرش کی ترقی کر کے سدھار کیا جائے گا ۔

نمبر شمار	اشتہار کی قیمت (روپے)	بیعانہ رقم	آفر کی مدت	اختتامی مدت
1	96,98,802.03/-	1,94,000.00/-	60 دن	04 ماہ
2	1,50,38,142.93/-	2,25,200.00/-	60 دن	04 ماہ

اسی نوعیت کا کام: - ٹریک کام کے علاوہ کوئی بھی سوال کام"

نوٹ 1. ٹنڈر ڈالنے سے پہلے ,ٹنڈر دہندہ ٹنڈر سے متعلق جاری کئے گئے کسی بھی تصحیح نامہ کی جانچ کریں گے ۔
2. ہندی میں کسی بھی تضاد کے لئے انگریزی ورژن دیکھیں ,اور انگریزی ورژن ہی درست ہو گا ۔

ٹنڈر نوٹس لیٹر نمبر۔ 06 & 07-2025-26-ADEN-I-ASR Date: 28.04.2025

1269/2025

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

غزہ میں 6 ہفتوں کے دوران اسرائیلی دہشتگردی میں 600 بچوں سمیت 2308 فلسطینی شہید

غزہ میں 6 ہفتوں کے دوران اسرائیلی دہشت گردی کے نتیجے میں 600 بچوں سمیت 2308 فلسطینی شہید اور 5 ہزار 973 زخمی ہوگئے، آج صبح سے جاری اسرائیلی درندگی کے نتیجے میں مزید 14 فلسطینی شہید ہوگئے۔مڈل ایسٹ آئی نے غزہ کی وزارت صحت کے حوالے سے بتایا ہے کہ 18 مارچ کو اسرائیل کی جانب سے جنگ بندی کی خلاف ورزی کے بعد سے اب تک اسرائیلی حملوں میں 2308 افراد ہلاک اور 5973 افراد زخمی ہو چکے ہیں۔فلسطینی مرکز برائے انسانی حقوق کا کہنا ہے کہ ہلاک ہونے والوں میں 595 بچے اور 308 خواتین شامل ہیں۔الجزیرہ کی رپورٹ کے مطابق غزہ کی پٹی میں آج علی الصبح سے اب تک اسرائیل کے ہاتھوں کم از کم 14 فلسطینی شہید ہو چکے ہیں۔اقوام متحدہ کے دفتر برائے رابطہ برائے انسانی امور (او سی ایچ اے) نے کہا ہے کہ اسرائیل کی جانب سے جاری ناکہ بندی اور سرحدی گزرگاہوں کی بندش کی وجہ سے مارچ کے مقابلے میں اپریل میں غزہ میں غذائی قلت کا علاج کروانے والے بچوں کی تعداد میں 80 فیصد اضافہ ہوا او سی ایچ اے نے رپورٹ کیا ہے کہ 6 ماہ سے 2 سال تک کی عمر کے 92 فیصد بچوں اور ان کی ماؤں کو کم از کم مطلوبہ غذائیت نہیں مل رہی ہے اور غزہ کی 65 فیصد آبادی کو پینے کے صاف پانی تک رسائی حاصل نہیں ہے۔غزہ سٹی سے الجزیرہ کے نمائندے ہانی محمود نے خبر دی ہے کہ جاری اسرائیلی حملوں کی وجہ سے امداد کی قلت بڑھ رہی ہے۔انہوں نے کہا کہ لوگ ان علاقوں میں گوداموں میں موجود امداد تک نہیں پہنچ سکتے جہاں اسرائیلی فوج جارحانہ انداز میں کام کر رہی ہے،اور کھانا ضائع ہو رہا ہے۔ہانی محمود نے اقوام متحدہ کے اس بیان کا حوالہ دیا جس میں کہا گیا تھا کہ سرحد کے دوسری جانب انتہائی ضروری امداد اور بقا کی اشیا سے بھرے 3 ہزار ٹرک پھنسے ہوئے ہیں۔انہوں نے کہا کہ 10 لاکھ بچوں کا اس امداد پر انحصار ہے، اس کے بغیر ہم مکمل قحط کے دہانے پر کھڑے ہیں۔

امریکا نے جوہری مذاکرات سے قبل ایران پر نئی پابندیاں عائد کردیں

امریکا نے ایران کے ساتھ ہفتے کے روز ہونے والے مذاکرات کے نئے دور سے قبل ایرانی پیٹرولیم اور پیٹروکیمیکلز کی غیرقانونی تجارت میں ملوث ہونے کے الزام میں اداروں پر پابندیاں عائد کردی ہیں۔ڈان اخبار میں شائع برطانوی خبر رساں ادارے 'رائٹرز' کی رپورٹ کے مطابق امریکی محکمہ خارجہ نے ایک بیان میں کہا ہے کہ وہ متحدہ عرب امارات، ترکیہ اور ایران میں قائم 7 اداروں پر پابندیاں عائد کررہا ہے، جن پر ایرانی پیٹرولیم اور پیٹروکیمیکل مصنوعات کی تجارت کا الزام ہے، پابندی میں 2 بحری جہازوں کو بھی نشانہ بنایا گیا ہے۔امریکی سیکریٹری خارجہ مارکو روبیو نے ایک علیحدہ بیان میں کہا کہ اس کارروائی میں ایرانی پیٹروکیمیکل کے 4 فروخت کنندگان اور ایک خریدار کو نشانہ بنایا گیا ہے، جس کی مالیت کروڑوں ڈالر ہے۔

امریکا: کم عمر لڑکی کو برسوں تک زنجیر میں جکڑ کر جنسی زیادتی کا نشانہ بنایا جاتا رہا

امریکا سے تعلق رکھنے والی نوجوان لڑکی نے وسکونسن کے 64 سالہ شخص پر اسے کئی سالوں تک تہہ خانے میں رکھ کر زنجیروں میں جکڑنے، بھوکا رکھنے اور جنسی زیادتی کا نشانہ بنانے کا الزام لگایا ہے۔غیرملکی میڈیا کی رپورٹ کے مطابق لڑکی نے حکام کو بتایا کہ اسے کھانے کے لیے صرف روٹی کا ایک ٹکڑا دیا جاتا تھا اور اسے زمین پر ایک گڑھے سے پانی پینے پر مجبور کردیا گیا تھا۔رپورٹ کے مطابق عدالتی دستاویزات میں کہا گیا کہ ڈیوڈ بوائیڈ پر 2 کمسن لڑکیوں کے ساتھ جنسی زیادتی کا الزام ہے جب کہ متاثرہ لڑکیوں کی عمریں 10 سال سے کم تھیں، جنسی زیادتی اور استحصال مبینہ طور پر 2020 میں براؤن ڈیئر میں شروع ہوا جو 2024 تک جاری رہا جب کہ متاثرین میں سے ایک نے اپنے رضاعی والدین کے ساتھ زیادتی کے بارے میں بات کی۔انہوں نے دعویٰ کیا کہ ملزم بوائیڈ متاثرہ لڑکی کی گاڈ مدر کا بوائے فرینڈ تھا، وہ اسے ملواکی میں اپنے گھر لے گیا جہاں اس نے اسے تہہ خانے میں ایک کھمبے کے ساتھ زنجیر سے جکڑ دیا۔نوجوان لڑکی نے ایک تصویر بنائی جس کے ذریعے اس نے تمام تفصیل بیان کی کہ کس طرح سے اسے زنجیر میں جکڑ کر رکھا گیا، کس طرح سے کھانے کے لیے روٹی کا ایک ٹکڑا دیا گیا اور گڑھے میں پڑا پانی پینے پر مجبور کیا گیا۔ملزم نے نہ صرف لڑکی کو جسمانی طور پر ہراساں کیا بلکہ کئی مواقع پر اسے کئی مردوں کے پاس اسمگل بھی کیا، لڑکی نے الزام لگایا کہ ایک دن اسے اس بات پر مجبور کیا گیا کہ کئی مرد اس کے ساتھ ایک ساتھ جنسی زیادتی کریں گے۔بوائیڈ نے 2015 میں 5 سال کی عمر میں لڑکی کے ساتھ جنسی زیادتی شروع کی اور 12 سال کی عمر تک یہ سلسلہ جاری رہا۔اس شخص کے خلاف شکایت درج ہونے کے بعد حکام نے تحقیقات شروع کیں، انہیں ملزم کے گھر سے چاقو اور اس کے تہہ خانے کی چھت سے لٹکی زنجیریں ملیں۔عدالتی دستاویزات کے مطابق ملزم پر ایک ہی بچی کے ساتھ بار بار جنسی زیادتی، بدسلوکی، حبس بے جا رکھنے میں رکھنے، بچوں کی اسمگلنگ، اور خطرناک ہتھیار استعمال کرنے کا الزام ہے۔

ایران: 2 خواتین سمیت 7 افراد کو پھانسی دے دی گئی

خبر رساں ادارے اے ایف پی کے مطابق ناروے میں قائم ایران ہیومن رائٹس نے ایک بیان میں کہا کہ دو بالغ بچوں کی ماں 53 سالہ پروین موسوی کو ایران کی ارمیا جیل میں منشیات سے متعلق مختلف مقدمات میں سزا یافتہ 5 افراد کے ساتھ پھانسی دی گئی۔مشرقی ایران کے شہر نیشاپور میں 27 سالہ خاتون فاطمہ عبداللہی کو شوہر کے قتل کے الزام میں پھانسی دی گئی۔بیان میں مزید کہا گیا کہ ایران میں اس سال کم از کم 223 افراد کو پھانسی دی گئی جن میں سے کم از کم 50 پھانسیاں صرف مئی میں دی گئیں۔رپورٹ میں بتایا گیا کہ اپریل میں نئے ایرانی سال کے اختتام اور رمضان کی چھٹیوں کے بعد نیا رجحان شروع ہوا اور اب تک 6 خواتین سمیت 115 افراد کو پھانسی دی جا چکی ہے۔ایران میں کسی بھی دوسرے ملک کے مقابلے میں خواتین کو زیادہ

ناردن ریلوے

ای-نیلامی نوٹس

صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے سینئر ڈویژنل کمرشیل منیجر / مال بھاڑہ, ناردن ریلوے ,فیروزپور کے ذریعے نیچے دیے گئے کام کے لئے اہل اور رجسٹرڈ بولی دہندگان سے فیروزپور ڈویژن میں ای-نیلامی طلب کی جاتی ہیں۔

نیلامی فہرست نمبر	نیلامی شروع ہونے کی تاریخ ووقت	کام کا نام
EAFZR-SLR25-65	16.05.2025 کو 11:00 بجے	گاڑیوں میں پارسل اسپیس کو لیز پر دینے کا ٹھیکہ (ٹرین نمبر / ایس ایل آر کمپارٹمنٹ): 22424//F1, 14604//F1, 12422//F1, 15532//F1, 14028//F1, 19614//F1, 14818//F1, 14616//F1, 14028//R1 & 14028//F2.
EAFZR-SLR25-66	19.05.2025 کو 11:00 بجے	گاڑیوں میں پارسل اسپیس کو لیز پر دینے کا ٹھیکہ (ٹرین نمبر / ایس ایل آر کمپارٹمنٹ): 11058/R1, 12904/R1 & 12926/R1.

مفصل معلومات اور رجسٹریشن کے لئے ,براہِ کرم ریلوے کی ویب سائٹ www.ireps.gov.in پر جائیں

1283/2025

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

آسان اسلامی شادی

فرمانِ الٰہی کا مفہوم: ''اور اپنے غیر شادی شدہ آزاد افراد اور اپنے غلاموں اور کنیزوں میں سے باصلاحیت افراد کے نکاح کا اہتمام کرو کہ اگر وہ فقیر بھی ہوں گے تو اللہ اپنے فضل و کرم سے انہیں مال دار بنادیے گا کہ اللہ بڑی وسعت والا اور صاحب علم ہے۔'' (سورہ نور)

یہ وہ حکمِ الٰہی ہے، جسے تقریب نکاح میں یاد رکھنا چاہیے۔ کیوں کہ نکاح کی تقریب خالصتاً ایک عبادت الٰہیہ ہے، جس طرح ہم دیگر عبادتوں میں اُن کے آداب کا خیال رکھتے ہیں، اسی طرح اس عبادت میں بھی ہر اُس چیز کا خیال رکھنا پڑے گا جس سے آراضی رہتا ہے۔

اسلام کسی طرح کی بھی نمود ونمائش کو پسند نہیں کرتا، کیوں کہ نمود ونمائش انسان کی ترقی میں سوائے رکاوٹ کے کوئی اور اثر نہیں رکھتی، بالخصوص نکاح میں بھاری مہر، بڑا جہیز، دوطرفہ سختیاں اور غیر معقول اور غیر شرعی رسومات کی سختی سے ادائیگی، خاص طور پر مخلوط محفل کہ جس میں عریانیت وفحاشی عام ہوتی ہے اور یہ چیزیں نکاح کی تقریب سے کسی صورت میل ومناسبت نہیں رکھتیں اور شاید یہی وجہ ہو کہ نئی زندگی کا آغاز آ ورسول اکرم ﷺ اور اہلِ بیت رسول ﷺ کی لعنت اور ناراضی کے ساتھ ہونے کی وجہ سے ازدواجی زندگی میں چین، سکون، اُلفتیں، راحتیں، رزق وروزی میں برکت اور گھریلو آرام نصیب نہیں ہوتا۔

تقریب نکاح میں تصاویر، فلم بندی اور عکس بندی بھی فساد کی جڑ ہے۔ اگرچہ یہ بات پہلے ہی مسلمات میں سے ہے کہ کسی خاتون کا حُسن وآرائش کے ساتھ نامحرم کے آگے پیش ہونا، چاہے وہ عکس بندی کرنے والا ہو، یا کیمرہ مین، یا تقریب میں شریک گھر، خاندان اور محلے کے نوجوان لڑکے ہوں، حرام ہے۔ پھر تصاویر اور فلم بندی پر زرِ کثیر خرچ کیا جاتا ہے جو کہ بعد میں اختلافات کا سبب اور بُرے ثبوت کے طور پر باقی رہتا ہے۔

اور یہ چیز محبتوں کی راہ میں رکاوٹ، باہمی محبت واُلفت کا خاتمہ اور اُلجھنوں کا شکار بنا دیتی ہے اور ایسے ماحول میں آنے والا بچہ اُلفت ومحبت سے خالی، ذہنی انتشار کا شکار ہوتا ہے جو کہ کسی بھی معاشرے کے لیے زہر سے کم نہیں۔

ہمارے معاشرے میں اگر بعض اوقات نکاح سے پہلے بڑھ چڑھ کر انتہائی فراخ دلی کا مظاہرہ کرتے ہوئے جہیز کا انکار ان الفاظ میں کردیا جاتا ہے کہ آپ اپنی بیٹی دے رہے ہیں، یہی بہت ہے۔

ہمارے گھر میں سب کچھ ہے، آپ کی دی ہوئی چیزیں غیر ضروری ہوں گی، جہیز کی کوئی ضرورت نہیں، ہم تو آپ لوگوں سے رشتہ کرنے کو سعادت مندی سمجھتے ہیں اور اگر غلطی سے لڑکی کے والدین ان الفاظ کو سچ سمجھ کر شادی کرلیں تو پھر شادی کے دوسرے روز ہی سے طعنے اور جملے بازی اور کم ظرفی کا مظاہرہ شروع ہوجاتا ہے۔

بات بات پر احساس دلایا جاتا ہے کہ کہ تم کیالائی ہو؟ اِدھرلڑکی بَری (وہ سامان جو کہ لڑکے کی طرف سے شادی میں دیا جاتا ہے) کے اندر عیب نکال کر بدلہ لیتی ہے کہ ہاں! تم نے اپنے یہاں کے جوڑے دیکھے تھے، فلاں فلاں زیور دیکھا تھا وغیرہ۔ اس مقام پر محبانِ آلِ رسول ﷺ غور کریں، جب حضرت علی کرم اللہ وجہہٗ نے حضرت زہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی خواست گاری کی، تو آنحضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ والہٖ وسلم نے فرمایا: ''شادی کے لیے تمہارے پاس کیا ہے؟'' تو حضرت علی کرم اللہ وجہہٗ نے فرمایا: ''ایک زرہ، تلوار اور سواری ہے۔'' آنحضرت ﷺ نے تلوار اور سواری کے علاوہ زرہ کو بیچنے کا مشورہ دیا جو کہ پانچ سو درہم میں فروخت ہوئی کہ جس سے حضرتِ فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کا جہیز تیار ہوا۔ غور طلب بات یہ ہے کہ ہمارے یہاں جہیز کا بوجھ لڑکی کا باپ اُٹھاتا ہے، جب کہ کائنات کی عظیم ترین شادی میں یہ ذمّے داری داماد کے سر پر رکھی گئی ہے۔

تقریب نکاح میں وکیلِ شرعی کا دُولہا اور دُلہن سے اجازت طلب کرنا انتہائی ضروری اور واجب عمل ہے، لیکن یہ ایک رسم سے زیادہ نہیں ہے، کیوں کہ اصل اجازت اُس وقت حاصل کی جانی چاہیے کہ جب رشتہ طے کیا جارہا ہو۔ اُس وقت سب سے پہلی اجازت اور رضایت لڑکی کی ہونی چاہیے۔

شادی ایک اہم ترین فریضہ ہے۔ چندنکات کی طرف توجہ دلانا ضروری ہے۔

لڑکے اور لڑکی کی رضایت: جب حضرت علی کرم اللہ وجہہ کی جانب سے جناب فاطمہ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے لیے خواست گاری کی گئی، تو رسولِ اکرم صلی اللہ علیہ والہٖ وسلم نے اس کے باوجود کے خود بھی یہ رشتہ پسند فرماتے تھے، جناب فاطمۃ الزہرؑا کے پاس جاکر پوچھا: ''دُخترم! علیؑ ابنِ ابی طالبؑ کو اچھی طرح پہچانتی ہو، کیا مجھے اجازت دیتی ہو کہ میں تمہارا عقد اُس کے ساتھ کردوں۔؟''

حضرت فاطمۃ الزہرؑا کو شرم وحیا مانع آئی اور آپ ﷺ نے گردن جھکا کر سکوت اختیار کیا، جسے آنحضرت ﷺ نے رضایت کی علامت سمجھتے ہوئے بی بیؑ کو دُعا دی۔

خطبہ عقد میں عزیز واقارب اور اہم شخصیات کو مدعو کرنا: رضایتِ مرد کے بعد آنحضرت ﷺ نے حضرت علیؑ سے فرمایا: ''مسجد میں جاؤ اور اصحابِ کرامؓ کو تقریبِ عقد کی دعوت دو۔'' آپ ﷺ جب مسجد میں پہنچے، تو باآواز بلند سب سے مخاطب ہوتے ہوئے فرمایا: ''میں تمہیں فاطمہؑ کی شادی کی دعوت دیتا ہوں۔''

خطبہ عقد کے موقع پر مہر کا تعین ضروری ہے: اسلام زیادہ مہر کو مناسب نہیں سمجھتا بل کہ سفارش کرتا ہے کہ اگر تمہیں داماد کا دین اور اخلاق پسند آئے تو مہر کے بارے میں سختی سے کام نہ لو اور تھوڑے مہر پر قناعت کرو۔

پیغمبر اسلام صلی اللہ علیہ والہٖ وسلم فرماتے ہیں: ''میری اُمت کی بہترین عورتیں وہ ہیں جو خوب صورت اور کم مہر والی ہیں۔''

حضرت امام جعفر صادقؑ ارشاد فرماتے ہیں: ''عورتوں کی بُرائی اس میں ہے کہ ان کا مہر بہت زیادہ ہو۔''

درحقیقت اسلام سمجھتا ہے کہ زیادہ مہر طلب کرنے کا رجحان لوگوں پر زندگی کو سخت کردیتا ہے اور ملّت کے لیے بڑی مشکلات وجود میں لاتا ہے۔ بھاری مہر نئی زندگی کے آغاز میں داماد کی اقتصادی بنیاد کو متزلزل اور کم زور کردیتا ہے۔ میاں بیوی کے درمیان محبت واخلاص میں رخنہ انداز ہوتا ہے۔ حضرت علیؑ اور حضرت فاطمہؑ کی شادی میں وہ رقم مہر کی تھی کہ جس سے جہیز تیار کیا گیا تھا، چناں چہ حضرت فاطمۃ الزہرؑا کا مہر: ایک زرہ۔ یمنی کتان کا ایک جوڑا۔ ایک گوسفند کی خام کھال تھی۔

زرہ کی قیمت لے کر پیغمبر اسلام صلی اللہ علیہ والہٖ وسلم نے حضرت سلمان فارسیؓ اور حضرت بلال حبشیؓ کو بلایا اور اس میں سے کچھ رقم انہیں دے کر فرمایا: ''اِس سے فاطمہؑ کے لیے اسبابِ زندگی اور لوازمات خرید کرلاؤ۔'' اور کچھ رقم حضرتِ اسماءؓ کو دے کر فرمایا: ''اس سے میری بیٹی کے لیے عطر اور خوش بُو مہیا کرو۔''

آخر میں نیک نیّتی اور خلوصِ دل کے ساتھ دُعا ہے کہ اللہ رحمٰن ورحیم ہم سب کو عین اسلامی آداب کے مطابق آسان شادی اور اُس کے نتیجے میں رحمتوں، رافتوں اور برکتوں سے معمور خوش گوار اور پُربہار زندگی گزارنے کی توفیق اور سعادت عطا فرمائے، نیز موجودہ دُنیاوی اسراف، خرافات، نمود ونمائش اور تمام تر غیر اسلامی رُجحانات ورسومات سے محفوظ فرمائے۔ (آمین)

تربیت اولاد

عموماً ہم اولاد اس لیے چاہتے ہیں کہ اولاد سے ہمیں خوشی اور زندگی میں طاقت ملتی ہے جب کہ بے اولاد شخص زندگی میں تنہائی محسوس کرتا ہے

اولاد بڑھاپے کی لاٹھی سمجھی جاتی ہے جب کہ بے اولاد بڑھاپے کی اس امید سے محروم ہوتا ہے۔ اولاد ہماری آنکھوں کی ٹھنڈک ہوتی ہے اور بے اولاد کی زندگی اس رنگ ونُور سے خالی ہوتی ہے۔ صرف یہی نہیں بل کہ اولاد ہمارے مرنے کے بعد ہمارے وجود کی نشانی بھی ہوتی ہے۔ غرض یہ کہ اولاد اللہ تعالیٰ کی عظیم نعمت ہونے کے ساتھ دنیاوی زندگی کی زیب وزینت بھی ہے، جیسا کہ ارشادِ ربانی کا مفہوم ہے: ''مال اور اولاد دنیاوی زندگی کی زینت ہیں۔'' (سورۃ الکہف) انبیائے کرام نے اللہ تعالیٰ سے اولاد عطا کرنے کی دعا بھی کی۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اللہ تعالیٰ سے دعا کی: ''میرے پروردگار! مجھے ایک ایسا بیٹا دیدے جو نیک لوگوں میں سے ہو۔ چناں چہ ہم نے انہیں ایک بُردبار لڑکے کی خوش خبری دی۔'' (سورۃ الصافات)

حضرت زکریا علیہ السلام نے دعا کی: ''اور مجھے اپنے بعد اپنے چچا زاد بھائیوں کا اندیشہ لگا ہوا ہے اور میری بیوی بانجھ ہے۔ لہٰذا آپ اپنے پاس سے ایک ایسا وارث عطا کردیجیے جو میرا بھی وارث ہو اور یعقوب کی اولاد سے بھی میراث پائے۔ اے پروردگار! اسے ایسا بنایئے جو (خود آپ کا) پسندیدہ ہو۔ (آواز آئی:) اے زکریا! ہم تمہیں ایک ایسے لڑکے کی خوش خبری دیتے ہیں جس کا نام یحیٰی ہوگا۔'' (سورہ مریم)

اولاد سے متعلق نیک بندوں کی دعا بھی اللہ تعالیٰ نے اپنے پاک کلام میں ذکر فرمائی ہے، مفہوم: ''ہمارے پروردگار! ہمیں اپنی بیوی بچوں سے آنکھوں کی ٹھنڈک عطا فرما۔'' (الفرقان)

مذکورہ بالا آیاتِ قرآنیہ سے معلوم ہوا کہ اولاد اللہ کی عطا کردہ ایک عظیم نعمت ہے، الہٰذا ہمیں اس نعمت کی قدر کرنی چاہیے، اور وہ یہ ہے کہ ہم ان کی تعلیم وتربیت میں کوئی کوتاہی نہ کریں۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا، مفہوم: ''اے ایمان والو! تم اپنے آپ کو اور اپنے گھر والوں کو اس آگ سے بچاؤ جس کا ایندھن انسان اور پتھر ہیں۔'' (سورۃ التحریم) مفسرین کرام نے اس آیت کی تفسیر میں تحریر کیا ہے کہ ہر شخص پر فرض ہے کہ اپنی بیوی اور اولاد کو فرائض شرعیہ اور حلال و حرام کے احکام کی تعلیم دے اور اس پر عمل کرانے کی کوشش کرے۔ رسول اللہ ﷺ نے اسی طرف اشارہ کرتے ہوئے ارشاد فرمایا، مفہوم: ''تم میں سے ہر ایک ذمہ دار ہے اور اس کی ذمہ داری کے متعلق پوچھا جائے گا۔ امیر اپنی رعایا کا، مرد اپنے اہل وعیال کا، عورت اپنے شوہر کے گھر اور بچوں کی ذمہ دار ہے۔'' (بخاری و مسلم)

بچوں کی دینی تعلیم وتربیت کے لیے درکار چند امور کا خاص خیال رکھیں:

بچوں کو توحید کی تعلیم دیں:

اولاد کی تربیت کے لیے والدین کے لیے ضروری ہے کہ وہ اپنی اولاد کو سب سے پہلے توحید کی تعلیم دیں۔ بچوں کی شروع سے ہی ایسی اسلامی تربیت کریں کہ وہ زندگی کی آخری سانس تک موحد رہیں۔ ان کا عقیدہ توحید زندگی کے کسی موڑ پر نہ لڑکھڑائے۔ بچوں کے ذہن پر ایام طفولت سے یہ نقش کردیں کہ جس ذات کی ہم عبادت کرتے ہیں، اس کا نام اللہ ہے، وہ اپنی ذات وصفات میں منفرد ہے، اس جیسی کوئی ذات نہیں، اس کی بادشاہت میں کوئی شریک نہیں، ساری کائنات کا نفع ونقصان، موت وحیات، بیماری وشفا، اس کے دست قدرت میں ہے۔

وہ غنی ہے، اور ہم سب اس کے محتاج ہیں۔ جس وقت بچہ بولنا سیکھے سب سے پہلے اسے اپنے خالق و مالک ''اللہ'' کا مبارک نام سکھائے، پھر کلمہ توحید (لا الٰہ الا اللہ) سکھائے۔ حضرت عبداللہ بن عباسؓ کی روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''اپنے بچوں کی زبان سب سے پہلے لا الٰہ الا اللہ سے کھلواو۔'' بچہ جب تھوڑا سا سمجھنے لگے تو اس کی سمجھ کے مطابق اسے حلال وحرام کی تعلیم دیں۔ (حاکم) اللہ کی وحدانیت کی تعلیم کے ساتھ ان کو حضور اکرم ﷺ کے آخری نبی ورسول ہونے کی تعلیم دیں اور ان کو بتائیں کہ کل قیامت تک صرف اور صرف نبی اکرم ﷺ کے نقشِ قدم پر چل کر ہی دونوں جہاں کی کامیابی وکامرانی حاصل کی جاسکتی ہے۔

بچوں کو قرآن کریم پڑھائیں:

قرآن کریم اللہ تعالیٰ کا پاک کلام ہے جو اللہ تعالیٰ نے قیامت تک آنے والے انس وجن کی راہ نمائی کے لیے آخری نبی حضور اکرم ﷺ پر وحی کے ذریعہ نازل فرمایا۔ اپنے بچوں کو سب سے قبل ناظرہ پڑھائیں، چھوٹی چھوٹی سورتیں یاد کرائیں، اگر حافظ قرآن بنائیں تو نور علیٰ نور۔ رسول اللہ ﷺ نے امت کو بہ کثرت قرآن کی تلاوت کا حکم دیا کیوں کہ قرآن کل قیامت کے دن پڑھنے والوں کی سفارش کرے گا اور قرآن کی سفارش قبول کی جائے گی۔ (مسلم) رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا، مفہوم: ''قرآن پڑھنے والے اور اس پر عمل کرنے والے کے والدین کو ایسا تاج پہنایا جائے گا جس کی روشنی اور چمک سورج کی روشنی اور چمک سے بھی زیادہ ہوگی۔'' (ابوداود)

بچوں کی نماز کی نگرانی کریں:

ہر مسلمان کی ذمے داری ہے کہ وہ اپنی ذات سے نمازوں کا اہتمام کرکے اپنی اولاد کی بھی نمازوں کی نگرانی کرے۔ جس طرح اولاد کی دنیاوی تعلیم اور ان کی دیگر ضرورتوں کو پورا کرنے کی دن رات فکر کی جاتی ہے اسی طرح بل کہ اس سے زیادہ ان کی آخرت کی فکر کرنی چاہیے کہ وہ کس طرح جہنم کی آگ سے بچ کر ہمیشہ کی جنت میں داخل ہونے والے بن جائیں۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا، مفہوم: ''بچے جب سات سال کے ہوجائیں تو نماز کا حکم دیں اور جب دس سال کے ہوجائیں تو نماز میں کوتاہی کرنے پر ان کی سرزنش کریں۔ دس سال کی عمر میں ان کے بستر الگ کردیں۔'' (ابوداود) عام طور پر بچے سات سال کی عمر میں سمجھ دار ہوجاتے ہیں۔

اس وقت ان کو خدا پرستی کے راستے پر ڈالنا چاہیے اور ان کو نماز پڑھنے کی ترغیب دینی چاہیے، دس سال کی عمر میں ان کا شعور کافی پختہ ہوجاتا ہے اور بلوغ کا زمانہ قریب آجاتا ہے، اس لیے نماز کے معاملہ میں ان پر سختی کرنی چاہیے، نیز اس عمر کو پہنچ جانے پر ان کو الگ لٹانا چاہیے، ایک ساتھ ایک بستر پر لٹانے میں مفاسد کا اندیشہ ہے۔ نماز کے ساتھ بچوں کو وقتاً فوقتاً روزے بھی رکھواتے رہیں تاکہ بلوغ سے قبل وہ روزہ رکھنے کے عادی بن جائیں۔

اللہ تعالیٰ اپنے پاک کلام میں ارشاد فرماتا ہے، مفہوم: ''(اے محمد ﷺ)! اپنے گھر کے لوگوں پر نماز کی تاکید رکھیے اور خود بھی اس پر جمے رہیے۔'' (سورہ طٰہٰ) اس خطاب میں ساری امت نبی اکرم ﷺ کے تابع ہے، یعنی ہر مسلمان کے لیے ضروری ہے کہ وہ خود بھی نماز کی پابندی کرے اور اپنے گھر والوں کو بھی نماز کی تاکید کرتا رہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت ابراہیم علیہ السلام کی دعا قرآن کریم میں ذکر فرمائی، مفہوم: ''اے میرے پالنے والے! مجھے نماز کا پابند رکھ اور میری اولاد میں سے بھی۔ (یعنی مجھے اور میری اولاد کو نماز کا پابند بنادے)'' (سورہ ابراہیم) حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اپنے ساتھ اپنی اولاد کے لیے بھی نماز کی پابندی کرنے کی دعا مانگی، جس سے معلوم ہوا کہ ہر شخص کو اپنے ساتھ اپنے گھر والوں کی بھی نماز کی فکر کرنی چاہیے۔

بچوں کو قرآن وحدیث کی بنیادی تعلیم سے روشناس کریں:

اب عمومی طور پر ہمارے بچے اسکول وکالج پڑھنے جاتے ہیں۔ یقیناً ہم اپنے بچوں کو ڈاکٹر، انجینیر اور لیکچرار بنائیں لیکن سب سے قبل ان کو مسلمان بنائیں۔ لہٰذا اسلام کے بنیادی ارکان کی ضروری معلومات کے ساتھ حضور اکرم ﷺ کی سیرت اور اسلامی تاریخ سے ان کو ضرور روشناس کرائیں۔ اگر ہمارا بچہ ڈاکٹر یا انجینیر بنا لیکن شریعت اسلامیہ کے بنیادی احکام سے ناواقف ہے تو کل قیامت کے دن اللہ تعالیٰ کے سامنے ہمیں جواب دینا ہوگا۔

گرمی وغیرہ کی چھٹیوں کا فائدہ اٹھا کر بچوں کو قرآن وحدیث کی تعلیم دینے کا خصوصی بندوبست کریں۔ روز مرہ استعمال ہونے والی دعاوں کو یاد کرا کر ان کو پڑھانے کا اہتمام کرائیں۔ احادیث میں چالیس حدیثیں یاد کرنے کی خصوصی فضیلت وارد ہوئی ہے، لہٰذا چھوٹی حدیثیں اردو یا انگریزی یا عربی زبان میں یاد کرائیں۔ اس وقت اسلامی تاریخ کو مسخ کرنے کی کوشش کی جارہی ہے، لہٰذا علماء کرام کی تحریر کردہ تاریخ کی کتابیں ان کو ضرور پڑھائیں۔

بچیوں کو شرم وحیا والے لباس پہنائیں:

ان دنوں ہماری مسلم لڑکیوں حتیٰ کہ دینی گھرانوں کی بچیوں کا لباس غیر اسلامی ہوتا جارہا ہے۔ مختلف تقریبات میں ایسا لباس پہن کر ہماری مسلم بچیاں شریک ہوتی ہیں کہ دنیا کا کوئی بھی عالم اس کے جواز کا فتویٰ نہیں دے سکتا ہے، اس لیے ہمیں اپنی بچیوں کو ابتداء سے ہی تنگ لباس پہننے سے روکنا چاہیے تاکہ بالغ ہونے تک وہ ایسا لباس پہننے کی عادی بن جائیں جس میں شرم وحیا ہو، جیسا کہ اللہ تعالیٰ نے سورۃ الاعراف میں تقویٰ کا لباس پہننے کی تعلیم دی ہے۔ تقویٰ کا لباس وہی ہوگا جو نبی اکرم ﷺ کی تعلیمات کے خلاف نہ ہو، مثلاً ایسا تنگ اور باریک لباس نہ ہو جس سے جسم کے اعضاء نظر آئیں، نیز عورتوں کا لباس مردوں کے مشابہ نہ ہو۔

بچوں کو ٹیلی وژن اور انٹرنیٹ کے غلط استعمال سے روکیں:

معاشرے کی بے شمار برائیاں ٹیلی وژن اور انٹرنیٹ کے غلط استعمال سے پھیل رہی ہیں، لہٰذا فحش وعریانیت اور بے حیائی کے پروگرام دیکھنے سے اپنے آپ کو بھی دور رکھیں، اور اپنی اولاد و گھر والوں کی خاص نگرانی رکھیں تاکہ یہ نئے وسائل ہمارے ماتحت لوگوں کی آخرت میں ناکامی کا سبب نہ بنیں کیوں کہ ہم سے ہمارے ماتحت لوگوں کے متعلق بھی سوال کیا جائے گا جیسا کہ قرآن وحدیث کی روشنی میں ذکر کیا گیا۔

بچوں کو ادب سکھائیں:

بچوں کو بڑوں کا ادب کرنے، چھوٹوں پر شفقت کرنے، سب سے اچھے لہجے میں گفت گو کرنے، پڑوسی، یتیم، رشتہ داروں اور بیواؤں کا خیال رکھنے اور عام لوگوں کی خدمت کرنے کی ترغیب دیتے رہیں۔ کھانے پینے اور سونے وغیرہ میں نبی اکرم ﷺ کی سنتوں پر عمل کرنے ترغیب دیتے رہیں۔ گالی گلوچ، جھوٹ، غیبت، چوری، رشوت اور سگریٹ نوشی سے دور رہنے کی ان کو تعلیم دیتے رہیں۔ خود بھی پوری زندگی صرف حلال روزی پر اکتفاء کریں اور بچوں کو بھی صرف حلال روزی کھانے کی ترغیب دیتے رہیں۔ وقتاً فوقتاً ان کو موت یاد دلا کر اخروی زندگی کی تیاری کے لیے ان کی ذہن سازی کرتے رہیں۔

والدین سے درخواست ہے کہ ہم اپنے بچوں کی دنیاوی زندگی کو بہتر سے بہتر بنانے کی اپنی حد تک ضرور کوشش کریں لیکن یہ ذہن میں رکھیں: ''جس دن نہ کوئی مال کام آئے گا، نہ اولاد۔ ہاں جو شخص اللہ کے پاس سلامتی والا دل لے کر آئے گا۔'' (سورۃ الشعراء) یعنی جو اس دنیاوی زندگی میں نیک عمل کرے گا، اسی کو نجات ملے گی۔ اگر ہم نے اپنی قیمتی زندگی اپنی اور اولاد کی دنیاوی زندگی کے مسائل کو حل کرنے میں لگادی اور ہم اپنی اخروی زندگی کی تیاری نہ کرسکے تو ہمارے لیے ناکامی ہے۔ لہٰذا ہم یہ دنیاوی فانی زندگی اخروی زندگی کو سامنے رکھ کر گزاریں۔ اگر ہم نے اولاد کی صحیح تعلیم وتربیت کی ہی ہے تو ہمارے مرنے کے بعد اولاد کے ذریعہ کیے جانے والے نیک اعمال کا ثواب ہمیں بھی ضرور ملے گا ان شاء آ۔

وطن
سرینگر

بچوں پر موبائل فون کے بے جا استعمال کے منفی اثرات

آج کل کی زندگی میں جہاں موبائل فون انسان کا ایک ایسا ساتھی بن گیا ھے کہ اس کے بغیر اب انسان کا جینا محال جیسے بن گیا ھے کیونکہ اج کل ہر معاملے میں موبائل فون کا بلواسطہ یا بلا واسطہ عمل دخل ھے۔ جہاں موبائل فون کے ہزار ہا فائدے گننے کو ملتے ہیں وہی دوسری طرف اس کے ان گنت نقصانات بھی دیکھنے کو مل رہے ہیں۔ خاصکر بچوں میں اس کے شدید استعمال سے بہت سارے پریشانیاں لاحق رہتی ہیں۔ موبائل فون جب ہندوستان میں بالخصوص کشمیر میں تشریف آور ہوا تو یہ خیال کیا جاتا تھا کہ زمین پہ فرشتوں نے جنم لیا اور لوگ بڑی چاہت سے اسکا استعمال کرتے تھے۔ آہستہ آہستہ امیر گھرانوں سے اوسط اور پھر غریب گھرانوں تک موبائل فون پہنچ گیا۔ آج کل آپ کسی چرواے کو موبائل فون کے بنا نہیں دیکھ سکتے۔ ہر طبقہ اور فرقہ کے لوگ چاہیے ملازم ہیں یا بیکار یا مزدور طبقہ ہر آدمی کے جیب میں ایک سے دو موبائل فون ہوا کرتے ہیں۔ اب بڑوں سے یہ موبائل فون چھوٹوں تک پہنچ گیا۔ میرے ناقص علم کے مطابق شائد ہی کوئی انسان آج کے دور میں رہ گیا ہو جس کا گزارہ موبائل فون کے بغیر ہو رہا ہو۔ ہمارے اردگرد ساری عوام دھڑا دھڑ موبائل فون کے استعمال میں مست ہے اور انہیں نہ غم دوراں کی فکر ہے اور نہ ہی غم جاناں۔ اور اج ہر سکول جاتے بچے کے ہاتھ میں موبائل دیکھا جا سکتا ہے۔ اب ایسے بچے جو اچھی طریقے سے بول نہیں سکتے انہیں بھی موبائل فون کی اتنی لت لگی ہے کہ والدین بیدست پا ہو گئے ہیں۔ ویڈیو کال سے لے کر فری فائر گیم تک تمام تماشے بچے خود با خود کھلینا جانتے ہیں اور بغیر سیکھے سکھائے یہ کام کر جاتےہیں۔ یہ دیکھ کر والدین حیران ہو جاتے ہیں کہ آخر انہیں اتنا کچھ کس نے سکھایا۔ آئے دن اخباروں اور سوشل میڈیا پر ایسی خبریں پڑنے کو ملتی ہیں کہ فلاں جگہ پر موبائل فون دیکھتے دیکھتے بچہ آنکھوں کی بینائی کھو گیا یا وہ بچے جو موبائل فون دیکھنے کے عادی ہو چکے ہیں اپنے دماغی توازن کھو بیٹھے ہیں۔ یہ خبریں سنتے ہی والدین اپنے بچوں کو روکنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن بیسود۔ بچے یہ جانتے ہوئے بھی یہ عمل نقصان دہ ہے پھر بھی موبائل فون ہاتھ سے نہیں چھوڑتے اور بستر میں لیٹے ہوئے جب تک کچھ نہ کچھ دیکھتے رہتے ہیں جب تک نیند کا غلبہ نہ ہو اور کبھی کبھار ایسا بھی ہوتا ہے کہ جب بچہ سویرے جاگتا ہے اسکے ہاتھ میں صحیح سلامت موبائل فون ہوتا ہے۔ ایک جدید تحقیقات کے مطابق موبائل فون سے لاکھوں کی تعداد میں لوگ بہرے ہو گے اور اکثر دیکھا گیا ہے کہ جو شخص جس کان کی طرف رکھ کرنے کا عادی ہو اسکی کم از کم عادی سماعت ختم ہوئی ہوتی ہے۔ اسکے علاوہ موبائل فون سے بچوں کی یاداشت اور بنیائی دونوں متاثر ہوتی ہیں۔

یہ عمل دیکھ کر لوگ بالخصوص والدین جن کے بچے اس عادت میں مبتلا ہیں پریشانی کے شکار ہوئے ہیں اور بے بس ہو چکے ہیں کہ اسکا کیا حل نکلا جائے تا کہ بچے اس بدعت سے نفرت کرنے لگے لیکن ایسا کچھ بھی دیکھائی نیں دیتا۔ بچوں کی دلچسپی بڑوں کی نسبت زیادہ موبائل فون کے ساتھ بنی رہتی ہے اور اس سے آزادی حاصل کرنا کوئی معمولی بات نہیں ہے۔ محقیقن کا فرض بنتا ہے کہ وہ کوئی ایسا گر بتائیں یا ایسا کوئی قانون بنائیں تا کہ بچوں کو اس بری بیماری سے آزاد کرایا جا سکے۔

سکون کی تلاش

ایم سرور صدیقی

ایک اللہ والے سے کسی شخص نے اپنی بیوی کے عیب بیان کرنے شروع کر دیئے وہ چپ چاپ سنتے رہے جب وہ شخص بیان کر چکا تو انہوں نے پوچھا تمہارے کپڑے کون دھوتا ہے؟

''میری بیوی۔۔اس نے جواب دیا

''گھر میں کھانا کون تیار کرتا ہے؟ بزرگ نے پھر پوچھا۔۔۔میری بیوی۔۔اس نے بلا تامل جواب دیا

گھر اور مال کی حفاظت کون کرتا ہے؟۔۔۔اس نے پھر جواب دیا۔۔۔میری بیوی

''اچھا یہ بتاؤ۔۔بزرگ نے استفسار کیا اپنے ماں باپ کا گھر بار چھوڑ کر ساری عمر کے لئے تمہارا ساتھی کون بنا ہے؟ پریشانی ،مشکل اور دکھ درد میں تمہاری دل جوئی کون کرتا ہے؟ تمہاری اولاد کی دیکھ بھال کون کرتا ہے؟ اس شخص نے فوراً کہا ظاہر ہے یہ سب کام میری بیوی ہی کرتی ہے

''اچھا بزرگ نے تفہیمی انداز میں سر ہلاتے ہوئے ایک بار پھر پوچھا تمہاری بیوی ان سب کاموں کی تم سے اجرت مانگتی ہے؟۔۔۔اس نے کہا جی نہیں

انہوں نے کہا تم نے چند عیب تو تلاش کر لئے لیکن بیوی کی یہ خوبیاں نظر نہیں آئیں بھلے آدمی تم سب کاموں کے لئے نوکر بھی رکھ لو جتنی دلجوئی ،محبت اور خلوص سے بیوی سب امور انجام دیتی ہے کوئی ملازم دے ہی نہیں سکتا۔۔۔اچھی بیوی کو بلاشبہ اللہ تعالیٰ کا انعام کہا جا سکتا ہے قرآن نے میاں بیوی کو ایک دوسرے کا لباس قرار دیا ہے اچھی بیوی اپنی صلاحیت ،محبت اور گھرہستی سے اپنے گھر کو جنت بنا دیتی ہے

ہم جتنے ہی طاقتور، امیر کبیر کیوں نہ ہو جائیں ہر شام زندگی کا ایک دن کم ہو رہا ہے اور ہم اسے روک بھی نہیں سکتے لیکن اللہ کتنا مہربان ہے وہ اپنے بندوں کو نئی صبح دے کر پھر مہلت دے دیتا ہے شاید میرا بندہ راہِ راست پر آجائے توبہ کر لے تو میں اسے بخش دوں بندہ خوابِ غفلت کا شکار ہے یقیناً اسی لئے کہا گیا ہے کہ بے شک انسان خسارے میں ہے اس کے باوجود کوئی غور کرنا پسند نہیں کرتا سامان سو برس کا پل کی خبر نہیں

ایک بوڑھا شخص ہاتھ میں موبائل پکڑے موبائل رپیئرنگ شاپ میں داخل ہوا دکاندار کو موبائل دیتے ہوئے بولا اس کو چیک کریں دیکھو کیا مسئلہ ہے؟ نوجوان دکاندار نے موبائل فون کو چیک کیا الٹ پلٹ کر دیکھا کال بھی کی سب کچھ ایک دم ٹھیک تھا موبائل فون درست کام کر رہا تھا۔۔۔یہ تو بالکل ٹھیک چل رہا ہے بابا جی۔۔دکاندار نے موبائل فون واپس کر دیا۔۔باباجی نے موبائل فون لیتے ہوئے حیرت سے اس کی جانب دیکھا اور کہا بیٹا یہ بجتا کیوں نہیں اس پر میرے بچوں کے فون کیوں نہیں آتے۔۔۔اس کی بوڑھی آنکھوں میں آنسو تھے۔۔۔کسی کے عیب تلاش کرتے رہنا یا پھر اپنوں کو نظر انداز کرنا ان کو جیتے جی قتل کرنے کے مترادف ہے حالانکہ انسان کی سرشت میں شامل ہے وہ دو چہروں کو بھلانا بھی چاہے تو نہیں بھلا سکتا پہلا مشکل میں ساتھ چھوڑ جانے والا اور دوسرا مشکل میں ساتھ دینے والا۔۔۔اب تو ایسی نفسا نفسی آن پڑی ہے کہ الحفیظ والامان ویسے سب انسانوں میں بشری کمزوریاں ضرور ہوتی ہیں ویسے انسان کبھی فرشتہ ہو ہی نہیں سکتا انسان اگر اپنے عیبوں پر نظر دوڑائے تو یقین جانئے جہان میں ایک بھی برا نظر نہیں آئے گا زندگی کی سب سے بڑی سچائی موت ہے جسے ہم بھلا بیٹھے ہیں سچ تو یہ ہے کہ ہم جتنے ہی طاقتور، کتنے ظالم یا امیر کبیر کیوں نہ ہو جائیں ہر شام زندگی کا ایک دن کم ہو رہا ہے اور ہم اسے روک بھی نہیں سکتے لیکن اللہ کتنا مہربان ہے وہ اپنے بندوں کو نئی صبح دے کر پھر مہلت دے دیتا ہے شاید میرا بندہ راہِ راست پر آجائے توبہ کر لے تو میں اسے بخش دوں۔۔خوفناک بات یہ ہے کہ ہم سمجھتے کیوں نہیں؟ بے شک مشکل وقت کے دو چہروں کو فراموش کر دینے والے کتنے خسارے میں ہیں ان کو اندازہ ہی نہیں نہیں کہاوت جیسی بات ہے اچھے لوگ بھینس کی مانند ہوتے ہیں جو روکھی سوکھی کھا کر بھی قیمتی دودھ دیتی ہے جبکہ برے لوگ سانپ جیسے ہوتے ہیں جو میٹھا دودھ پی کر بھی اپنے محسنوں کو ڈس لیتے ہیں اب یہ انسان کا اختیار ہے کہ وہ کیا بننا پسند کرتا ہے؟ شنید ہے بعض انسانوں کے سامنے تو سانپ بھی شرما کر دم دبا کر اپنے بلوں میں بھاگ کھڑے ہوتے ہیں۔۔اپنوں کا احساس نہ کرنے والے تو سانپ کی خصلت کے مالک ہوئے نا۔۔ اللہ تبارک تعالیٰ نے انسان کو درد دِل کے واسطے پیدا کیا لیک نیلسن منڈیلا کا کہنا ہے انسان پیدائشی طور پر کسی سے نفرت نہیں کرتا اسے نفرت کرنا سکھایا جاتا ہے نفرت کرنا حالات سکھاتے ہیں ۔۔والدین سکھاتے ہیں۔۔کتابیں سکھاتی ہیں۔۔میڈیا سکھاتا ہے ورنہ انسان کی فطرت تو محبت کرنا ہے اسی لئے تو کہا جاتا ہے دنیا کا سب سے بڑا مذہب انسانیت ہے غور کریں۔۔انسانیت کی خدمت کرنے والے ہمیشہ زندہ رہتے ہیں ان کا نام ضرب المثل بن کر جاوداں ہو جاتا ہے دنیا کا کوئی مذہب نفرت کرنا نہیں سکھاتا یہ انسان ہی ہے جس نے مذہب کو انسانیت پر فوقیت دے دی ہے اس کے لئے مذہبی رہنماؤں کا کردار انتہائی گھناؤنا ہے اسلام نے تو حالتِ جنگ میں بھی دشمن کے بچوں ،خواتین اور بوڑھوں کو نقصان پہچانے سے منع کیا ہے اور پیغمبر اسلام ﷺ کو اسی لئے اللہ تعالیٰ نے دونوں جہانوں کیلئے رحمت اللعالمین بنا کر بھیجا۔۔۔عیب تلاش کرنا انتہائی آسان کام ہے یہ بات دعوے سے کہی جا سکتی ہے عیب تلاش کرنے کا فن سیکھتے سیکھتے انسان انتہا پسند بن جاتا ہے پھر دل سے مسجد،مندر، چرچ ،سکول کی تمیز ختم ہو جاتی ہے ۔۔مذہب، مسلک اور زبان کا فرق بھی مٹ جاتا ہے ،دلوں میں نفرت کی فصل کاشت کرنے والے یقیناً جہنمی ہیں پرلے درجے کے منافق اور انسانیت کے دشمن۔۔۔سچ تو یہ ہے کہ ہم جتنے ہی طاقتور، کتنے ظالم یا امیر کبیر کیوں نہ ہو جائیں ہر شام زندگی کا ایک دن کم ہو رہا ہے اور ہم اسے روک بھی نہیں سکتے لیکن اللہ کتنا مہربان ہے وہ اپنے بندوں کو نئی صبح دے کر پھر مہلت دے دیتا ہے شاید میرا بندہ راہِ راست پر آجائے توبہ کر لے تو میں اسے بخش دوں۔ اللہ کے فرشتے ہر پل یہ منادی کرتے پھرتے ہیں دیکھنا یہ ہے کہ محبت کون بانٹنا چاہ رہا ہے۔ انسانوں کے دکھ درد پر کون بیقرار ہے۔۔۔یہ بات طے ہے جن کے دلوں میں انسانیت کی خدمت کا جذبہ ہے طمانیت انہی کا نصیب ہے۔۔۔ہے کوئی جسے اس بے سکونی کے دور میں سکون کی تلاش ہے وہ مخلوق خدا کی بھلائی کے لئے کمربستہ ہو جائے زیادہ وسائل کی کوئی شرط نہیں اللہ تعالیٰ جذبہ دیکھتا ہے وہ قادرِ مطلق ہے نیت کا حال جانتا ہے انسان کو نیکی کرتے رہنا چاہیے وہ چاہے تو راستے سے کانٹے ہٹا دینے پر راضی ہو جائے اور بخش دے آج سے محبت کی آبیاری مقصد بنا لیں سکون آپ کو تلاش کرتا پھرے گا آزمائش شرط ہے۔

ایک بوڑھا شخص ہاتھ میں موبائل پکڑے موبائل رپیئرنگ شاپ میں داخل ہوا دکاندار کو موبائل دیتے ہوئے بولا اس کو چیک کریں دیکھو کیا مسئلہ ہے؟ نوجوان دکاندار نے موبائل فون کو چیک کیا الٹ پلٹ کر دیکھا کال بھی کی سب کچھ ایک دم ٹھیک تھا موبائل فون درست کام کر رہا تھا۔۔۔یہ تو بالکل ٹھیک چل رہا ہے بابا جی۔۔دکاندار نے موبائل فون واپس کر دیا۔۔باباجی نے موبائل فون لیتے ہوئے حیرت سے اس کی جانب دیکھا اور کہا بیٹا یہ بجتا کیوں نہیں اس پر میرے بچوں کے فون کیوں نہیں آتے۔ اس کی بوڑھی آنکھوں میں آنسو تھے۔۔۔

نعت شریف

تحریر: فاروقہ پروین

علم کی شمع جلائی ہے خدا نے محمد کا وسیلہ بنا کے
روشن کائنات کی خدا نے محمد کا وسیلہ بنا کے

سجائے ہیں کوہ و بیابان آسمان کا کیا سائبان
رحمت سے اپنی پھل پھول اُگائے محمد کا وسیلہ بنا کے

بنائے انسان کے لیے دو راستے جنت جہنم اسکے واسطے
سیدھے راستے پہ ایمان لائے محمد کا وسیلہ بنا کے

علم کی شمع سے کیا محمد کو روشن پھول کھلائے گلشن گلشن
کالی گھٹاؤں کے پردے گرائے محمد کا وسیلہ بنا کے

دریائے رحمت کئے ہیں جاری زمزم کے پانی سے کی آبیاری
اُمتی آپ کے ہوئے دیوانے محمد کا وسیلہ بنا کے

فاروق پروین دیوانی اُن کی چوموں گلیاں مکہ مدینے کی
ہوگی روشن کلمہ نور سے محمد کا وسیلہ بنا کے

نظم

تحریر: خالدہ نبی

اللہ ہم پہ بھی کرم فرمائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں
سارے دکھ درد ان کے مٹائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں
حفاظت کرو تم سدا تیموں کے مال کی
پرورش کرو تم ایسے جیسے اپنے لال کی
اپنے بچوں جیسے انہیں کھلائی پلائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں
یتیم مفلس یا کوئی ضعیف ہو
ان کو کبھی کوئی نہ تکلیف دو
عادت یہی ہمیں جہنم سے بچائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں
تیموں کی تعداد یہاں پہ زیادہ
آؤں کرے اک دوسرے سے وعدہ
مدد کے لئے اپنا ہاتھ بڑھائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں
اللہ ہم پہ بھی کرم فرمائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں
سارے دکھ درد ان کے مٹائیں
ہم بھی تیموں کے کام آجائیں

غزل

رخسانہ پروین (نورز پرائڈ)

ہر ایک فن میں وہ اتنا کمال رکھتا تھا
کہ اپنے آپ میں ہی اک مثال رکھتا تھا

میرے ہی خون کا پیاسا تھا میرا وہ فلک
کہ مجھ کو چھوڑ کے سب کا خیال رکھتا تھا

وفا کیس ؟ کہاں کا عشق ؟ تھا فریب سب
وہ شخص جھوٹ کہنے میں کمال رکھتا تھا

وہ اپنی باتوں سے الجھا رہا تھا مجھ کو جب
میں اس کے سامنے کوئی سوال رکھتا تھا

اسے بھی آج بہت کم دکھائی دیتا ہے
جو میری کور نظر کا ملال رکھتا تھا

خزاں ہی کھا گئی میرے پورے وجود کو
وگرنہ موسم _گل میں جلال رکھتا تھا

حرام کھانے کی عادت کہاں تھی پہلے
میں اپنی تھالی میں رزق _حلال رکھتا تھا

The Urdu Daily
WATTAN
سرینگر وطن

باقیات

101

کہ دشمنی بڑھ رہی ہے، امن کے اقدامات کی حمایت ضروری ہے۔انہوں نے کہا کہ کشیدگی کم کرنے کے لیے بات چیت جاری ہے،وہ کامیاب ہوتی ہیں یا نہیں، یہ تو وقت ہی بتائے گا۔مہلک پہلگام حملے کے بعد ہندوستانی سرزمین سے پاکستانی شہریوں کی وطن واپسی سمیت حالیہ پیش رفت پر ردعمل دیتے ہوئے فاروق عبداللہ نے اس اقدام کو غیر انسانی قرار دیتے ہوئے تنقید کی۔ انہوں نے اس واقعے کے پیچھے سیکورٹی اور انٹیلی جنس کی سنگین ناکامیوں کو تسلیم کیا لیکن کہا کہ اجتماعی سزا اس مسئلے کا حل نہیں ہے۔فاروق عبداللہ نے کہا کہ اس میں کوئی شک نہیں کہ یہ ہمارے سیکورٹی سیٹ اپ کی ایک کوتاہی تھی، پاکستان ہمارے امن اور ترقی کو برداشت نہیں کر سکتا، انہوں نے پروپیگنڈا پھیلایا اور تشدد کا سہارا لیا۔ لیکن ایسا کرتے ہوئے، وہ ہندوستان میں مسلمانوں پر پڑنے والے اثرات پر غور کرنے میں ناکام رہے، جو پہلے ہی شدید دباؤ کا سامنا کر رہے ہیں۔انہوں نے اس بات کی طرف اشارہ کیا جسے انہوں نے ہندوستانی مسلمانوں کیخلاف پسماندگی اور تشدد کی جاری داستان کے طور پر بیان کیا، جس میں ان کی شناخت کو مٹانے کی کوششیں بھی شامل ہیں۔ پچھلے دس سالوں سے مسلمانوں کو مٹانے، مساجد کو جلانے کی مہم چلائی جا رہی ہے، ہم پہلے ہی اس کے ساتھ جدوجہد کر رہے تھے۔فاروق عبداللہ نے دوقومی نظریہ پر پاکستان کے آرمی چیف جنرل عاصم منیر کے حالیہ ریمارکس پر بھی تنقید کرتے ہوئے کہا کہ اس طرح کے اشتعال انگیز بیانات صرف کشیدگی کو ہوا دیتے ہیں۔ انہوں نے ریمارکس دیے کہ اگر جنگ ہوتی ہے تو اس کا اختتام مذاکرات کی میز پر ہو گا لیکن اس میز کا کیا نتیجہ نکلے گا یہ صرف اللہ جانتا ہے۔انہوں نے دونوں ممالک پر زور دیا کہ وہ ذمہ داری سے کام کریں، انتباہ دیتے ہوئے کہ جنگ نہ صرف فرنٹ لائنز پر موجود فوجیوں کے لیے بلکہ سرحد کے دونوں طرف کے عام لوگوں کے لیے تباہ کن نتائج لائے گی۔

102

بات سمجھ لیں، یہ نریندر مودی کی حکومت ہے، کسی کو بخشا نہیں جائے گا۔اس ملک کے ہر انچ سے دہشت گردی کو جڑ سے اکھاڑ پھینکنا ہمارا عزم ہے اور اسے پورا کیا جائے گا۔'' انہوں نے مزید کہا '''' نہ صرف 140 کروڑ ہندوستانی بلکہ پوری دنیا اس لڑائی میں ہندوستان کے ساتھ کھڑی ہے، دہشت گردی کے خلاف اس جنگ میں دنیا کے تمام ممالک اکٹھے ہوئے ہیں اور ہندوستانی عوام کے ساتھ کھڑے ہیں۔''خیال رہے کہ 22 اپریل کو جنوبی کشمیر کے اننت ناگ ضلع کے مشہور سیاحتی شہر پہلگام کے قریب ایک گھاس کے میدان میں دہشت گردوں کی فائرنگ سے 26 افراد ہلاک اور متعدد زخمی ہو گئے تھے، جن میں زیادہ تر سیاح تھے۔

103

، لیفٹنٹ گورنر کے پرنسپل سیکرٹری ڈاکٹر مندیپ کے بھنڈاری، آئی جی پی جموں بھیم سین توتی، اور ڈی آئی جی جموں سانبہ کٹھوعہ رینج شیو کمار شرما نے شرکت کی۔میٹنگ کے دوران لیفٹنٹ گورنر نے حکام کو ہدایت دی کہ وہ جموں وکشمیر میں دہشت گردی کے ماحولیاتی نظام کو مکمل طور پر ختم کرنے کے لیے مضبوط اور مربوط کوششیں کریں۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ دہشت گردی کی تباہی کے لیے مرکز کے زیرانتظام علاقے کے عوام اور قوم دونوں کے اجتماعی عزم کی ضرورت ہے۔منوج سنہا نے کہا'' یہ جموں وکشمیر کے لوگوں اور قوم کا اجتماعی عزم ہے کہ ہم اپنے پڑوس سے پیدا ہونے والی دہشت گردی کی جڑ کو ختم کریں۔ ہمیں اس مشن کو پورا کرنے کیلئے پرعزم ہونا چاہیے۔لیفٹنٹ گورنر نے اوور گراؤنڈ ورکرز کے خلاف فیصلہ کن کارروائی کی ضرورت پر زور دیا جو دہشت گردوں کو رسد اور مدد فراہم کرتے ہیں، بشمول انہیں اہداف کی شناخت اور فرار کے راستوں میں مدد کرنا۔انہوں نے حکام کو ہدایت کی کہ وہ خطے کے کونے کونے میں انفراسٹرکچر اور دہشت گردی کے سپورٹ سسٹم کے خاتمے پر توجہ دیں۔انہوں نے کہا'' ان بالائے زمین کارکنوں کے خلاف سخت کارروائی کریں جو دہشت گردوں کو رسد فراہم کر رہے ہیں، ان کے لیے اہداف کی نشاندہی کر رہے ہیں اور انھیں فرار ہونے میں مدد کر رہے ہیں۔ مرکز کے زیرانتظام علاقے کے ہر کونے اور کونے میں دہشت گردی کے بنیادی ڈھانچے اور سپورٹ سسٹم کو مستقل طور پر ختم کرنا ہو گا۔''منوج سنہا نے شہریوں کے تحفظ کو یقینی بنانے کی اہمیت پر بھی زور دیا،

104

کیم مئی کی درمیانی شب پاکستانی چوکیوں نے شمالی کشمیر کے ضلع کپوارہ، اوڑی علاقوں میں جبکہ جموں کے اکھنور سیکٹر میں بھارتی چوکیوں کو نشانہ بنایا۔ترجمان کے مطابق بھارتی فوج نے فوری طور پر جوابی کارروائی انجام دی۔دفاعی ترجمان نے بتایا کہ ابتدائی طور پر شمالی کشمیر کے کپوارہ اور بارہمولہ ضلع میں چھوٹے ہتھیاروں سے فائرنگ کی گئی، جو بعد ازاں پونچھ اور اکھنور سیکٹر تک پھیل گئی۔اس سے قبل منگل کی شب راجوری ضلع کے سندربنی اور نوشہرہ سیکٹرز میں بھی پاکستانی فوج کی جانب سے فائرنگ کی گئی۔ بعد ازاں فائرنگ کا دائرہ جموں ضلع کے بین الاقوامی سرحد پر واقع پرگوال سیکٹر تک بڑھا دیا گیا۔ یہ سلسلہ 24 اپریل کی رات سے جاری ہے، جب بھارت نے پہلگام دہشت گرد حملے کے بعد سندھ طاس معاہدہ معطل کیا تھا۔ ادھر، حکام کا کہنا ہے کہ پاکستان کی جانب سے کسی بھی قسم کی خلاف ورزی خاص کر جنگ بندی معاہدہ کی خلاف ورزی کا بھارت کی جانب سے موثرانداز میں جواب دیتا رہے گا۔

105

پر پی آئی ایل یعنی عوامی مفاد کے تحت دائر عرضی کے مدعی پر سخت نکتہ چینی کی۔بینچ نے کہا کہ ایسی PIL دائر کرنے سے پہلے ذمہ دار بنیں۔ ہائی کورٹ یا سپریم کورٹ کے ریٹائرڈ جج کب سے تفتیش کے ماہر بن گئے ہیں؟ ہم (ججوں) نے تفتیش کی مہارت کب سے حاصل کی ہے؟ ۔جسٹس سوریہ کانت کی سربراہی والی بنچ نے کہا کہ ہم صرف تنازعات کا فیصلہ کرتے ہیں۔ براہ کرم یہ استدعا نہ مانگیں (ایک ریٹائرڈ ایس سی جج کی نگرانی میں تحقیقات کے لئے)، بنچ نے کہا، جس میں جسٹس این کے سنگھ بھی شامل تھے۔ اس میں مزید کہا گیا کہ یہ وہ اہم گھڑی ہے جب ملک کا ہر شہری دہشت گردی سے لڑنے کے لیے ہاتھ ملا رہا ہے۔کوئی ایسی استدعا نہ کریں جس سے ہماری افواج کے حوصلے پست ہوں، یہ ہمارے لئے قابل قبول نہیں ہے! معاملے کی حساسیت کو دیکھیں۔دہشت گردانہ حملے کی تحقیقات کی عرضی پر غور کرنے کے لیے عدالت کے بے اعتنائی کو محسوس کرتے ہوئے، پی آئی ایل کے مدعی نے اچانک جموں وکشمیر کے طلبہ کا مسئلہ یونین کے زیر انتظام علاقے سے باہر پڑھتے ہوئے اٹھایا، جب کہ وہ درخواست میں شامل دیگر استدعاؤں کو واپس لینے کا ارادہ رکھتا ہے۔اس پر عدالت عظمیٰ نے کہا کہ ہم کچھ نہیں بتائیں گے، آپ جہاں بھی جانا چاہتے ہیں چلے جائیں، ہمیں حکم دینے کے لیے مت کہو! کیا آپ کو اس استدعا کے بارے میں یقین ہے جو آپ نے پٹیشن میں کی ہے؟

106

گزینوں کو طویل مدتی ویزا کے تحت ریلیف دیا گیا ہے۔آدھار، پین اور راشن کارڈ شہریت کا ثبوت کیوں نہیں؟:ہندوستان کی منفرد شناختی اتھارٹی(The Unique Identificatio Authority of India) آدھار کارڈ کو شناخت اور رہائش کا ثبوت مانتی ہے، لیکن شہریت کا نہیں۔ پین اور راشن کارڈ پر بھی یہی قانون لاگو ہوتا ہے۔پین کارڈ ٹیکس کے مقاصد کو پورا کرتے ہیں اور راشن کارڈ کھانے کی تقسیم کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں، ان میں سے کوئی بھی دستاویز شہریت کی تصدیق نہیں کرتا ہے۔حکومت برتھ یعنی پیدائش سرٹیفکیٹ اور ڈومیسائل یعنی سکونت سرٹیفکیٹ کو ہندوستانی شہریت کی نشاندہی کرنے والے بنیادی دستاویزات مانتی ہے۔سرٹیفکیٹ برتھ اینڈ ڈیتھ ایکٹ 1969، مجاز حکام کو برتھ سرٹیفکیٹ جاری کرنے کی صلاحیت فراہم کرتا ہے۔

107

کے شمال و جنوب میں بعد دوپہر موسمی صورتحال میں تبدیلی آئی جس دوران ہواؤں کے ساتھ ساتھ رم جھم بارشیں بھی ہوئی۔موسمی صورتحال میں تبدیلی کے بیچ وادی کے شمال وجنوب میں کئی مقامات پر ژالہ باری کی وجہ سے میوہ جات مکمل طور پرتباہ و برباد ہو کر رہ گئے جبکہ سبزیوں کی کیاری، سرسوں اور دوسری فصلیں مکمل طور پر تباہ و برباد ہو کر رہ گئیں۔سٹی رپورٹر کے مطابق بعد دوپہر موسمی صورتحال میں اچانک تبدیلی آنے کے بعد آسمان میں کالے بادل چھا گئے جس کے بعد بارشیں ہوئی۔ادھر نمائندے نے بتایا کہ جنوبی ضلع شوپیان، پلوامہ، اننت ناگ اور کولگام کے بیشتر علاقوں میں کے درجنوں علاقوں میں اس وقت خوف و دہشت کی لہر پھیل گئی جب اچانک تیز آندھی اور بارشوں کا سلسلہ شروع ہوا ۔اسی دوران تیز آندھی کے بیچ شہر سرینگر سمیت وادی کے شمال وجنوب میں تازہ بارشوں کا سلسلہ شروع ہوا جس کا سلسلہ شام دیر گئے تک وقفہ وقفہ سے جاری رہا۔وادی میں تازہ بارشوں سلسلہ شروع ہوا جس کی وجہ سے معمول کے درجہ حرارت میں پھر سے ایک بار کمی واقع ہوئی۔ ادھر محکمہ موسمیات نے وادی میں 24 گھنٹوں تک بارشیں ہونے کی پیش گوئی کی ہے۔ادھر محکمہ موسمیات کے مطابق 05 مئی تک موسم عام طور پر ابر آلود رہنے کی توقع ہے جس دوران کچھ مقامات پر گرج چمک کے ساتھ وقفے وقفے سے ہلکی بارش کا امکان ہے۔محکمہ موسمیات نے کسانوں پر بھی زور دیا کہ وہ باغات میں سپرے کیم مئی تک ملتوی کر دیں۔

108

کول، جسٹس سنجے دھر اور جسٹس وسیم صادق نرگل نے بذریعہ ورچیول موڈ تقریب حلف برداری میں شرکت کی۔تقریب کی کارروائی رجسٹرار جنرل (آفیشیٹنگ) ایم کے شرما نے انجام دی جنہوں نے مرکزی وزارت قانون و انصاف کی جانب سے موصولہ نوٹیفکیشن،

109

سے متعلق کمیٹیوں کی میٹنگ کی صدارت کے بعد تازہ ترین پیش رفت میں، وزیر اعظم نریندر مودی نے آرمی چیف جنرل اوپیندر دویدی کے ساتھ ملاقات کی۔میڈیا رپورٹس کے مطابق وزیر خارجہ ایس جے شنکر اور قومی سلامتی کے مشیر اجیت ڈوول نے بھی اس اعلی سطحی میٹنگ میں شرکت کی۔رپورٹس کے مطابق یہ میٹنگ وزیر اعظم کی طرف سے گزشتہ ہفتے پہلگام دہشت گردانہ حملے کے بعد سیکورٹی سربراہان کے ساتھ ہونے والی ملاقاتوں کے سلسلے کا حصہ تھی۔میڈیا رپورٹس کے مطابق میٹنگ کے دوران وزیر اعظم نے آرمی چیف سے جموں وکشمیر کی اندرونی صورتحال کیساتھ ساتھ لائن آف کنٹرول اور بین الاقوامی صورتحال کے بارے میں بھی تازہ جانکاری حاصل کی۔اسے قبل منگل کو وزیر اعظم مودی کی صدارت میں ہونے والی میٹنگ میں آرمی چیف جنرل اپیندر دویدی، بحریہ کے سربراہ ایڈمرل دنیش کے ترپاٹھی اور ایئر چیف مارشل امر پریت سنگھ نے شرکت کی۔میڈیا رپورٹس کے مطابق یہ میٹنگ وزیر اعظم کی طرف سے گزشتہ ہفتے پہلگام دہشت گردانہ حملے کے بعد سیکورٹی سربراہان کیساتھ ہونے والی ملاقاتوں کے سلسلے کا حصہ تھی۔رپورٹس کے مطابق ہندوستان نے منگل کو ہاٹ لائن پر ہندوستانی اور پاکستانی ڈائریکٹر جنرلز آف ملٹری آپریشنز (DGMOs) کی میٹنگ کے دوران پاکستان کو جنگ بندی کی مسلسل خلاف ورزیوں کے خلاف بھی خبردار کیا تھا۔اس سے پہلے، 29 اپریل کو وزیر اعظم نریندر مودی نے ایک میٹنگ کی صدارت کی جس میں وزیر دفاع راج ناتھ سنگھ، چیف آف ڈیفنس اسٹاف جنرل انیل چوہان، اور تینوں فوجی سربراہوں نے شرکت کی۔ کرنے کی مکمل آپریشنل آزادی ہے۔

110

جن میں سڑکوں کی میکڈمائزیشن، سرکاری اداروں میں عملے کی کمی، صحت نگہداشت کے ناکافی بنیادی ڈھانچے اور پانی کی مسلسل قلت شامل ہیں۔ایک اہم مطالبہ پنچایت چوکیاں میں ایک پرائمری ہیلتھ سینٹر (پی ایچ سی) کے قیام کا بھی تھا۔دیگر مسائل میں سرحدی بنکروں اور آنگن واڑی مراکز کی تعداد میں اضافہ، گورنمنٹ مڈل سکول چوکیاں کی خستہ حال عمارت کی مرمت، لنگر رانا روڈ سے گھڑی لنک روڈ کی تعمیر، بجلی کا کم وولٹیج کے مسائل اور جی ایم سی جھنگڑ اور جی ایم ایس سریا کی اپ گریڈیشن شامل ہیں۔نائب وزیر اعلیٰ نے تمام شکایات کو بغور سنا اور لوگوں کو یقین دلایا کہ ان کے حقیقی مسائل کو مقررہ وقت میں حل کیا جائے گا۔ انہوں نے فوری اور مربوط کارروائی کی اہمیت پر زور دیا اور متعلقہ محکموں کو ہدایت دی کہ وہ فوری ازالے کے لئے اقدامات کریں۔

111

پولیس سے لے لیا اور اس مہلک حملے کی تحقیقات شروع کی جس کے نتیجے میں 26 شہری مارے گئے۔مرکزی انسداد دہشت گردی ایجنسی نے وزارت داخلہ کے انسداد دہشت گردی اور کاؤنٹر ریڈیکلائزیشن (CTCR) ڈویژن کی طرف سے معاملے کی سنگینی کو دیکھتے ہوئے جاری کردہ ایک حکم کے بعد ہفتہ کے آخر میں باضابطہ طور پر ایک تازہ ایف آئی آر درج کی، کیونکہ پاکستان میں قائم دہشت گرد تنظیم لشکر طیبہ کی پراکسی، مزاحمتی محاذ (TRF) نے حملے کی ذمہ داری قبول کی ہے۔قومی تحقیقاتی ایجنسی (NIA) نے واقعہ کے 5 دن بعد اور اس کی ٹیم نے حملے کی جگہ کا دورہ کرنے کے 4 دن بعد کیس کو اپنے ہاتھ میں لیا اور جموں وکشمیر پولیس کی اس بات کی تحقیقات میں مدد کرنا شروع کر دی۔ قومی تحقیقاتی ایجنسی (NIA) کی ٹیم سے توقع ہے کہ وہ حملے کی جگہ کا مکمل جائزہ لے گی، فرانزک شواہد اکٹھے کرے گی،

اور قتل عام کے ذمہ داروں کی شناخت میں مدد کرے گی۔قومی تحقیقاتی ایجنسی کا یہ اقدام انٹیلی جنس ایجنسیوں کی جانب سے جموں وکشمیر میں سرگرم 14 مقامی دہشت گردوں کی فہرست مرتب کرنے کے درمیان آیا ہے۔ذرائع کے مطابق، یہ افراد جن کی عمریں 20 سے 40 سال کے درمیان ہیں، پاکستان سے غیر ملکی دہشت گردوں کو لاجسٹک اور زمینی سطح پر مدد فراہم کرنے کے لیے سرگرم عمل ہیں۔شناخت شدہ کارندوں کا تعلق مبینہ طور پر پاکستان کی حمایت یافتہ تین بڑی دہشت گرد تنظیموں حزب المجاہدین، لشکر طیبہ، اور جیش محمد سے ہے۔ان میں سے 3 مقامی دہشت گردوں کا تعلق حزب المجاہدین سے، 8 کا لشکر طیبہ سے اور 3 کا جیش محمد سے تعلق ہے۔ذرائع نے ان افراد کے ناموں کا انکشاف کیا ہے جن میں 21 سالہ عادل رحمان ڈینٹو، 28 سالہ آصف احمد شیخ، 23 سالہ احسن احمد شیخ، 20 سالہ حارث نذیر، 20 سالہ عامر نذیر وانی، یاور احمد بٹ، 24 سالہ آصف احمد کھانڈے، 21 سالہ نصیر احمد وانی، 27 سالہ شاہد احمد کٹے، 27 سالہ عرفان احمد، ہارون رشید گنائی اور ذاکر احمد گنائی بھی شامل ہیں۔ دہشت گردی کے ان مقامی معاونین کی شناخت اس وقت سامنے آئی ہے جب ایجنسیاں

112

اعتراف کافی نہیں بلکہ موثر حل ہی عوام کو شکایات درج کرنے کی ترغیب دیتا ہے۔ انہوں نے عوامی شکایات کو حکمرانی نظام کی ''تشخیصی کسوٹی'' قرار دیا جس سے اضلاع اور محکموں کے مسائل کو بہتر طریقے سے سمجھا جا سکتا ہے۔چیف سیکرٹری نے اس بات پر زور دیا کہ شکایات کے ازالے کا معیار اتنا بلند ہونا چاہیے کہ شہری مکمل طور پر مطمئن ہوں۔ انہوں نے ہدایت دی کہ کوئی بھی شکایت 30 دن سے زائد التوا میں نہ رہے اور تمام محکمے اور ضلع ترقیاتی کمشنر باقاعدگی سے شکایات کے جائزے کی

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE
AAMIR NIYAZ BHAT

BEFORE THE HON'BLE HIGH COURT OF JAMMU AND KASHMIR AND LADAKH SRINAGAR

1.HALEEMA D/O LATE MOHAMMAD ISMAIL LONE W/O SHEIKH GHULAM AHMED R/O FAIZAYABAD COLONY NAIKBAGH NATIPORA
NOWGAM SGR
.[CAVEATORS]
Versus
Public at Large
...Non-Caveator's
In the matter of : Publication for Caveat.
In the matter of : Publication for Caveat.
The caveators apprehend that the non-caveator may file any suit or writ or any appeal 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 com pensated later on in an ynanner and same would be an abuse of the process of the court.

FROM THE OFFICE OF
ADVOCATE SADAF YASIN

1.ABDUL RASHID MAKROO S/O GHULAM AHMAD MAKROO R/O MAHJOOR NAGAR SGR.
.[CAVEATORS]
Versus
Public at Large
...Non-Caveator's
In the matter of : Publication for Caveat.
In the matter of : Publication for Caveat.
The caveators apprehend that the non-caveator may file any suit or writ or any appeal 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.

PUBLIC NOTICE

I have changed my name from (old name) Ajaz Ahmad Dar S/O Razak Dar R/O Tengpora Batmaloo Srinagar to (New name) Aijaz Ahmad Dar S/O Abdul Razaq Dar R/O Tengpora Batmaloo Srinagar Jammu & Kashmir, in furtue I will be known as (New Name) Aijaz Ahmad Dar S/O Abdul Razaq Dar R/O Tengpora Batmaloo Srinagar Jammu & Kashmir.If any body is having any objection he/she may contact passport office, Srinagar with in 7 days. After 7 days no objection will be accepted

FROM THE OFFICE OF
ADVOCATE AAMIR NIYAZ BHAT

BEFORE THE HON'BLE COURT PRINCIPAL DISTRICT AND SESSIONS JUDGE ASRINAGAR

1.HALEEMA D/O LATE MOHAMMAD ISMAIL LONE W/O SHEIKH GHULAM AHMED R/O FAIZAYABAD COLONY NAIKBAGH NATIPORA
NOWGAM SGR
.[CAVEATORS]
Versus
Public at Large
...Non-Caveator's
In the matter of : Publication for Caveat.
In the matter of : Publication for Caveat.
The caveators apprehend that the non-caveator may file any suit or writ or any appeal at the back of the caveators and may manage to get ex parteorder , 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 A Kashmir
OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER R&B DIVISION BEMINA SRINAGAR.

NOTICE INVITING TENDER

NIT No.07/EE/REtB/BM/CS/788-95 of 2025-26 DATED: 30.04.2025

For and on behalf of the Lt. Govemor, UT JEtK, e-tenders (In single cover system) are invited on Percentage basis from approved and eligible Contractors registered with JEtK State Govt., CPWD, Railways and other State/Central Governments for the following works:-

S. No.	Name of Work	Adv. Cost (In Lacs)	Cost of T/Doc. (In Rupees)	Earnest Money In Rupees)	Time of completion	M.H of Account	Class of Contractor
01	Maintenanaceand Repairs for the FY-2025-26 for Stage Contract (Civil) at SKIMS MCH Bemina	40.00/-	1100/-	80,000/-	2025-26	023- maR 2025-26	"AAY/BEE"
02	Maintenanaceand Repairs for the FY-2025-26 for Stage Contrac (Sanitary) at SKIMS MCH Bemina	20.00/-	800/-	40,000	2025-26	023- maR 2025-26	"BEE/CEE"

Position of AAA: Accorded By the Principal SKIMS Medical College & Hospital Bemina Srinagar vide No. SKIMS-MCH/Accts/2025/303-308 Dated: 19.04.2025
Position of funds: Available
Project Authority: Principal SKIMS Medical College & Hospital Bemina Srinagar
1.The Bidding documents Consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Drawings, bill of quantities (B.O.Q), Set of terms and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the departmental website www.iktenders.gov.in as per schedule of dates given below:-

1	Date of Issue of Tender Notice	30.04.2025
2	Period of downloading of bidding documents	01.05.2025.2025from 10.00 AM
3	Bid submission Start Date	01.05.2025 from 10.00 AM
4	Bid Submission End Date	08.05.2025 upto 4.00 PM.
5	Date a time of opening of Bids (Online)	09.05.2025 at 12.00 PM in the office of Executive Engineer R&B Division Bemina Srinagar.

1. Bids must be accompanied with cost of Tender document in shape of Treasury Challan under M.H-0059 in favour of Executive Engineer REtB Division Bemina Srinagar (tender inviting authority)(The Date of Treasury Challan should be between the date of start of bid and Bid Submission End date)pledged to Executive Engineer REtB Division Bemina Srinagar (tender receiving authority).
2. At the time of tendering, all the 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 Bemina Srinagar (The date of Eamest money should be between Date of Start of bid and bid submission End date). The successful bidder will have to provide Performance security @ 5% of Allotted cost in shape of CDR/FDR at the time of contract award. The earnest money/bid security of 2% will be released to the successful bidder only after the submission of performance security of 5% of the total allotted cost which will be released after successful completion of the DLP.
3. Unbalanced bid:

S.No	Percentage of unbalanced bid viz -a- viz Adv.cost	Additional performance security to be deposited on quoted bid by Ll
1	Upto and including 15% below	Nil
2.	>15% upto and including 20% below	5%
3	>20% upto and including 25% below	10%
4	>25% upto and including 30% below	15%
5	>30% below	20%

The bidder declared as L1 has to Provide additional performance security in shape of CDR/FDR/BG as per the break up given above at the time of allotment.
4. The date and time of opening of Bids shall be notified on Web Site www.jktenders.gov.inand conveyed to the bidders automatically through an e-mail message on their e-mail address. The bids of Responsive bidders shall be opened online on same Web Site in the Office of Executive Engineer REtB Division Bemina Srinagar (tender receiving authority).
5. The bids for the work shall remain valid for a period of 120 days from the date of opening of Technical bids
6. Instruction to bidders regarding e-tendering process.
a) Bidders are advised to download bid submission manual from the "Downloads" option as well as from "Bidders Manual Kit" on website www.jktenders.Rov.into acquaint bid submission process.
b) To participate in bidding process, bidders have to get 'Digital Signature Certificate (DSC)' as per Information Technology Act-2000. Bidders can get digital certificate from any approved Vendor.
c) The bidders have to submit their bids online in electronic format with digital Signature. No bid will be accepted in physical form.
d) Bids will be opened online as per time schedule mentioned in Para-1.
e) Bidders must ensure to upload scanned copy of all necessary documents with the technical bid. Note: - Scan all the documents on 100 dpi with black and white option.
7 The department will not be responsible for delay in online submission due to any reasons.
8 Scanned copy of cost of tender document in shape of Treasury Challan in favour of Executive Engineer REtB Division Bemina Srinagar .(The date of Treasury Challan should be between the date of start of bid and Bid Submission End date) pledged to Executive Engineer REtB Division Bemina Srinagar must be uploaded with the documents of the bid. The original Treasury Challan(cost of tender document), and other relevant bid documents shall be obtained from the lowest bidder before the fixation of contract.
9 Bidders are advised not to make any change in BOQ (Bill of Quantities) contents. In no case they should attempt to create similar BOQ manually.
10 Bidders should note that if the documents uploaded/submitted on the basis of which the contract has been awarded are found fake/not genuine at any time, the contract shall be cancelled and the contractor/bidder shall be blacklisted for participation in this division for a period of five years besides the performance security deposited for the said work shall be forfeited.
11 Any item/items of work found necessary during execution of work though not in the BOQ shall have to be got executed and shall be paid At Par the %age quoted by the bidder,after proper authorization from the Competent Authority.
12 Any addendum issued shall be the part of NIT.
13 Price escalation and Taxes:- Bidders are advised to quote Rate without GST. GST @ 18% shall be added at the time of allotment by allotting authority. Deduction on account of taxes (Gst etc.) shall be made from the bills of the contractor on gross amount of the bill as per the rates prevailing at the time of recovery.
14 Bidders are advised to use "My Documents" area in their user on REt13 e-Tendering portal to store such documents as are required.
Sd/-
No.: EE/REtB/BM/CS/788-95 Dated: 30.04.2025

Sd/-Executive Engineer,
R&B Division Bemina Srinagar.

70cm DIPK No: 1002/25

BEFORE THE HONBLE COURT OF PRINCIPAL JUDGE [FAMIL COURT] AT SRINAGAR
IN THE CASE OF
1. sameer ahmad mir
2. ARIF AHMAD
BOTH SONS OF LATE MOHAMMAD ASHRAF MIR R/O TULBAGH TAIBAL
SGR
[APPLICANTSS]
VS
1. ARSHID AHMAD MIR
2. SAJAD AHMAD MIR
3. MST AFROOZA
SONS AND DAUGHTER OF LATE GHULAM MOHIUIDIN MIR R/O TAILBAL
HAZRATBAL SGR
[RESPONDENTS]
IN THE MATTER OF :-
AN APPLICATION FOR GRANT OF GUARDIAN AND WARDS ACT ,1890 FOR APPOINTMENT OF GUARDIAN OF A PERSON AND PROPERTY NAMELY MANZOOR AHMAD MIR UNCLE OF APPLICANTS
NOTIICE TO PUBLIC AT LARGE
WHEREAS ,THE PETIONER[S] FILED ABOVE TITLED PETITION BEFORE THIS COURT FOR ISSUANCE OF GUARDIANSHIPPETIONER[S]
, THE PETITION IS PENDING DISPOSAL BEFORE THIS COURT AND THE 0N NEXT DATE OF HEARING IS FIXED ON 02/05/2025.
PUBLIC NOTICE IS HEREBY ISSUED, INFORMING ALL AND SUNDRY THROUGH THE MEDIUM OF THIS PROCLAMATION THAT IF ANYBODY HAS OBJECTION FOR ISSUANCE OFGUARDIANSHIP, HE/SHE/THEY/ SHALL APPEAR BEFORE THIS COURT EITHER PERSONALLY OR THROUGH COUNSEL OR ANYAUTHORIZED AGENT AND FILW OBJECTIONS ON OR BEFORE 02/05/2025 FALLING WHICH THE PETITION WILL BE TAKEN UP AND APPROPRIATE ORDERS WILL BE PASSED IN THEW SAME. IN CASE THE DATE FIXED IS DECLARED AS HOLIDAY ,THE MATTER SHALL BE TAKEN ON THE NEXT WORKING DAY . GIVEN UNDER MY HAND AND SEAL OF THIS COURT ON. PRINCIPAL JUDGE FAMILY COURT AT SRINAGAR

رینبو ڈائیٹ کے فوائد کیا ہیں؟

رینبو ڈائیٹ جیسا کہ نام سے ظاہر ہوتا ہے ایک غذا ہے جس میں کھانے کی رنگین قسمیں شامل ہیں، رینبو ڈائیٹ کا مقصد شعوری طور پر مختلف قسم کے پھلوں اور سبزیوں کو اپنی خوراک میں شامل کرنا ہے، زیادہ تر جنک فوڈز اور پراسیسڈ فوڈز میں ان رنگوں کی کمی ہوتی ہے کیونکہ ان میں اکثر پھل یا سبزیاں بالکل شامل نہیں ہوتی ہیں۔یہاں ماہرین بتا رہے ہیں کہ ہمیں اس بات پر غور کرنا چاہیے کہ کس طرح اپنے لیے رینبو ڈائیٹ ڈیزائن کر سکتے ہیں اور ساتھ ہی اس رنگین ڈائیٹ کے فوائد بھی بتا رہے ہیں۔رینبو ڈائیٹ کو کیسے ڈیزائن کریں؟رینبو ڈائیٹ کے فوائد کیا ہیں؟سرخ: سرخ روزمرہ کے پھلوں اور سبزیوں میں ایک بہت عام رنگ ہے۔آسانی سے دستیاب سرخ سبزیوں کی کچھ مثالیں ٹماٹر، سرخ شملہ مرچ، چقندر، شکرقندی، سرخ گوبھی، سرخ مولی اور سرخ مرچیں ہیں۔ایک دن میں ان سبزیوں میں سے صرف 2 سے 3 کا مجموعہ آپ کو مختلف غذائی اجزاء اور اینٹی آکسیڈنٹ جیسے وٹامنز، آئرن، لائکوپین، مینگنیج وغیرہ فراہم کر سکتا ہے۔

سرخ رنگ کے پھلوں کی کچھ مثالیں اسٹرابیری، تربوز، بیر، رسبری، سیب، چیری، انار وغیرہ ہیں۔ یہ پھل ہمیں فائبر اور کافی ہائیڈریشن کے ساتھ غذائی اجزاء بھی فراہم کرتے ہیں۔سبز: سبز رنگ کی سبزیاں ایک اور مقبول سبزی ہیں، سب سے زیادہ عام سبز رنگ کی سبزیاں پالک، بروکولی، مٹر، سبز پھلیاں، بند گوبھی، شملہ مرچ، کھیرا، دھنیا، ایواکاڈو، بھنڈی وغیرہ ہیں۔ان میں سے بہت سی سبزیاں مصلوب سبزیاں ہیں۔اس کا مطلب ہے کہ وہ سبزیوں کے ایک ہی خاندان سے تعلق رکھتے ہیں اور ان میں اکثر آئرن کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے۔سمر ڈائیٹ پلان کیلئے بہترین مشروبا تآئرن سے بھرپور غذا ہمارے جسم میں ہیموگلوبن کی مناسب سطح کو برقرار رکھنے میں بہت سے دوسرے فوائد کے ساتھ مدد کرتی ہے۔ ان کا شمار انتہائی غذائیت سے بھرپور سبزیوں میں بھی ہوتا ہے۔ ان کے ساتھ آپ اپنی غذا میں کچھ سبز پھل بھی شامل کر سکتے ہیں جیسے ناشپاتی، کیوی، سبز سیب، سبز انگور، امرود اور بہت کچھ۔ پیلا: پیلے رنگ کے کھانے کو اپنی خوراک میں شامل کرنے سے ان کی غذائیت میں اضافہ ہوتا ہے اور آپ کی خوراک کو ایک متحرک اور چمکدار رنگ بھی ملتا ہے۔ کچھ عام پیلی سبزیوں میں پیلی شملہ مرچ، مکئی، لیموں اور بہت سی چیزیں شامل ہیں۔ وزن کم کرنے والی روٹیاں کونسی ہیں؟ان کے ساتھ کچھ زرد رنگ کے پھل جن کو آپ اپنی غذا میں شامل کر سکتے ہیں وہ ہیں کیلا، انناس، آم، پپیتا، پیلا ناشپاتی، وغیرہ۔ ان پھلوں اور سبزیوں میں پوٹاشیم، وٹامنز کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے اور آپ کے جسم کو بہتر بنانے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ نیلا/جامنی: پھلوں اور سبزیوں کا یہ گروپ آپ کی خوراک کو گہرا رنگ دیتا ہے، جامنی رنگ کی کچھ زیادہ عام سبزیاں بینگن، پیاز، جامنی بند گوبھی، جامنی گوبھی، وغیرہ ہیں۔ جامنی/نیلے رنگ کے پھلوں کی چند مثالیں ہیں بلیو بیری، بلیک بیری، جامنی انگور، کشمش وغیرہ۔ اگرچہ بینگن اور پیاز ہی عام طور پر دستیاب اور کھائی جانے والی جامنی رنگ کی سبزیاں ہیں لیکن آپ اپنی خوراک میں پیاز کو شامل کرنے کی کوشش کر سکتے ہیں۔ پیاز کو ایک سپر فوڈ سمجھا جاتا ہے جس کا مطلب یہ ہے کہ اس میں بہت زیادہ غذائیت ہے۔ نارنجی: سرخ پھلوں اور سبزیوں کی طرح، زیادہ تر نارنجی پھلوں اور سبزیوں میں اینٹی آکسیڈنٹس کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔ نارنجی رنگ کی کچھ سب سے عام سبزیاں ہیں نارنجی شملہ مرچ، گاجر، شکرقندی، کدو وغیرہ۔ گڑ یا شہد میں سے کیا صحت مند ہے؟ان کے ساتھ نارنجی رنگ کے کچھ پھل جو آپ اپنی خوراک میں شامل کر سکتے ہیں وہ ہیں نارنجی، خوبانی، آڑو وغیرہ، یہ وٹامنز، اینٹی آکسیڈنٹس اور دیگر مفید غذائی اجزاء کا بہترین ذریعہ ہیں۔ سفید: اگرچہ سفید رنگ قوس قزح میں پایا جانے والا رنگ نہیں ہے لیکن یہ قوس قزح کی خوراک کا ایک لازمی حصہ ہے۔ سب سے زیادہ استعمال ہونے والی سفید سبزیوں میں سے ایک لہسن ہے۔ لہسن ایک اور سپر فوڈ ہے اور یہ غذائی اجزاء اور اینٹی آکسیڈنٹس سے بھرپور ہے۔ اس میں جسم کے لیے فوائد کی ایک نہ ختم ہونے والی فہرست ہے اور اسے عام طور پر کھانوں میں ذائقے کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ کچھ دوسری سفید سبزیاں مشروم، پیاز، گوبھی، مولی وغیرہ۔ اس کے ساتھ کچھ عام سفید پھل ہیں ناریل، لیچی وغیرہ۔

موٹاپا کم کرنے والی 'انقلابی دوا' تیار کر لی گئی

ایک نئی دوا پر تین مرحلوں میں تحقیق کی گئی جس کے بعد انقلابی نتائج سامنے آئے ہیں۔اس نئی دوا کی تیاری اور اس پر تحقیق کا کام بین الاقوامی ادویہ ساز کمپنی نے دنیا کے 9 مختلف ممالک میں کیا ہے۔ تحقیق کے تیسرے مرحلے میں 2500 سے زائد افراد نے حصہ لیا جن کا وزن تقریباً 105 کلو گرام تھا۔ان تمام افراد کو 4 حصوں میں تقسیم کیا گیا، ایک گروپ کو ہفتے میں ایک بار اس دوا کی 5 ملی گرام مقدار بذریعہ انجکشن دی گئی۔ دوسرے گروپ کو دوا کی 10 ملی گرام مقدار فی ہفتہ دی گئی اور تیسرے گروپ کو 15 ملی گرام فی ہفتہ دوا دی گئی۔ جبکہ چوتھے گروپ کے افراد کو ایک جعلی دوا دی گئی، لیکن یہ بتانا ضروری ہے کہ یہ جعلی دوا صحت کے لیے نقصان دہ بالکل بھی نہیں تھی۔اس دوران تحقیق کا حصہ بننے والے تمام افراد کو یہ ہدایت بھی کی گئی تھی کہ وہ اپنی خوراک اور ورزش کا بھی خیال رکھیں، یہ سلسلہ تقریباً ایک سال 5 مہینے چلتا رہا۔ یہ ٹرائل مکمل ہونے پر انقلابی نتائج سامنے آئے، جعلی دوا لینے والے گروپ کے افراد کا اس دوران صرف 2.4 فیصد وزن کم ہوا۔ ہر ہفتہ صرف 5 ملی گرام یہ نئی دوا لینے والے گروپ کے افراد کے وزن میں 16 فیصد کمی آئی۔ جبکہ 15 ملی گرام فی ہفتہ یہ دوا لینے والے گروپ کے افراد کا وزن 22.5 فیصد کم ہوا۔ کمپنی کو امید ہے کہ تحقیق کے نتائج کو مدنظر رکھتے ہوئے مرکزی امریکی ادارہ برائے غذا و ادویہ اس دوا کو موٹاپے میں کمی کی دوا کے طور پر منظور کر لے گا۔ 15 ملی گرام فی ہفتہ یہ دوا لینے والے گروپ کے افراد کا وزن 22.5 فیصد کم ہوا۔ کمپنی کو امید ہے کہ تحقیق کے نتائج کو مدنظر رکھتے ہوئے مرکزی امریکی ادارہ برائے غذا و ادویہ اس دوا کو موٹاپے میں کمی کی دوا کے طور پر منظور کر لے گا۔

سمر ڈائیٹ پلان کیلئے بہترین مشروبات

گرمیوں کے مہینے آپ میں سے کچھ کے لیے بہت تھکا دینے والے ہو سکتے ہیں اور ہائیڈریٹ رہنا ان مہینوں کے دوران اپنے آپ کو جوان رکھنے کے سب سے اہم طریقوں میں سے ایک ہے لیکن صرف پانی پینا کافی نہیں ہے۔ آپ کو وقتاً فوقتاً کچھ نمکیات اور غذائی اجزاء کے ساتھ اپنے جسم کو چست رکھنے کی بھی ضرورت ہے۔ اپنے جسم کی غذائیت کی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے، آپ مخصوص جوس کا انتخاب کر سکتے ہیں۔ یہاں موسم گرما کے مشروبات کی فہرست ہے جو آپ کے کام آئیں گی۔ لہٰذا، صحت مند مشروبات کی حیرت انگیز درجہ بندی کے ساتھ گرمی کو شکست دیں اور ہیٹ اسٹروک اور پانی کی کمی کو روکیں۔ موسم گرما کی خاص مشروبات: سمر ڈائیٹ پلان کیلئے بہترین مشروبات، ا، ستو کا شربت: ستو توانائی کا پاور ہاؤس ہے۔ یہ پروٹین، فائبر سے بھرپور ہے اور قدرتی کولنگ ایجنٹ کے طور پر کام کرتا ہے۔ یہ ذیابیطس کے مریضوں کے لیے ایک بہترین آپشن ہے اور ورزش کے بعد کے مشروب کے طور پر بھی بہت اچھا کام کرتا ہے۔ شکنجی: شکنجی کو لیمونیڈ کے نام سے بھی جانا جاتا ہے، یہ موسم گرما کا ایک ذائقہ دار ٹھنڈا مشروب ہے جو وٹامن سی سے بھرپور ہوتا ہے۔ چھاچھ: سال کے اس وقت میں چھاچھ کا ہونا ضروری ہے۔ عام طور پر کھانے کے بعد اسے دہی، پانی اور مصالحے جیسے کالی مرچ، نمک، ادرک، زیرہ وغیرہ کا استعمال کر کے بنایا جاتا ہے۔ یہ پانی کی کمی سے لڑتا ہے اور بہتر ہاضمے میں مدد کرتا ہے۔ گڑ یا شہد میں سے کیا صحت مند ہے؟ کھیرے کا جوس: کھیرے کا جوس وٹامنز، معدنیات اور فائبر جیسے غذائی اجزاء سے بھرپور ہوتا ہے۔ اس میں اینٹی آکسیڈنٹ خصوصیات بھی ہوتی ہیں جو آزاد ریڈیکلز کے خلاف لڑنے میں مدد دیتی ہیں اور وزن کم کرنے میں مدد دیتی ہیں۔ ناریل کا پانی: ناریل کا پانی، پانی کی کمی، تھکاوٹ اور تناؤ کو روکنے میں مدد کرتا ہے۔ تیزابیت کے مسائل میں مبتلا افراد کے لیے یہ بہترین آپشن ہے۔ یہ چمکدار جلد کے لیے بھی اچھا ہے۔

موسم گرما میں ذیابطیس کے مریضوں کیلئے بہترین مشروبات، پھل، سبزیاں

ذیابطیس کے مریضوں کے لیے احتیاط سے غذا لینے کی ضرورت ہوتی ہے، خاص طور پر گرمیوں میں جب دن لمبے ہوتے ہیں اور زیادہ درجہ حرارت اور نمی آپ کے خون میں شوگر کی سطح پر منفی اثر ڈال سکتی ہے۔ اچھی طرح سے ہائیڈریٹ ہونا، نشاستہ دار کھانوں سے پرہیز اور زیادہ فائبر والی غذا ذیابطیس کے شکار لوگوں کو گرم موسم میں صحت مند رہنے میں مدد دے سکتی ہے۔ پانی کی مناسب مقدار کے علاوہ ناریل کا پانی اور کھیرے کا جوس گرمیوں کی خوراک میں صحت بخش اضافہ ہیں، رمیوں میں تازہ سبزیوں کا سلاد مفید ہوتا ہے جبکہ کیلے، سیب اور بیر جیسے پھل بھی آپ کے موسم گرما کے ساتھی ہو سکتے ہیں۔ ذیابطیس کے مریضوں کیلئے کونسے پھل مفید ہیں؟ یہاں ماہرین غذائیت نے ذیابطیس کے مریضوں کے لیے موسم سرما کی مفید مشروبات، پھل اور سبزیاں بتائی ہیں۔ مشروبات: شوگر فری لیموں پانی۔، ناریل پانی تازہ پھلوں کا جوس۔ ہربل چائے۔ سبز یا کالی شکر کے بغیر چائے۔ کھیرے کا جوس

ہائیڈریٹ رہنا ہر ایک کے لیے ضروری ہے، خاص طور پر اگر آپ ذیابطیس کے مریض ہیں، پانی کی کمی خون میں شوگر کی سطح کو بری طرح متاثر کر سکتی ہے۔ پانی ہاضمے میں بھی مدد کرتا ہے، جسم سے فضلہ کو صاف کرتا ہے اور بہت کچھ۔ پانی کی کمی کسی کی جسمانی صلاحیت اور دماغ کے کام کرنے کی صلاحیت کو نمایاں طور پر کم کر سکتی ہے۔

سبزیاں:۔ پالک۔ بروکولی۔ چقندر۔ گوبھی۔ پھلیاں

ذیابطیس کے مریضوں کے لیے، غیر نشاستہ دار غذاؤں کا استعمال اس بات کو یقینی بنائے گا کہ خون میں شوگر کی سطح کو بہتر طریقے سے منظم کیا جائے۔

ذیابطیس کے مریضوں کیلئے پھل کھانے کا بہترین وقت کونسا ہے؟

سبزیاں اور نشاستہ دار سبزیاں صحیح خوراک پیش کرتی ہیں، جو ورزش کے ساتھ ساتھ صحت مند طرز زندگی بنانے میں مدد دیتی ہیں۔ فائبر کی مقدار زیادہ ہونے کی وجہ سے تازہ سبزیاں بلڈ شوگر کی سطح کو کنٹرول میں رکھنے میں مدد کرتی ہیں۔ پھل:۔۔ اسٹرابیری۔ بلیک بیریز۔ بلیو بیریز۔ نارنجی۔ آڑو۔ بیر۔ ناشپاتی

ان کے کم سے درمیانے درجے کے گلیسیمک انڈیکس کی وجہ سے، زیادہ تر تازہ پھل خون میں گلوکوز کی سطح میں تیزی سے اضافے کا سبب نہیں بنتے ہیں جیسا کہ کاربوہائیڈریٹ پر مشتمل کھانے کی اشیاء جیسے روٹی۔ آپ کی گرمیوں کی خوراک میں کم کارب، فائبر سے بھرپور پھل جیسے کیلے، سیب اور یہاں تک کہ بیر کو شامل کرنا حیرت انگیز کام کرے گا۔

پھلوں، سبزیوں کے جوس کا
استعمال بڑھتی عمر کے اثرات روکنے میں معاون ہے، ماہرین صحت

ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ ہم عمر بڑھنے کے عمل کو نہیں روک سکتے، جیسے جیسے ہماری عمر بڑھتی ہے، اپنے جسم اور ظاہری شکل وصورت میں تبدیلی دیکھتے ہیں۔اس عمل کے نتیجے میں جلد اپنی تروتازگی اور نرمی کھونے لگتی ہے، جسم میں قوت مدافعت کم ہونے لگتی ہے، لیکن اگر ہم تازہ پھل اور سبزیاں استعمال کریں تو پھر اس بڑھتی عمر کے اثرات کو کافی حد تک کم کیا جا سکتا ہے۔اس حوالے سے متعدد پھل اور سبزیاں اپنے اندر اینٹی آکسیڈنٹس، معدنیات، اور حیاتین رکھتی ہیں جو کہ جسم کے اندر اور باہر بڑھتی عمر سے پڑنے والے اثرات کو کم کرنے میں مدد دینے کے ساتھ ساتھ جلد کو تروتازہ بناتی ہیں۔ آیئے اس سلسلے میں چند پھلوں کے جوس کے حوالے سے آپ کو آگاہ کرتے ہیں۔ گاجر اور چقندر کا جوس: چقندر غذائی اجزا سے بھرپور ہوتا ہے، جس میں پوٹاشیم، زنک، فولاد، فولک ایسڈ، میگنیز اور وٹامن سی شامل ہے اور یہ تمام اجزا خون کو صاف کرنے اور جلد کو صحت مند رکھنے میں کلیدی کردار ادا کرتے ہیں جبکہ دوسری جانب گاجر میں وٹامن اے ہوتا ہے جو کہ کیل مہاسوں کو ختم کرنے کے ساتھ جلد کی رنگت کو صاف اور اسے شفاف بناتا ہے، مجموعی طور پر یہ جوس جلد کے لیے نہایت ہی مفید ہے۔ انار کا جوس: انار میں یہ خصوصیت ہے کہ یہ خون کو صاف کر کے جسم کو صحت مند رکھتا ہے، یہ بڑھتی عمر کے اثرات کو زائل کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے اور خلیوں کو دوبارہ بنانے میں اہم کردار ادا کرتا ہے جو کہ جلد کو تروتازہ رکھنے میں معاون ہوتا ہے۔ پالک کا جوس: پالک کے سبز پتوں کا جوس تو ہماری صحت اور جلد کے لیے انتہائی مفید ہوتا ہے، اس میں فولاد اور وٹامن وافر مقدار میں ہوتا ہے جو کہ جلد کو نرم و گداز اور شفاف بناتا ہے، اس میں وٹامن سی، ای اور میگنیز کافی مقدار میں ہوتا ہے، اس کے علاوہ یہ بھی اینٹی آکسیڈنٹس ہوتا ہے، جو کہ جلد کے لیے مفید ہوتے ہیں۔ پپیتے کا جوس: پپیتے میں ایک انزائم پاپین ہوتا ہے جو کہ جلد پر پڑنے والے داغ دھبوں کو ختم کرنے کے ساتھ اسے شفاف بناتا ہے۔ ٹماٹر کا جوس: ٹماٹر کا جوس بھی اینٹی آکسیڈنٹس اجزا پر مشتمل ہوتا ہے یہ بھی قبل از وقت بڑھتی عمر کے اثرات جیسے کہ جھریوں کو پڑنے سے روکنے کے ساتھ ہمیں جواں اور توانا رکھتا ہے، اس کے علاوہ یہ بھی رنگت کو صاف کرتا ہے۔

زندگی بڑھانے والی غذاؤں کی نئی فہرست

ماہرین صحت نے ایسی غذاؤں کی نئی فہرست جاری کی ہے جو انسان کو صحت مند رکھنے اور اس کی عمر میں اضافہ کر سکتی ہیں۔ موت برحق ہے اور موت کے مقررہ وقت کے بارے میں کوئی پیشگوئی بھی نہیں کی جا سکتی لیکن اس دنیا میں ایسی غذائیں ضرور موجود ہیں جن کے استعمال سے انسان تندرست رہتا ہے اور عمر بھی بڑھ سکتی ہے۔ اس حوالے سے یونیورسٹی آف وسکانسن کی پروفیسر روز الین اینڈرسن نے غذا اور طویل زندگی کے سائنسی لٹریچر کا تفصیلی جائزہ لیا ہے، اس مطالعے میں جین، غذائیت، بھوک اور دیگر اہم امور کو بھی شامل کیا گیا ہے۔ اتنا ہی نہیں بلکہ اس مطالعے میں حشرات، چوپایوں اور سو برس سے اوپر زندہ رہنے والے جانداروں کا جائزہ بھی لیا گیا ہے۔ اس طویل مطالعے کے بعد ایسی غذاؤں کی نئی فہرست جاری کی جو کہ زندگی بڑھانے میں مددگار ثابت ہوں، اس فہرست میں مندرجہ ذیل غذائیں شامل ہیں: 1- اناج 2- دالیں 3- موسمی پھل 4- گری دار میوے (بادام، پستے، اخروٹ اور دیگر طرح کے مغزیات) 5- زیتون کا تیل 6- گہری رنگت والی چاکلیٹ یہ پھل کھائیں، وزن بڑھائیں اس فہرست کو جاری کرتے ہوئے ماہرین صحت نے ان غذاؤں کے استعمال میں وقفہ دینے پر بھی زور دیا ہے یعنی کہ ہر 3 سے 4 ماہ کے بعد پانچ روز تک 12 گھنٹے کچھ بھی نہ کھایا جائے تو اس سے زیادہ اچھے نتائج سامنے آئیں گے۔ اس کے علاوہ ماہرین نے اپنے بلڈ پریشر اور کولیسٹرول پر بھی نظر رکھنے کی ہدایت کی ہے۔ یہ تحقیق مشہور سائنسی جرنل 'سیل (Cell)' میں شائع ہوئی ہے۔

گڑ یا شہد میں سے کیا صحت مند ہے؟

چینی کے بارے میں بہت کچھ کہا گیا ہے کہ چینی آپ کی صحت کے لیے اچھی نہیں ہے، یہ میٹھی کھانے کی چیز آپ کے جسم پر واقعی نقصان دہ اثرات مرتب کر سکتی ہے۔ موٹاپے، دل کی بیماری یا ذیابطیس کے خطرات سے، یہ خیال کیا جاتا ہے کہ چینی آپ کے دانتوں، اور مدافعتی نظام کو متاثر کرتی ہے اور بڑھاپے کو بھی تیز کرتی ہے۔ چینی آپ کی جلد کے لیے بھی اچھی نہیں ہے اور، پھر کچھ لوگ محسوس کرتے ہیں کہ وہ چینی کے لیے کچھ متبادل استعمال کر سکتے ہیں جیسے گڑ یا شہد۔ تاہم، اس بارے میں ایک عام الجھن پیدا ہوئی ہے کہ شہد صحت بخش ہے یا گڑ۔ اس حوالے سے ماہرین غذائیت کا کہنا ہے کہ کوئی بھی شوگر چینی ہوتی ہے، چاہے وہ شہد ہو، گڑ، گنے کی شکر، کھجور کی شکر، تمام چینی پروٹین کے مالیکیولز کے ساتھ منسلک ہو جائیں گی اور ان کے نتیجے میں جینگی گلائیکیشن ختم ہونے والی مصنوعات پیدا ہوں گی، یہ زہریلے فری ریڈیکلز ہیں جو کہ جلد کو نقصان پہنچائیں گے۔ وزن کم کرنے والی روٹیاں کونسی ہیں؟ انہوں نے مزید کہا کہ اس کے علاوہ چینی IGF1 کی سطح کو بڑھا سکتی ہے جو مہاسوں کا سبب بن سکتی ہے لہٰذا شہد یا گڑ ایک جیسا ہے۔ ماہرین اکثر مشورہ دیتے ہیں کہ اگر ہم جوان جلد حاصل کرنا چاہتے ہیں تو ہمیں چینی کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہیے اور جو لوگ بڑھتی عمر کو چھپانا چاہتے ہیں، انہیں چینی سے دور رہنا چاہیے، بشمول گنے کی شکر، ناریل چینی، گڑ۔ بنیادی طور پر، ہر قسم کی چینی سے پرہیز کریں۔

ایشین گیمز میں کرکٹ کے کھیل کو برقرار رکھنے کا فیصلہ

دی اولمپک کونسل آف ایشیا (او سی اے) نے 2026 میں جاپان کے شہر ناگویا میں ہونے والے 20 ویں ایشین گیمز میں کرکٹ کے کھیل کو جاری برقرار رکھنے کا فیصلہ کیا ہے۔ کھیلوں کی ویب سائٹ 'کرک انفو' کے مطابق جاپان میں 19 ستمبر سے 4 اکتوبر 2026 تک ہونے والے ناگویا ایشین گیمز میں کرکٹ کا کھیل جاری رہے گا۔ ابتدائی طور پر یہ فیصلہ ہوا ہے کہ یہ میچز جاپان میں ایچی پریفیکچر کے مقام پر ہوں گے تاہم اس حوالے سے ابھی حتمی فیصلہ نہیں کیا گیا ہے۔ دی اولمپک کونسل آف ایشیا کے مطابق ایشین گیمز میں کرکٹ کو شمولیت کے حوالے سے تازہ ترین پیش رفت 28 اپریل کو جاپان کے شہر ناگویا سٹی ہال میں ہونے والے ایشین گیمز کی جاپانی آرگنائزرز کمیٹی (اینا جوک) بورڈ آف ڈائریکٹرز کے اجلاس میں ہوئی۔ اجلاس کے دوران، ایشین گیمز میں کرکٹ اور مکسڈ مارشل آرٹس کو باضابطہ طور پر منظور کیا گیا۔ یاد رہے کہ کرکٹ کو چوتھی بار ایشین گیمز میں شامل کیا جارہا ہے، پہلی بار گوانگژو 2010 (چین کا شہر) اور دوسری بار انچیون 2014 (جنوبی کوریا کا شہر) میں کرکٹ کو بین الاقوامی حیثیت نہیں دی گئی تھی۔ تاہم، چین کے شہر ہانگژو میں 2023 میں ہونے والے ایشین گیمز میں کرکٹ کو ٹی 20 انٹرنیشنل کا درجہ دیا گیا۔ 2023 کے ایشین گیمز میں مردوں کے مقابلے میں بھارت نے سونے کا تمغہ جیتا تھا جب کہ افغانستان نے چاندی اور بنگلہ دیش نے کانسی کا تمغہ حاصل کیا تھا۔ اسی طرح، خواتین کے مقابلوں میں بھارت اور بنگلہ دیش نے بالترتیب سونے اور کانسی کا تمغہ جیتا جب کہ چاندی کا تمغہ سری لنکا کے نام رہا۔ کرکٹ میں مردوں اور خواتین کی کیٹیگریز میں ان ممالک کے علاوہ پاکستان، نیپال، مالدیپ، منگولیا، ہانگ کانگ، جاپان، کمبوڈیا، تھائی لینڈ، ملائیشیا، سنگاپور اور انڈونیشیا بھی شامل تھے۔

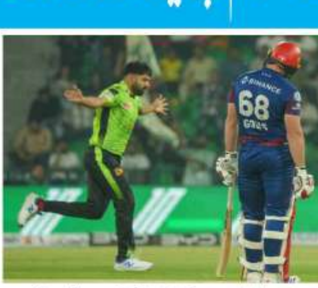
ٹی 20 سیریز میں بابر اعظم، رضوان کو شامل نہ کیے جانے امکان، مگر کیوں؟

بنگلادیش کیخلاف 5 ٹی 20 انٹرنیشنل میچز کی سیریز میں نائب کپتان محمد رضوان اور اسٹار بیٹر بابر اعظم کو ٹیم سے ڈراپ کیے جانے کا امکان ہے۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) کے اعلیٰ حکام بنگلادیش کیخلاف سیریز میں نوجوان کرکٹرز کو موقع دینے کے حامی ہیں، اس لیے سابق کپتان بابر اعظم اور محمد رضوان کو ٹیم سے ڈراپ کیا جاسکتا ہے۔ بنگلادیش کیخلاف سیریز کیلئے اسکواڈ کا اعلان تاحال نہیں ہوا ہے البتہ ذرائع نے انکشاف کیا ہے کہ ٹیم انتظامیہ سیریز میں اوپننگ کیلئے بابر اور رضوان کے علاوہ دیگر کئی ناموں پر غور کررہی ہے۔ نیوزی لینڈ کیخلاف سیریز میں بابر اعظم اور رضوان کو آرام دیا گیا تھا تاہم اسکے باوجود گرین شرٹس کو 1-4 سے بدترین شکست کا منہ دیکھنا پڑا۔ ٹیم مینجمنٹ صائم ایوب، فخر زمان اور ممکنہ طور پر صاحبزادہ فرحان کو اوپننگ میں ذمہ داریاں سونپ سکتی ہے، اسی طرح دیگر کھلاڑیوں میں حسنین طلعت، حسن علی، فہیم اشرف اور علی رضا کے نام بھی بنگلادیش کیخلاف سیریز کیلئے اسکواڈ کا حصہ بنائے جانے کا امکان ہے۔ واضح رہے کہ پاک بنگلادیش سیریز کے ابتدائی 2 ٹی 20 میچز 25 اور 27 مئی کو فیصل آباد میں اور بقیہ تین میچز 30 مئی، یکم جون اور 3 جون کو لاہور کے قذافی اسٹیڈیم میں کھیلے جائیں گے، مقامی وقت کے مطابق تمام میچز رات 8 بجے شروع ہوں گے۔

پی ایس ایل میں پرفارمنس؛ کون سے کرکٹرز ٹیم میں واپس آسکتے ہیں؟

پاکستان سپر لیگ (پی ایس ایل) میں شاندار پرفارمنس کا مظاہرہ کرنے پر حسن علی سمیت کئی کھلاڑیوں کیلئے قومی ٹیم کے دروازے کھلنے کا امکان ہے۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق پاکستان کرکٹ بورڈ (پی سی بی) کے اعلیٰ حکام بنگلادیش کیخلاف ٹی 20 سیریز میں پی ایس ایل پرفارمرز اور نوجوان کھلاڑیوں کو موقع دینے کے حامی ہیں۔ پی ایس ایل میں مسلسل فلاپ رہنے والے سابق کپتان بابر اعظم اور محمد رضوان کو ٹیم سے ڈراپ کیے جانے کا امکان ہے۔ بنگلادیش کیخلاف سیریز کیلئے اسکواڈ کا اعلان تاحال نہیں ہوا ہے البتہ ذرائع نے انکشاف کیا ہے کہ ٹیم انتظامیہ سیریز میں اوپننگ کیلئے صائم ایوب، فخر زمان اور ممکنہ طور پر صاحبزادہ فرحان کی طرف دیکھ رہی ہے۔

پی ایس ایل 10: لاہور قلندرز نے اسلام آباد یونائیٹڈ کو 88 رنز سے شکست دے دی



پاکستان سپر لیگ (پی ایس ایل) 10 کے 19 ویں میچ میں لاہور قلندرز نے اسلام آباد یونائیٹڈ کو 88 رنز سے شکست دے دی۔ لاہور میں کھیلے گئے میچ میں قلندرز نے پہلے کھیلتے ہوئے 6 وکٹوں کے نقصان پر 209 رنز بنائے اور اسلام آباد یونائیٹڈ کو جیت کے لیے 210 رنز کا ہدف دیا۔ ہدف کے تعاقب میں یونائیٹڈ کا آغاز اچھا نہیں تھا اور اس کی پہلی وکٹ صرف 11 رنز پر گر گئی جب صاحبزادہ فرحان 9 رنز بنا کر پویلین لوٹ گئے، تاہم دوسری وکٹ کے لیے سلمان علی آغا اور اینڈریز گوس نے 69 رنز کی شراکت داری قائم کرکے اسکور کو 80 تک پہنچادیا۔ تاہم اس موقع پر آغا 36 رنز بنا کر پویلین لوٹ گئے، دوسرے اینڈ پر موجود اینڈریز گوس بھی 41 رنز بنا کر نمایاں رہے، اس کے علاوہ آنے والے دیگر بیٹرز کوئی کارکردگی دکھانے میں ناکام رہے۔ وکٹ کیپر بیٹر اعظم خان، ایک، حیدر علی 5 رنز، شاداب خان 13 رنز، جیسن ہولڈر صفر، عماد وسیم 2 اور نسیم شاہ 11 رنز بنا سکے۔ اس طرح اسلام آباد یونائیٹڈ کی پوری ٹیم 17 ویں اوور میں 121 رنز بنا کر آؤٹ ہوگئی اور لاہور قلندرز نے میچ میں 88 رنز سے کامیابی حاصل کی۔ لاہور قلندرز کی جانب سے حارث رؤف نے 31 رنز دے کر 4 کھلاڑیوں کو آؤٹ کیا جبکہ سکندر رضا نے 20 رنز دے کر 3 وکٹیں حاصل کیں، اس کے علاوہ شاہین آفریدی، آصف آفریدی اور کرن ایک، ایک وکٹ لے سکے۔ قبل ازیں، لاہور میں کھیلے جارہے میچ میں اسلام آباد یونائیٹڈ کے کپتان شاداب خان نے لاہور قلندرز کے خلاف ٹاس جیت کر بولنگ کا فیصلہ کیا۔ لاہور قلندرز کے اوپنرز نے 50 رنز کا اچھا آغاز فراہم کیا، تاہم اس موقع پر 25 رنز بنانے والے محمد نعیم رنز آؤٹ ہو گئے۔ اوپنر فخر زمان نے 30 گیندوں پر جارحانہ 44 رنز کی اننگز کھیلی، جس میں 2 چھکے اور 5 چوکے شامل تھے، اس کے علاوہ قلندرز کی جانب سے سکندر رضا نے 3 چھکوں کی مدد سے 17 گیندوں پر 39 رنز اور بلنگز نے 17 گیندوں پر 4 چھکوں کی مدد سے 38 رنز بنائے۔ قلندرز کے عبداللہ شفیق 22، ڈیرل مچل 28 اور آصف علی کوئی رنز نہ بنا سکے، اس طرح لاہور قلندرز نے مقررہ 20 اوورز میں 6 وکٹوں کے نقصان پر 209 رنز بنائے اور اسلام آباد یونائیٹڈ کو جیت کے لیے 210 رنز کا ہدف دیا۔ اسلام آباد کے جیسن ہولڈر اور عماد وسیم نے 2، 2 وکٹیں حاصل کیں جبکہ ورشوئس ایک کھلاڑی کو آؤٹ کر سکے۔ واضح رہے کہ اسلام آباد یونائیٹڈ 5 میچوں میں کامیابی کے ساتھ پوائنٹس ٹیبل پر سرفہرست ہے، جبکہ لاہور قلندرز نے 6 میچ کھیل کر 3 میں فتح حاصل کی اور وہ تیسرے نمبر پر موجود ہے۔ ٹیمیں ان کھلاڑیوں پر مشتمل ہیں۔ لاہور قلندرز: شاہین آفریدی (کپتان)، فخر زمان، محمد نعیم، عبداللہ شفیق، ڈیرل مچل، سیم بلنگز (وکٹ کیپر)، سکندر رضا، آصف علی، ٹام کرن، حارث رؤف، آصف آفریدیا سلام آباد یونائیٹڈ: شاداب خان (کپتان)، اینڈریز گوس، صاحبزادہ فرحان، سلمان علی آغا، عماد وسیم، حیدر علی، جیسن ہولڈر، اعظم خان (وکٹ)، بین ورشوئس، نسیم شاہ، حنین شاہ

ارشد ندیم کا اکاؤنٹ بھی بلاک کردیا

بھارت نے گولڈ میڈلسٹ ارشد ندیم کا انسٹاگرام اکاؤنٹ پر بھی ملک میں پابندی عائد کردی۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق بھارتی وزارت داخلہ کی سفارش پر مجموعی طور پر 16 پاکستانی یوٹیوب چینلز پر پابندی عائد کی گئی تھی، جس میں 3 سابق پاکستانی کرکٹرز کے یوٹیوب چینلز بھی شامل ہیں۔ تاہم اب بھارت نے پاکستان دشمنی میں پیرس اولمپکس میں گولڈ میڈل جیتنے والے اولمپیئن ارشد ندیم کے انسٹاگرام اکاؤنٹ کو بھی ملک میں بلاک کردیا ہے۔ قبل ازیں بھارت نے سابق کپتان راشد لطیف، اسپیڈ اسٹار شعیب اختر اور باسط علی کے یوٹیوب چینلز پر پابندی عائد کردی تھی۔ پہلگام حملے سے محض ایک روز قبل نیرج چوپڑا نے اولمپک گولڈ میڈلسٹ ارشد ندیم کو بھارت میں ہونے والے جیولن تھرو کیلئے مدعو کیا تھا تاہم انہوں نے انکار کردیا تھا۔

ڈیٹنگ خبروں کے بیچ چہل کی ہیٹرک! آرجے مہوش کا ردعمل وائرل

انڈین پریمیئر لیگ (آئی پی ایل) میں پنجاب کنگز کی نمائندگی کرنیوالے یوزویندر چہل کی چنائی سپر کنگز کیخلاف ہیٹرک کے بعد آرجے مہوش کا ردعمل وائرل ہوگیا۔ گزشتہ روز پنجاب کنگز نے چنائی سپر کنگز کو ہوم گراؤنڈ پر 4 وکٹوں سے شکست دی تھی، اس میچ میں یوزویندر چہل ہیٹرک اسکور کی، انہوں نے دیپک ہودا، انشول کمبوج اور نور احمد کی وکٹیں لیں۔ یوزویندر چہل کی یہ انڈین پریمیئر لیگ (آئی پی ایل) میں پہلی ہیٹرک تھی۔ میچ کے بعد یوزویندر چہل کی ہیٹرک پر آرجے مہوش نے ردعمل دیا جو سوشل میڈیا پر وائرل ہوگیا۔ انہوں نے کہا کہ میں صرف کھیل کا جوش بیان کیا تھا لیکن چہل نے ہیٹ ٹرک کرکے لمحہ یادگار بنادیا۔ واضح رہے کہ اہلیہ دھناشری ورما سے طلاق کی خبروں کے بیچ کرکٹر یوزویندر چہل کو چیمپئنز ٹرافی کے فائنل کے دوران اپنی دوست آرجے مہوش کیساتھ دیکھا گیا تھا جس کی تصاویر و ویڈیوز وائرل ہوئیں تھی۔ بعدازاں دونوں کو کئی مقامات پر ایک ساتھ دیکھا گیا۔

جواب دینا مجھے بھی آتا ہے لیکن بڑوں نے عزت کرنا سکھائی ہے، بابر اعظم

ٹیم کے اسٹار بلے باز اور سابق کپتان بابر اعظم نے ناقدین کو جواب دیتے ہوئے کہا کہ بولنا مجھے بھی آتا ہے لیکن میرے بڑوں نے عزت کرنا سکھائی ہے جب کہ میرا کام بولنا نہیں گراؤنڈ میں کارکردگی دکھانا ہے۔ جیو نیوز کو انٹرویو دیتے ہوئے بابر اعظم نے اپنی اسٹرائیک اور اوپننگ پوزیشن پر کھیلنے سے متعلق ہونی والی تنقید پر جواب دیتے ہوئے کہا کہ مجھے اس بات کا اندازہ ہے کہ آج کل تیز کھیلنے کی باتیں ہوتی ہیں لیکن مجھے کسی کو ثابت نہیں کرنا کہ میں کیسا کھلاڑی ہوں، سب یہ بات جانتے ہیں، میں ہمیشہ صورتحال اور ٹیم کی ضرورت کے مطابق کھیلتا ہوں۔ ان کا کہنا تھا کہ جتنا میں نے نمبر تبدیل کیا شاید کسی نے نہیں کیا، جب بھی کوئی نیا بلے باز آیا تو بابر اعظم کا نمبر تبدیل کیا گیا اور نیچے نمبر پر کھلایا گیا جب وہ وہاں نہیں چلا تو بابر پھر اوپننگ کرنے چلا گیا، یہاں تک کہ میں نے ٹیسٹ میں بھی اوپننگ کی ہے۔ مزید کہا کہ ابتدائی طور پر چھٹے نمبر پر بیٹنگ کا آغاز کیا تھا، پھر چوتھے، تیسرے اور دوسرے نمبر تک کھیلا، یعنی تقریباً ہر نمبر پر بیٹنگ کرکے آیا ہوں تو میرے لیے یہ کوئی مسئلہ نہیں کہ میں اس نمبر پر نہیں کھیلوں گا، یا پھر کسی مخصوص نمبر پر کھیلنے سے میری کارکردگی میں فرق پڑے گا، ایسا ہرگز نہیں ہے، ٹیم کی ضرورت کے مطابق ہر نمبر پر کھیلنے کے لیے تیار ہوں۔ بابر اعظم نے کہا کہ میرے لیے پاکستان سب سے پہلے ہے اور پھر فرنچائز کو اہمیت دیتا ہے، فرنچائز نے کی ڈیمانڈ تھی کہ میں اوپننگ کروں، پاکستان کی جو ڈیمانڈ ہوتی ہے میں وہ کرتا ہوں اس میں میرا کوئی ذاتی فیصلہ نہیں ہوتا کہ میں اس نمبر پر کھیلوں گا، ورنہ نہیں کھیلوں گا، میرے لیے ٹیم کی ڈیمانڈ اہمیت رکھتی ہے۔ لوگ سمجھتے ہیں بابر اعظم کم باتیں کرتا ہے؟ اس سوال کے جواب میں ان کا کہنا تھا کہ یہ سچ ہے کہ مجھے زیادہ باتیں کرنا پسند نہیں ہے مگر ایسا نہیں ہے کہ بولنا نہیں آتا، بولنا سب کو آتا ہے، مجھے بھی بولنا آتا ہے لیکن عزت نفس بھی ہوتی ہے، میرے بڑوں نے سکھایا ہے ہر کسی کی عزت کرنی ہے۔

آئی پی ایل میں انجریز کا سلسلہ جاری، اہم کھلاڑی ٹورنامنٹ سے باہر

انڈین پریمیئر لیگ (آئی پی ایل) میں پنجاب کنگز کی نمائندگی کرنے والے آسٹریلوی آل راؤنڈر گلین میکسویل انجرڈ ہوگئے۔ بدھ کے روز چنئی سپر کنگز کے خلاف میچ میں ٹاس کے دوران گفتگو کرتے ہوئے پنجاب کنگز کے کپتان شریاس ایر نے گلین میکسویل کی انگلی فریکچر ہونے کے متعلق بتایا۔ آئی پی ایل فرنچائز اور آسٹریلوی ٹیم میں میکسویل کے ساتھی کھلاڑی مارکس اسٹوئنس نے بھی ان کے کولکتہ نائٹ رائیڈرز کے خلاف میچ سے قبل ٹریننگ سیشن میں انجرڈ ہونے کی تصدیق کی۔ ساتھ ہی انہوں نے بتایا کہ عین ممکن ہے کہ میکسویل رواں ٹورنامنٹ کا دوبارہ حصہ نہ بنیں۔

راکٹ مین کے مدمقابل آئی پی ایل کا "روبوٹک کتا" عدالتی کیس میں پھنس گیا

پاکستان سپر لیگ (پی ایس ایل) کے 10 ویں ایڈیشن میں راکٹ مین کے مدمقابل انڈین پریمیئر لیگ (آئی پی ایل) نے روبوٹک کتا میدان پر اُتارا تھا تاہم اُس کے نام کو لیکر معاملہ عدالت پہنچ گیا۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق انڈین پریمیئر لیگ کے روبوٹک کتے کے نام کا چیمپک رکھنے پر بھارتی کرکٹ بورڈ (بی سی سی آئی) عدالتی معاملے میں پھنس کر رہ گیا ہے۔ رپورٹس میں دعویٰ کیا گیا ہے کہ بچوں کے ایک میگزین نے دہلی ہائیکورٹ میں ہرجانے کا کیس دائر کرتے ہوئے دعویٰ کیا کہ بھارتی بورڈ نے آئی پی ایل میں استعمال ہونے والے اپنے آئی اے روبوٹک کتے کا نام چیمپک رکھا، جو انکے میگزین کا نام ہے۔ بھارتی کرکٹ بورڈ نے کمرشل حقوق کی خلاف ورزی کی ہے، عدالت اس دعوے سے متفق نہیں ہوئی اور کہا کہ میگزین کے ایک کیریکٹر کا نام چیکو ویراٹ کوہلی کا نک نیم ہے، کیا وہ کوہلی پر بھی کیس کریں گے۔ اسکے جواب میں میگزین کے وکیل نے عدالت کو جواب دیا کہ اگر کوہلی نے اپنے نک نیم کو کمرشل سطح پر استعمال کیا تو ایسا ہو بھی سکتا ہے۔

ملائکہ اروڑہ بڑی مشکل میں پھنس گئیں، عدالت نے وارننگ جاری کردی

سیف علی خان سے متعلق ہوٹل جھگڑا کیس میں پیش نہ ہونے پر اداکارہ کیخلاف ناقابل ضمانت وارنٹ جاری ہونے کا امکان ہے۔ بھارتی میڈیا کی رپورٹ کے مطابق ممبئی کی ایک عدالت نے 2012 کے ہوٹل جھگڑا کیس میں گواہ کے طور پر طلب کی گئی بالی ووڈ اداکارہ مالائکہ اروڑہ کو آخری موقع دیتے ہوئے خبردار کیا ہے کہ اگر وہ آئندہ سماعت، 9 جولائی کو عدالت میں پیش نہ ہوئیں تو ان کے خلاف ناقابل ضمانت وارنٹ جاری کیا جائے گا۔ یہ وارننگ اس وقت دی گئی جب مالائکہ اروڑہ نے 29 اپریل کی سماعت میں بھی شرکت نہیں کی، حالانکہ ان کے خلاف پہلے ہی قابل ضمانت وارنٹ جاری ہو چکا تھا۔ چیف جوڈیشل مجسٹریٹ کے ایس زانور نے کہا کہ مالائکہ عدالت کی کارروائی سے 'جان بوجھ کر' گریز کر رہی ہیں، کیونکہ ان کے وکیل کی موجودگی کے باوجود وہ خود پیش نہیں ہوئیں۔ یاد رہے کہ یہ واقعہ 22 فروری 2012 کو جنوبی ممبئی کے ایک فائیو اسٹار ہوٹل میں پیش آیا تھا، جہاں سیف علی خان، شکیل لاڈک اور بلال امروہی کو این آر آئی تاجر اقبال شرما کی شکایت پر گرفتار کیا گیا تھا۔ شرما کے مطابق، سیف نے ان پر حملہ کیا جس سے ان کی ناک فریکچر ہوگئی تھی۔

ملبرن کنسرٹ پلانر نے نیہا ککڑ کی پول کھول دی

ملبرن ایونٹ کے منتظم نے نیہا ککڑ کے الزامات کو بے بنیاد اور جھوٹا قرار دے دیا ہے جس کے بعد ملبرن کنسرٹ کے حوالے سے بھارتی گلوکارہ نیہا ککڑ کا تنازع شدت اختیار کرگیا ہے۔ کچھ دن قبل نیہا ککڑ نے ایک ویڈیو پیغام میں کنسرٹ میں تین گھنٹے کی تاخیر سے پہنچنے پر معذرت کی تھی اور انتظامیہ پر ناکافی سہولیات، ادائیگی نہ ہونے، اور ناقص انتظامات کا الزام لگایا تھا۔ انہوں نے دعویٰ کیا تھا کہ ان کے بینڈ کے لیے کھانے اور ہوٹل کی سہولت موجود نہ تھی اور وینڈرز کو ادائیگی نہ ہونے کے باعث ساؤنڈ چیک میں بھی تاخیر ہوئی تھی۔ اس بیان کے جواب میں آسٹریلوی ایونٹ آرگنائزر ریکرم سنگھ رندھاوا نے وضاحت دی کہ کنسرٹ کا اہتمام ملبرن کی 'بیٹ پروڈکشن' نے کیا تھا اور نیہا ککڑ کے تمام دعوے جھوٹ پر مبنی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ جب تمام فریق کھل کر بات کر رہے ہیں تو وہ خاموش نہیں رہیں گے، کیونکہ وہ خود موقع پر موجود تھے اور حالات سے بخوبی آگاہ ہیں۔ رندھاوا کے مطابق نیہا ککڑ نے خود تاخیر کی، اور کنسرٹ کے شرکاء ان کے منتظر تھے۔ ان کا کہنا تھا کہ نیہا تقریباً ڈھائی گھنٹے تاخیر سے پہنچیں، جس پر حاضرین ناراض ہوگئے کیونکہ آسٹریلیا میں وقت کی پابندی کو بہت اہمیت دی جاتی ہے، خاص طور پر جب ٹکٹ کی قیمت 300 آسٹریلین ڈالر ہو۔ انہوں نے مزید دعویٰ کیا کہ نیہا ککڑ نے یہ کہہ کر پرفارم کرنے سے انکار کردیا کہ صرف 700 لوگ موجود ہیں، اور جب تک ہال مکمل نہیں بھرتا، وہ اسٹیج پر نہیں آئیں گی۔

PUBLISHED BY: BISMA TAJAMUL, PRINTED BY: BISMA TAJAMUL on behalf of BISMA TAJAMUL R.N.I No: JKURD/2011/37141,
Printed At : K.T. Press Pvt Ltd. Rangreth Budgam J&K 190021 , Published From: NEW BUS STAND, BUDGAM J&K 191111, Editor: BISMA TAJAMUL
CONTACT NO. 9419786936, 6006551484, EMAIL: WATTANDAILY@GMAIL.COM,