روزنامہ
وطن
بڈگام
WATTAN
The Urdu Daily

منگلوار
17 جون 2025
TUESDAY
17 JUNE -2025

ٹیمبا باوما صرف ایک کرکٹر نہیں بلکہ جنوبی افریقہ کی 'امید' ہیں
صفحہ 08

سرفراز خان کی سنچری، انڈیا اے کی اچھی بلے بازی
صفحہ 08

جلد: 15 ■ شمارہ نمبر: 140 ■ صفحات: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■
RNI No. JKURD/2011/37141
The Urdu Daily WATTAN Budgam

کہیں ہلکی بارشیں اور کہیں ابر آلود موسمی صورتحال، شدید گرمی سے لوگوں کو ملی راحت

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،کہیں ہلکی بارشیں اور کہیں ابر آلود موسمی صورتحال کے بیچ محکمہ موسمیات نے آئندہ 24 گھنٹوں میں مزید بارشوں کی پیشگوئی کرتے ہوئے 21 سے 23 جون تک وسیع پیمانے پر بارشوں کی پیشگوئی کی ہے۔ ادھر بارشوں اور ابر آلود موسم کے باعث گرمی کی لہر سے لوگوں کو راحت نصیب ہوئی تاہم دن اور رات کا درجہ حرارت بدستور معمول سے زیادہ ریکارڈ کیا گیا۔ سی این آئی کے مطابق وادی کشمیر کے بیشتر علاقوں میں اتوار/101

پولیس اور سیکورٹی فورسز کو دہشت گردوں، ان کے ایکو سسٹم سے نمٹنے کے لئے مکمل آزادی دی: لیفٹیننٹ گورنر

جموں وکشمیر سے دہشت گردی کا مکمل خاتمہ حکومت کی اولین ترجیح

تمام اہلکاروں کو مبارکباد دی اور ان سے جموں وکشمیر پولیس کی اقدار، روایات اور اخلاقیات کو برقرار رکھنے پر زور دیا

سرینگر،،کے این ایس،،16 جون،،لیفٹیننٹ گورنر منوج سنہا نے پیر کو کہا کہ جموں وکشمیر میں پولیس اور دیگر سیکورٹی فورسز کو دہشت گردوں اور ان کے ماحولیاتی نظام سے نمٹنے کے لیے فری ہینڈ دیا گیا ہے۔ انہوں نے اس بات کا اعادہ کیا کہ جموں وکشمیر کی سرزمین سے دہشت گردی کا مکمل خاتمہ حکومت کی اولین ترجیح ہے۔ کشمیر نیوز سروس (کے این ایس) کے مطابق منوج سنہا ایس کے پی اے، ادھم پور میں پروبیشنر ڈپٹی سپرنٹنڈنٹ آف پولیس (ڈی وائی ایس ایس پی) 17ویں بیچ اور پروبیشنرز سب انسپکٹرز (پی ایس آئی) 26ویں بیچ کی پاسنگ آؤٹ پریڈ سے خطاب کر رہے تھے۔ اپنے خطاب میں، لیفٹیننٹ گورنر منوج سنہا نے پاسنگ آؤٹ ہونے والے تمام پولیس اہلکاروں کو مبارکباد دی/102

حج 2025 کی ادائیگی کے بعد حاجیوں کی واپسی کا سلسلہ آج سے شروع ہوگا

178 عازمین کو لیکر جدہ سے پہلی پرواز شام 8 بجکر 30 منٹ پر سرینگر کے ہوائی اڈے پر اترے گی

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،حج 2025 کی ادائیگی کے بعد حاجیوں کی واپسی کا سلسلہ آج سے شروع ہوگیا اور عازمین کو لیکر سعودی عرب سے پہلی پرواز منگل وار کی شام 8 بجکر 30 منٹ پر سرینگر کے ہوائی اڈے پر اترے گی۔ حکام کا کہنا ہے کہ/103

03 جولائی سے شروع ہو رہی سالانہ امرناتھ یاترا کیلئے سیکورٹی کے سخت ترین انتظامات

یاترا کے پُرامن انعقاد کیلئے سی اے پی ایف کی 580 کمپنیاں جموں وکشمیر میں تعینات ہو رہی ہے

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،اگلے ماہ کی 03 تاریخ سے شروع ہونے والی امرناتھ یاترا کیلئے سخت ترین حفاظتی انتظامات کے بیچ مرکز نے یاترا کو خوش اسلوبی سے انجام دینے اور سیکورٹی اقدامات کے تحت سی اے پی ایف کی 580 کمپنیاں تعینات کی ہے۔ سی این آئی کے مطابق 03 جولائی سے شروع ہونے والی سالانہ امرناتھ یاترا کیلئے جہاں سیکورٹی انتظامات کو حتمی شکل دی جا رہی ہے وہیں ایک اہم پہل کے تحت امرناتھ یاترا 2025 کے محفوظ اور پرامن انعقاد کو یقینی بنانے کیلئے سینٹرل آرمڈ پولیس فورسز کی 580 کمپنیاں جموں وکشمیر میں تعینات کی جا رہی ہیں۔ سیکورٹی کے اعلیٰ عہدیداروں سے معلوم ہوا/106

ہندوارہ میں مسجد شریف کو منہدم کرنے کے دوران پُر اسرار دھماکہ تین افراد زخمی

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،شمالی قصبہ ہندوارہ کے کرشہر علاقے میں اس وقت سنسنی کا ماحول پھیل گیا جب مسجد شریف کو منہدم کرنے کے دوران پُراسرار طور پر ایک زوردار دھماکہ ہوا جس کے نتیجے میں تین افراد زخمی ہو گئے۔ سی این آئی کو نمائندے نے تفصیلات فراہم کرتے ہوئے بتایا کہ کرشہر ہندوارہ میں سوموار کی صبح اس وقت سنسنی کا ماحول پھیل گیا جب علاقے میں/105

سکینہ ایتو نے اُمرناتھ یاترا 2025 کیلئے بال تل روٹ پر طبی تیاریوں کا جائزہ لیا

بال تل بیس کیمپ ہسپتال میں صحت سہولیات کا معائنہ کیا

گاندربل،،اننفو،،وزیر برائے صحت وطبی تعلیم، سماجی بہبود اور تعلیم سکینہ ایتو نے سونہ مرگ کے دورے کے دوران شری امرناتھ جی یاترا 2025 کے لئے طبی تیاریوں کا تفصیلی جائزہ لیا۔ انہوں نے صحت محکمے کے اعلیٰ حکام کی ایک اعلیٰ سطحی میٹنگ کی صدارت کی جس میں ڈائریکٹر ہیلتھ سروسز کشمیر ڈاکٹر جہانگیر بخشی نے یاترا 2025 کے احسن انعقاد کے لئے ترتیب دی گئی مجموعی طبی حکمتِ عملی سے کے بارے میں جانکاری دی۔ اُنہوں نے بال تل روٹ پر کی جانے والی طبی تیاریوں کے بارے میں بتایا جن میں طبی عملے کی تعیناتی، جان بچانے والی اَدویات کی دستیابی، ایمبولینس، آکسیجن بوتھ اور طبی عملے کے لئے رہائش شامل ہیں۔ اس موقعہ پر بتایا گیا کہ بال تل کے اہم مقامات پر بیس ہسپتالوں، طبی امدادی کیمپوں اور ایمرجنسی امدادی مراکز پر مشتمل 30 میڈیکل سٹیشن قائم کئے گئے ہیں۔ یہ سہولیات مکمل طور پر ضروری طبی آلات، سپلائیز اور تربیت یافتہ طبی اور پیرامیڈیکل اہلکاروں سے دستیاب ہیں تاکہ یاتری کے لئے مؤثر اور بروقت صحت خدمات کو یقینی بنایا جاسکے۔ وزیر سکینہ ایتو نے کہا، "یاتریوں کی سلامتی اور طبی سہولیات پر کسی قسم کا سمجھوتہ نہیں کیا جائے گا۔" اُنہوں نے زور دیا کہ یاترا کے پورے دورانیے کے دوران یاتریوں کو بلا رکاوٹ اور مسلسل طبی سہولیات فراہم کی جائیں۔ انہوں نے متعلقہ افسران کو ہدایت دی کہ یاترا/104

حکومت جموں وکشمیر کی تعمیر وترقی اور عوام کی

خوشحالی اور فارغ البالی کیلئے تن دہی سے کام کر رہی ہے رڈاکٹر فاروق

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،موجودہ نیشنل کانفرنس حکومت جموں وکشمیر کی تعمیر وترقی اور یہاں کے عوام کی خوشحالی اور فارغ البالی کیلئے تن دہی سے کام کر رہی ہے کی بات کرتے ہوئے نیشنل کانفرنس کے صدر ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے کہا کہ پارٹی اپنے منشور میں کئے گئے وعدوں کو عملانے کیلئے تمام وسائل بروئے کار لائے جا رہے ہیں۔ سی این آئی کے مطابق پارٹی ہیڈکوارٹر پر صوبہ کشمیر کے مختلف اضلاع سے آئے ہوئے پارٹی لیڈران، عہدیداران، ضلع صدور اور

کارکنوں کے ساتھ تبادلہ خیالات کرتے ہوئے صدر نیشنل کانفرنس ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے کہا کہ لوگوں کے ان گنت مسائل ومشکلات ہے اور حکومت کی یہی کوشش ہے کہ لوگوں کو ان مسائل سے راحت پہنچائی جائے۔/107

جاوید احمد رانا کا ٹرائبل ریسرچ اِنسٹی چیوٹ کو

مضبوط کرنے کے اَقدامات کا جائزہ

قبائلی کمیونٹیوں، تعلیمی اِداروں اور سول سوسائٹی کی تنظیموں کی شمولیت پر زور

سری نگر،،اننفو،،وزیر برائے قبائلی امور جاوید احمد رانا نے جموں وکشمیر میں قبائلی فلاح و بہبود اور تحقیق کے فروغ کے مقصد سے سول سیکرٹریٹ سری نگر میں ٹرائبل ریسرچ اِنسٹی چیوٹ کو مضبوط بنانے کے اَقدامات کا جائزہ لیا۔ میٹنگ میں سیکرٹری قبائلی امور ہارون ملک، ڈائریکٹر قبائلی امور محمد ممتاز علی اور دیگر سینئر افسران نے شرکت کی۔ وزیر موصوف نے ٹرائبل ریسرچ اِنسٹی چیوٹ کو قبائلی تحقیق اور اعلیٰ معیار کا ادارہ بنانے کی ضرورت پر زور دیا اور تمام شراکت داروں کے ساتھ وسیع تر/108

ایران اور اسرائیل کے مابین بڑھتی کشیدگی

حکومت نے جموں وکشمیر کے طلباء کو ایران کے ہائی رسک زون سے منتقل کرنا شروع کر دیا

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،ایران اور اسرائیل کے درمیان جاری کشیدگی کے بیچ وہاں پھنسے بھارتی شہریوں، طلباء بشمول جموں کشمیر کے طالب علموں کو محفوظ مقام پر منتقل کرنے کیلئے کارروائی شروع کر دی گئی ہے۔ سی این آئی کے مطابق ایران اور اسرائیل کے درمیان جاری کشیدگی میں شدت آنے کے ساتھ ہی بھارتی حکومت نے شہریوں بشمول جموں وکشمیر کے طلباء کو ایران کے ہائی رسک زون سے منتقل کرنا شروع کر دیا ہے۔ معلوم ہوا ہے کہ تہران کی شاہد بہشتی یونیورسٹی کے دروازے پر کشمیر کے درجنوں طلباء سمیت بھارت کے دیگر طالب علم سرمئی آسمان تلے بسوں میں سوار ہوئے۔ وہ تیزی سے پیک کر چکے تھے، ان کے ساتھ اپنے کاغذات اور فون سے کچھ زیادہ تھے۔ کچھ نے اپنے روم میٹ کو گلے لگا کر الوداع کیا۔ دوسروں نے خاموشی سے آگے/109

اکشئے لبرو نے ضلع ترقیاتی کمشنر سرینگر اور ڈاکٹر بلال محی الدین بٹ نے ضلع ترقیاتی کمشنر بڈگام کا عہدہ سنبھالا

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،سرینگر سے بڈگام تبادلے کے بعد ڈاکٹر بلال محی الدین بٹ (آئی اے ایس) نے ضلع ترقیاتی کمشنر بڈگام جبکہ اکشئے لبرو (آئی اے ایس) نے ضلع ترقیاتی کمشنر سرینگر کے عہدے کا چارج سنبھالا۔ سی این آئی کے مطابق سوموار کو سرینگر کا/110

ملک میں آبادی کی مردم شماری کے انعقاد کیلئے مرکز کی باضابطہ نوٹیفکیشن جاری

یکم اکتوبر 2016 سے پہلا مرحلہ

جموں وکشمیر اور لداخ کے علاوہ ہماچل پردیش اور اتراکھنڈ کا احاطہ کرے گا

سرینگر،،16 جون،،سی این آئی،،مرکزی وزارت داخلہ نے ملک میں آبادی کی مردم شماری کے انعقاد کا باضابطہ نوٹیفکیشن جاری کیا جس کے تحت پہلا مرحلہ جموں وکشمیر اور لداخ کے مرکز کے زیر انتظام علاقوں اور دو پہاڑی ریاستوں ہماچل پردیش اور اتراکھنڈ کا احاطہ کرے گا جہاں یہ عمل یکم اکتوبر 2016 سے شروع ہوگا۔ سی این آئی کے مطابق مرکزی وزارت داخلہ نے ملک میں آبادی کی مردم شماری کے انعقاد کا باضابطہ نوٹیفکیشن جاری کیا ہے۔ مردم شماری، جس میں ذات کی تفصیلات سمیت بہت زیادہ ڈیٹا اکٹھا کرنا بھی شامل ہوگا، دو مرحلوں میں منعقد کیا جائے گا۔ پہلا مرحلہ جموں وکشمیر اور لداخ کے مرکز کے زیر انتظام علاقوں اور دو پہاڑی ریاستوں ہماچل پردیش اور اتراکھنڈ کا احاطہ کرے گا جہاں یکم اکتوبر 2016 سے شروع ہوگا جبکہ دوسرا مرحلہ یکم مارچ 2027 سے شروع ہوگا۔ مردم شماری ایکٹ، 1948 کے سیکشن 3 کے تحت جاری کردہ وزارت داخلہ کے نوٹیفکیشن میں کہا گیا ہے" آبادی کی مردم شماری/111

سیاحت پھر سے پٹری پر لوٹنا شروع غیر ملکی سیاح سیر وتفریح کے لئے وادی وارد

بائیسرن پہلگام واقع ناقابل برداشت وادی کشمیر کے لوگوں کے جذبات احساسات کو ٹھیس نہیں پہنچائی جاسکتی سیاحت انتہائی لازمی رسیاح

سرینگر،،16 جون،،اے پی آئی،،وادی کشمیر میں سیاحت پٹری پر لوٹنا شروع سات کے قریب غیر ملکی سیاح سیر وتفریح کے لئے وادی وارد اپنے اپنے ممالک کے رہنے والوں کو جموں وکشمیر کی سیر تفریح کے لئے آنے کی دعوت دی جموں وکشمیر کے لوگوں کو مہمان نواز شریف النفس قرار دیتے ہوئے کہا بائی سرن پہلگام حملے کے بعد سیاحت کو دھچکا لگنا لازمی ہے تاہم اب حالات بدل گئے سیاحوں کو اب وادی کا رُخ کرنا چاہئے۔ اے پی آئی نیوز کے

مطابق 22 اپریل کو بائیسرن پہلگام میں ایک المناک واقع رونما ہوا دہشت گردوں نے 27 کے قریب سیاحوں اور مقامی لوگوں پر گولیاں چلائی جسکے نتیجے میں 27 افراد مارے گئے اور پورے جموں و کشمیر میں سیاحتی شعبہ پٹری سے اتر گئے سیاحتی مقامات سنسان اور ویران پڑ گئے ہوٹل ریسٹورنٹ ہاؤس بوٹ خالی دکھائی دے رہے ہے اور ٹرانسپورٹر بھی بیکار ہوگئے ایک ماہ گزرنے کے بعد اب وادی کشمیر میں سیاحتی شعبہ پھر سے پٹری پر/112

The Urdu Daily
WATTAN
وطن

پلاسٹک ہمارے معاشرے میں زہر بھر رہا ہے

تحریر...
شبینہ فراز

'وہ ایک بہت خاص لمحہ تھا! میں شاہراہ کربلا و نجف پر پیدل سفر کر رہی تھی۔ رات کا وقت تھا اور کورونا کے باعث بہت کم زائرین تھے۔ حد نگاہ تک روشنیاں تھیں، برکتیں تھیں، روحانیت کا ابدی احساس تھا جو ایسے مقامات پر کسی انجانی خوشبو کی طرح آپ کو گھیر لیتا ہے۔ ایک سکون اور اطمینان کی کیفیت تھی۔ تاہم کچھ اور بھی تھا جو میری نگاہ اور شاید دل کو بھی کھٹک رہا تھا مگر میں سمجھ نہیں پارہی تھی۔

'پھر میرے قدم رک گئے اور منظر گویا صاف ہوگیا۔ اردگرد جو مناظر میرے سامنے تھے وہ بہت تکلیف دہ تھے۔ زائرین آگے بڑھ رہے تھے، ان میں سے شاید ہی کسی نے پلٹ کر دیکھا ہو کہ وہ پیچھے کیا چھوڑے جارہے ہیں۔

'یہ پلاسٹک کا وہ کچرا تھا جو چاروں جانب پھیلا ہوا تھا، استعمال شدہ کپ، چمچ اور دیگر برتن جو زائرین استعمال کرکے پھینک دیتے ہیں۔ تب مجھے احساس ہوا کہ ہم 'زائرین' اس مقدس سرزمین سے کیا برتاؤ کررہے ہیں۔ وہ سرزمین جو ہم پر برکتیں اور محبتیں نچھاور کرتی ہے، سکون بخشتی ہے لیکن ہم بدلے میں اسے کیا دے رہے ہیں؟'

یہی تالیف قلب کا وہ خاص لمحہ تھا جو ایک روشنی بن کر زہرا علی سید کے دل پر اترا اور انہیں تبدیل کرگیا۔ کراچی کی زہرا علی سید **2014**ء سے مسلسل کربلا، نجف اور دیگر مقامات مقدسہ کا سفر کررہی ہیں۔

زہرا علی 'دی گرین پلگرم' نامی پلیٹ فارم یا تحریک کی بانی ہیں جو اس وقت پوری دنیا میں کام کررہی ہے۔ اس تحریک کا بنیادی مقصد کربلا اور نجف کے مقدس شہروں کو پلاسٹک کی آلودگی سے محفوظ کرنا ہے۔ اس تحریک کی خوبصورت بات یہ ہے کہ اس سے وابستہ تمام لوگ ملک وقوم سے بالاتر ہوکر رضاکارانہ طور پر کام کررہے ہیں۔ روایتی این جی اوز کے برعکس یہ لوگ کوئی فنڈنگ نہیں لیتے اور تمام اخراجات اپنے طور پر پورے کرتے ہیں۔

زہرا ویسے تو بنیادی طور پر ماحولیات سے وابستہ ہیں، لیکن اس کے ساتھ اور بھی بہت کچھ کرتی رہتی ہیں۔ مختلف اخبار اور جرائد میں کالم نگاری کے ساتھ ساتھ وہ سرٹیفائیڈ سسٹین ایبل ایجوکیٹر ہیں اور 'لرننگ گارڈن' اور 'کرائپس ان پوٹس' جیسے اداروں کی بانی بھی ہیں۔

جب ان سے سوال کیا گیا کہ 'دی گرین پلگرم' قائم کرنے کا خیال کیسے آیا تو زہرا نے جواب دیا کہ 'کربلا جانے کا پروگرام تو میں بہت پہلے سے بنارہی تھی، ہر سال مختلف ٹریول گروپس سے معلومات لیتی رہتی لیکن پہلی بار **2014**ء میں کربلا جانے کی سعادت حاصل ہوئی اور پھر میں مسلسل جاتی رہی۔ کئی سال تو ایسے تھے کہ جن میں سال میں دو، تین بار بھی گئی۔ یہ **2019**ء کا سال تھا، میں کربلا میں تھی اور ہر جگہ پھیلی پلاسٹک کی آلودگی نے گویا میرے دل کو جکڑ لیا تھا'۔

عراق کی سرزمین پچھلی کئی دہائیوں سے خاک وخون سے نبرد آزما رہی ہے۔ یہاں کے لوگ اپنی بقا کی جنگ لڑ رہے ہیں۔ شکستہ حال ان علاقوں میں زندگی کی بنیادی سہولیات کا حصول تک مشکل ہے۔ تعلیم وصحت ہو یا پینے کے صاف پانی کی سہولت، یہ سب ایک خواب ہے۔ کربلا دنیا کے قدیم اور اسلامی تاریخ کے ایک اہم دریا، دریائے فرات کے کنارے واقع ہے۔ ارارات کی برف پوش پہاڑیوں سے نکلنے والا یہ دریا ایک طویل سفر کے بعد عراق میں داخل ہوتا ہے۔ کربلا کا میدان اسی دریا کے کنارے واقع ہے یہاں کی لہو رنگ مٹی پر بہادری، ہمت اور شجاعت کی ایک انوکھی داستان رقم ہوئی۔

یہیں رسول اللہ ﷺ کے لاڈلے نواسے حضرت حسینؓ اور ان کے جاں نثاروں نے جام شہادت نوش کیا۔ ان کا مقبرہ اسی کربلا میں واقع ہے اور کچھ فاصلے پر حضرت عباسؓ کا مزار ہے۔ پورا سال زائرین کا ہجوم دنیا بھر سے ان دونوں مقابر کی زیارت کرنے آتا ہے جبکہ محرم اور اربعین (چہلم) پر یہ تعداد کئی گنا بڑھ جاتی ہے۔ قریب ہی نجف کا شہر ہے جہاں حضرت علیؓ کی آخری آرام گاہ ہے۔ یہاں بھی زائرین کا ہجوم سال بھر موجود رہتا ہے۔ دریائے فرات ذرا فاصلے پر بہنے والے دریائے دجلہ کے ساتھ ساتھ بہتا ہوا آپس میں مل کر شط العرب کے مقام پر خلیج فارس میں شامل ہوجاتا ہے۔

دریائے فرات کے کنارے آباد ہونے کے باوجود کربلا اور نجف کے شہروں میں پینے کے صاف پانی کا فقدان ہے۔ یہ دریا جو عراق کے لوگوں کے لیے اہم آبی وسیلہ تھا، اب بُری طرح سے آلودہ ہوچکا ہے۔ پے در پے جنگوں نے اسے آلودہ تر کردیا ہے۔ ماضی میں ان دریاؤں میں لاشیں اور بارود بھی بہا دیا جاتا تھا۔ شدید آلودگی کے باعث اس دریا کا پانی کسی طور پینے کے لیے استعمال نہیں کیا جاسکتا، لہٰذا یہاں کے مقامی لوگ اور آنے والے زائرین پانی خرید کر پیتے ہیں مگر یوں مسئلہ اور گمبھیر ہوجاتا ہے کیونکہ یہ پانی بوتلوں میں نہیں بلکہ پیک کیے ہوئے کپوں میں فراہم کیا جاتا ہے۔

مزارات پر آنے والے زائرین انہی کپوں کا پانی خرید کر پیتے ہیں پھر چائے، کافی کے کپ اور چمچ الگ آلودگی میں اضافہ کرتے ہیں۔ زہرا کا کہنا تھا کہ 'مزارات پر تو صفائی کی صورتحال اطمینان بخش ہے، وہاں سے یہ پلاسٹک سمیٹ کر ری سائیکلنگ کے لیے بھیج دیا جاتا ہے مگر اس کے علاوہ ہر طرف ان پلاسٹک کے کپوں کا ڈھیر نظر آتا ہے۔ حتیٰ کہ دنیا کے قدیم قبرستان وادی سلام جہاں انبیاء کی قبور بھی موجود ہیں وہاں بھی پلاسٹک کی آلودگی پھیلی ہوئی ہے، اور وہاں بھی ہر طرف کچرا ہے'۔

زہرا نے بتایا کہ جب انہوں نے اس حوالے سے اعداد و شمار اکٹھے کیے تو وہ ہوش اُڑا دینے والے تھے۔ صرف کربلا اور نجف کی بات کی جائے تو یہاں **2019**ء میں **6** کروڑ کے قریب زائرین اور سیاح آئے تھے۔ ہر شخص ایک دن میں کم از کم **6** سے **7** کپ پانی پیتا ہے اور **2**، **3** بار کافی۔ گویا ہر شخص روزانہ اوسطاً **10** کپ استعمال کرتا ہے۔ اب اسے **6** کروڑ سے ضرب دے دیجیے۔ یہ اندازہ لگانا مشکل نہیں ہے کہ پلاسٹک کے اس انبار کو ٹھکانے لگانا کتنا مشکل ہوگا۔ ہوٹلوں میں بھی پانی کی بوتلوں کی جگہ یہی سیلڈ کپ فراہم کیے جاتے ہیں۔ اس پلاسٹک کو ٹھکانے لگانے سے متعلق حکومت کی صلاحیت صرف **40** فیصد ہے۔ گویا بقیہ **60** فیصد پلاسٹک کا کچرا شہر کی گلیوں، مزارات اور قبرستانوں میں جوں کا توں موجود رہتا ہے اور گزرتے دن کے ساتھ اس میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔

زہرا نے کربلا میں رہتے ہوئے اپنے فیس بک پیج اور اپنے دوستوں کی معلومات کے لیے پلاسٹک کی اس آلودگی کے حوالے سے ایک ویڈیو بنا کر انٹرنیٹ پر ڈال دی۔

ان کا کہنا ہے کہ 'وہ **2019**ء کا سال تھا اور کربلا کے سفر کا آخری دن تھا۔ سردیوں کا موسم تھا، رات کے ساڑھے **3** بج رہے تھے، چاروں جانب سناٹا تھا۔ کورونا کے باعث بہت کم لوگ موجود تھے۔ وہاں انہوں نے پہلی بار پلاسٹک کی آلودگی کے حوالے سے اپنی معلومات اور مشاہدے پر مبنی ایک مختصر ویڈیو بنا کر فیس بک پر پوسٹ کردی۔ وہ ویڈیو کسی طرح وائرل ہوگئی۔

زہرا نے بتایا کہ 'میں اگلے دن صبح نجف چلی گئی، وہاں لوگ مجھے پہچان رہے تھے اور ایک دوسرے کو بتا رہے تھے کہ یہ وہی ویڈیو والی لڑکی ہے۔ اس ویڈیو کا پیغام کسی خوشبو کی طرح پھیل گیا تھا'۔

ان کا کہنا تھا کہ دراصل یہی ویڈیو اس تمام تحریک کی بنیاد بنی۔ ویڈیو کے فوراً بعد بہت سے لوگوں نے ڈھونڈ کر ان سے رابطہ کیا۔ ایک پاکستانی بھی ان سے ملنے آئے جو عراق میں اسکول اور مدارس چلاتے ہیں۔ انہوں نے بتایا کہ یہیں ایک علاقہ ہے جہاں پاکستانی، بنگلہ دیشی اور ہندوستانی رہتے ہیں جو ہوٹلوں کی صنعت میں کام کرتے ہیں۔ یہ غریب علاقہ ہے اور نشیب میں واقع ہے لہٰذا شہر کا تمام کچرا وہاں جمع ہوجاتا ہے۔ ان کا کہنا تھا کہ وہ یہ سب دکھانے کے لیے زہرا کو لے جانا چاہتے ہیں مگر آلودگی اتنی زیادہ ہے کہ وہ رسک نہیں لے سکتے۔

مزارات مقدسہ کی انتظامیہ نے بھی زہرا سے رابطہ کیا اور اس حوالے سے تعاون کی درخواست کی۔ زہرا نے پاکستان واپس جاکر ان سب کو پلاسٹک ٹھکانے لگانے کے حوالے سے بہت سے منصوبے تیار کرکے بھیجے جن پر کام جاری ہے۔

زہرا کہتی ہیں کہ شاید زائرین کو اندازہ ہی نہیں تھا کہ وہ جو پلاسٹک کی آلودگی پھیلا رہے ہیں وہ اس سرزمین اور یہاں کے لوگوں کے لیے کتنی مشکل کا باعث بن رہی ہے۔ ان کا خیال تھا کہ اگر زائرین کی توجہ اس طرف دلائی جائے تو شاید صورتحال کچھ بہتر ہوسکے۔ انہیں اندازہ ہوا کہ اس حوالے سے لوگوں میں آگہی کا فروغ ضروری ہے۔ انہوں نے 'دی گرین پلگرم' کے نام سے ایک پلیٹ فارم بنایا اور پھر جلد ہی سیکڑوں لوگ اس پلیٹ فارم کے ذریعے ایک دوسرے سے رابطے میں آئے۔

اس وقت نہ صرف کربلا اور نجف کے مزارات کی انتظامیہ اس حوالے سے کام کررہی ہے بلکہ مشہد میں امام علی رضا کے روضے کی انتظامیہ خصوصاً ان کے میڈیا سیل کے لیے زہرا پمفلٹ، پوسٹرز اور دیگر معلوماتی مواد تیار کرتی ہیں جو **14** زبانوں میں ترجمہ کرکے زائرین میں بانٹا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ ایسے گروپ جو زائرین کے لیے سفر کا اہتمام کرتے ہیں ان کے لیے بھی معلومات کی ترسیل کا کام جاری ہے۔ حیرت انگیز طور پر صرف عراق سے ہی نہیں بلکہ دنیا بھر سے مثبت ردعمل آرہا ہے۔ زہرا کہتی ہیں کہ یہ معجزوں کی سرزمین ہے۔

زہرا کے تیار کردہ پمفلٹ **14** زبانوں میں ترجمہ ہوکر زائرین میں تقسیم ہوتے ہیں

زہرا **2014**ء میں پہلی بار اپنی چھوٹی بہن کے ساتھ وہاں گئی تھیں، اس وقت وہاں جنگ ہورہی تھی اور وہ ایک انجان گروپ کے ساتھ گئی تھیں۔ وہ کہتی ہیں کہ 'تنخواہ کے پیسے جمع کرکے وہاں پہنچے تھے۔ حرم کے اطراف میں گولیوں کے نشانات تھے۔ ہر قدم پر چیک پوسٹ تھی اور رکاوٹیں لگی ہوئی تھیں، سخت سیکیورٹی تھی۔ جنگ کا ماحول تھا، ہر وقت **7**، **8** جنازے موجود ہوتے، جن میں فوجیوں کی بھی میتیں ہوتیں۔ فوجی ان جنازوں کو سلامی پیش کررہے ہوتے۔ ہمیں زبان آتی تھی اور نہ ہمیں زیادہ معلومات تھیں۔ ہمیں یہ بھی نہیں معلوم تھا کہ کون سا مزار حضرت حسینؓ کا ہے اور کون سا حضرت عباسؓ کا ہے۔

'لیکن اس سب کے باوجود سمجھ لیں کہ اس سرزمین سے عشق ہوگیا تھا۔ عراقی خواتین لوگوں کو روک روک پوچھتی تھیں کہ آپ حضرت حسینؓ کے زوار ہیں تو ہم آپ کی کیا خدمت کرسکتے ہیں۔ یہ سب اس جنگ زدہ ملک کے غریب لوگ تھے۔ اس کے باوجود کمال مہربانی کا جذبہ تھا۔ انہیں جب معلوم ہوتا کہ ہم پاکستان سے آئے ہیں تو کہتیں، ہمیں خدمت کا موقع دیں، ہمارے گھر میں ٹھہریں۔ کچھ نہ کچھ ہاتھ میں پکڑا دیتی تھیں۔ سیکھنے کے لیے یہ شاندار سبق تھا۔ صرف وسائل سے ہی آپ کسی کی مدد نہیں کرسکتے بلکہ یہ خدمت کا جذبہ ہوتا ہے جو آپ سے بہت کچھ کرواتا ہے۔ انا، تکبر، اسٹیٹس، پیسہ سب کچھ بہت پیچھے رہ جاتا ہے'۔

ایک عراقی خاتون پرانے طرز کی لیکن ماحول دوست سبیل سے زائرین کو پانی پلاتے ہوئے—الکفیل ڈاٹ نیٹ

زہرا کے مطابق 'اس دور میں دہشتگردی بہت زیادہ تھی۔ مسلسل حملے ہوتے تھے۔ سڑک بہت تیزی سے پار کرنی ہوتی تھی ورنہ حملے کا خوف رہتا۔ میں وہیں تھی جب قریب ہی حملہ ہوا تھا۔ لیکن پھر وقت تبدیل ہوا، **2018**ء میں، میں اکیلی گھومتی تھی، میرے رابطے بن گئے تھے اور میں نے تھوڑی بہت زبان بھی سیکھ لی تھی۔

'نجف میں دنیا کا قدیم اور تاریخی قبرستان 'وادی سلام' موجود ہے۔ یہاں بڑی بڑی نامور ہستیاں مدفون ہے۔ حضرت ہود علیہ السلام اور حضرت صالح علیہ السلام کے مزارات بھی اسی قبرستان میں موجود ہیں۔ اس قبرستان میں بھی ہر طرف پلاسٹک کی آلودگی بکھری پڑی ہے۔ میں **3** ماہ بعد جاتی تو صورتحال بد سے بدترین ہوچکی ہوتی تھی۔ حتیٰ کہ قبریں تک اس آلودگی میں غائب ہورہی تھیں۔ بڑے بڑے علما کی قبروں پر پلاسٹک بکھرا دیکھ کر بہت تکلیف ہوتی تھی۔ دریائے فرات سے نکلنے والی نہر شہر کے درمیان سے گزرتی ہے، جو پہلے صاف تھی لیکن چند ماہ بعد پلاسٹک سے بھر چکی تھی'۔

زہرا کے ساتھ رضاکار دیگر کئی ممالک میں اس حوالے سے آگہی پھیلا رہے ہیں اور کوشش کررہے ہیں کہ محرم کی مجالس اور رمضان کے دوران سحر و افطار میں کھانے پینے کے انتظامات میں پلاسٹک کے برتن استعمال نہ کیے جائیں۔ بہت سی جگہوں پر اس حوالے سے کامیابی حاصل ہوئی ہے اور لوگ آسانی سے اپنی عادتیں بدل رہے ہیں۔ ہم کہہ سکتے ہیں کہ ایک چھوٹی سی ویڈیو ایک بڑی تحریک کی بنیاد بن گئی ہے۔

زہرا بتاتی ہیں کہ 'اس وقت دنیا کے مختلف خطوں کے **9** ممالک میں ہمارے رضاکار موجود ہیں جو 'دی گرین پلگرم' کے پلیٹ فارم سے 'پلاسٹک فری کربلا اور نجف' کے لیے کام کررہے ہیں۔ یہ سب مختلف رنگ ونسل اور ممالک کے لوگ ہیں، مختلف زبانیں بولتے ہیں لیکن اس مقدس سرزمین نے ہمیں ایک مشترکہ رشتے میں باندھ رکھا ہے۔ اس حوالے سے بڑی خوبصورت اور حوصلہ افزا مثالیں سامنے آرہی ہیں۔

'مثلاً آسٹریلیا کا اسلامک سینٹر اب مکمل طور پر ماحول دوست ہوچکا ہے۔ اس اسلامک سینٹر میں صرف آسٹریلیا میں رہنے والے مختلف قومیتوں کے لوگوں نے مل کر کام کیا ہے۔ پورا رمضان کوئی پلاسٹک کا برتن استعمال نہیں ہوا۔ اس میں اہم کردار اس سینٹر کے عالم اور ان کی اہلیہ کا ہے جنہوں نے پہلے خود عمل کیا پھر دوسروں نے ان کی تقلید کی۔

'جرمنی میں ایک عراقی خاتون ہیں جنہیں جرمن زبان آتی ہے تو وہ ہمارے تیار کردہ پمفلٹ، پوسٹرز اور دیگر معلوماتی مواد کو جرمن زبان میں ترجمہ کرکے لوگوں تک پہنچا رہی ہیں۔

'کراچی میں اب کچھ ٹریول گروپ ماحول دوست ہوچکے ہیں اور وہ اپنے گروپ کے لوگوں کو سفر کے لیے اسٹیل کے چمچ، دیگر برتن اور پانی کے لیے بوتل فراہم کرتے ہیں جسے دوبارہ بھرا جاسکتا ہے'۔

زہرا کہتی ہیں کہ 'میں نے اپنے سفر میں پانی کے لیے بوتل رکھی تھی تو مجھے کوئی کپ استعمال نہیں کرنا پڑا۔ ہم لوگوں کو بتاتے ہیں کہ ایک بوتل استعمال کرکے آپ **100** پلاسٹک کے کپوں کی آلودگی کم کرسکتے ہیں'۔

کراچی کے ٹریول ایجنٹ اب زائرین کو اسٹیل کے چمچ اور دوبارہ قابل استعمال بوتلیں فراہم کرنے لگے ہیں

دھیرے دھیرے ہی سہی لیکن ایک سماجی تبدیلی آرہی ہے۔ لوگ اپنی عادتیں بدل رہے ہیں۔ لوگوں کا کہنا ہے کہ ابھی راستے بند ہیں تو اس مہلت سے فائدہ اٹھا کر ہم اپنا یہ پیغام زیادہ سے زیادہ لوگوں تک پہنچادیں تاکہ اب جب بھی لوگ کربلا اور نجف جائیں تو تبدیلی واضح طور پر نظر آئے۔

زہرا کا کہنا ہے کہ 'ہماری اس تحریک کے نام یعنی 'پلاسٹک فری کربلا اور نجف' سے لگتا ہے کہ یہ صرف شیعہ افراد کی تحریک ہے لیکن ایسا نہیں ہے بلکہ کتنے ہی سُنی بہن بھائی ہمارا ساتھ دے رہے ہیں۔ حضرت حسینؓ اور حضرت علیؓ کی محبت ہر مسلمان کا اثاثہ ہے۔ یہ ممکن ہی نہیں کہ آپ اپنے رسول اللہ ﷺ سے محبت کریں اور ان کے پیاروں سے نہ کریں'۔

The Urdu Daily
WATTAN
وطن سرینگر

اسرائیل بوکھلا گیا، امریکہ سے جنگ میں شامل ہونیکی اپیل کی

نئی دہلی (ایم این این): اسرائیل اور ایران کے درمیان مسلسل میزائل حملوں کے تبادلے کے نتیجے میں ہلاکتوں کی تعداد میں اضافہ ہورہا ہے۔ حیرت انگیز طور پر جنگ کی شروعات کرنیوالا تل ابیب تہران کے جوابی حملوں سے بوکھلا گیا ہے اور اس نے امریکہ سے جنگ میں باقاعدہ شامل ہونے کی اپیل کرڈالی ہے۔ جبکہ واشنگٹن ابھی اس کیلئے آمادہ نظر نہیں آرہا ہے۔ جنگ شروع ہونے کے ۸۴ گھنٹوں کے اندر ہی تل ابیب نے واشنگٹن سے ایران میں زیرزمین ٹھکانوں کو نشانہ بنانے میں مدد کی بھی اپیل کی ہے۔ اسرائیل کی اس اپیل کا امریکہ نے مثبت جواب نہیں دیا بلکہ وہائٹ ہاؤس کے ترجمان نے کہا ہے کہ ''اگر ایران چاہے تو ہم پرامن حل پر گفتگو کرسکتے ہیں۔'' واضح رہے کہ اگر امریکہ شامل ہوا تو یہ جنگ بڑھ جائے گی۔ ایران نے اسرائیلی دفاعی نظام کو بے بس کردیا سنیچر کی شب، اتوار کی صبح اور پھر شام ہوتے ہوتے اسرائیل کی جانب سے کئے جانیوالے حملوں کے جواب میں ایرانی میزائلوں نے اسرائیلی فضائی دفاعی نظام ''آئرن ڈوم'' کو بے بس کرتے ہوئے اسرائیل کے اندر تک عمارتوں کو نشانہ بنایا۔ اسرائیلی اخبار ''ٹائمز آف اسرائیل'' نے ایرانی حملوں میں ۳۱ ہلاکتوں اور ۲۰۰ سے زائد افراد کے زخمی ہونے کی تصدیق کی ہے تاہم آزادانہ ذرائع کیمطابق اسرائیل میں ایرانی حملوں میں ۱۴۱ افراد ہلاک اور ۳۰۰ کے قریب زخمی ہوئے ہیں۔ یہ صورتحال اس وقت ہے جبکہ اسرائیل کی زیادہ تر آبادی جان بچا کر بنکروں میں چھپی ہوئی ہے۔ ایرانی حملے کے بعد اسرائیل کے کئی شہروں غزہ جیسے مناظر نظر آئے۔ دارالحکومت تل ابیب کے قریب ایک ایرانی میزائل ایک عمارت سے ٹکرایا، جس کے نتیجے میں ۶ افراد ہلاک ہوگئے۔ مقامی پولیس کمانڈر ڈینیل ہداد نے بتایا ہے کہ ایران کے میزائل حملوں میں ۱۰۸ افراد زخمی ہوئے ہیں جبکہ ۷ لاپتہ ہیں۔

دبئی میں 72 منزلہ عمارت میں بھیانک آتشزدگی، 2 گھنٹوں میں آگ پر قابو پایا گیا

نئی دہلی (ایم این این): دبئی کے مشہور علاقے مرینا میں واقع ایک ۶۷ منزلہ فلک شگاف رہائشی عمارت میں جمعہ اور سنیچر کی درمیانی شب اچانک خوفناک آگ بھڑک اٹھی، جس کے نتیجے میں عمارت میں موجود ۳ ہزار ۸۲۰ افراد کو فوری طور پر محفوظ مقامات پر منتقل کیا گیا۔ دبئی سول ڈیفنس کی ٹیموں نے بروقت کارروائی کرتے ہوئے ۶ گھنٹوں کی مسلسل جدوجہد کے بعد آگ پر قابو پایا۔ خوش قسمتی سے اس واقعے میں کوئی جانی نقصان نہیں ہوا۔ گلف نیوز کے مطابق آگ اتنی خوفناک تھی کہ شعلے عمارت کے نیچے سے اوپر تک پھیل گئے تھے اور ہر طرف دھواں ہی دھواں تھا۔ یہ عمارت ''مرینا پینکل'' اور ''ٹائیگر ٹاور'' کے نام سے جانی جاتی ہے۔ یہ پہلا موقع نہیں ہے

ایران جوہری ہتھیار نہیں بنارہا: وکی لیکس نے اسرائیل اور امریکہ کا پردہ فاش کیا

نئی دہلی (ایم این این): اسرائیل نے جمعہ کو ایران پر طویل عرصے سے متوقع حملے شروع کیے، جس کے بارے میں وزیراعظم نیتن یاہو نے کہا کہ یہ کارروائیاں ''جتنی دیر ضروری ہوں گی، جاری رہیں گی۔'' یہ حملے اس وقت ہوئے جب بین الاقوامی جوہری توانائی ایجنسی (آئی اے ای اے) نے دو دہائیوں میں پہلی قرارداد منظور کرتے ہوئے ایران کو جوہری عدم پھیلاؤ کے معیارات پر پورا نہ اترنے والا قرار دیا، جس میں ایران پر ''خفیہ جوہری سرگرمیوں'' کا الزام لگایا گیا۔ نیتن یاہو نے دعویٰ کیا کہ یہ حملے ''پیشگی'' تھے، ساتھ ہی اس نے خبردار کیا کہ ایران نے جوہری ہتھیار بنانےکیلئے یورینیم استعمال کرنے کے اقدامات کرلیے ہیں اور وہ ''مہینوں کے اندر'' جوہری بم بنا سکتا ہے۔ اسرائیل نے ۱۰۰ سے زائد مقامات بشمول اہم توانائی کے ڈھانچے اور فوجی تنصیبات کو نشانہ بنانے کے لیے ۲۰۰ جنگی طیارے استعمال کیے۔ دی نیویارک ٹائمز کے جائزے کے مطابق سیٹلائٹ تصاویر میں ایران کی سہولیات میں بڑے پیمانے پر تباہی دکھائی دی۔ گیبارڈ کی گواہی نے سوالات کھڑے کر دیے۔ وکی لیکس نے پلیٹ فارم ایکس پر امریکی سینیٹ کی انٹیلیجنس کمیٹی کو ۲۵ مارچ کی گواہی میں تلسی گیبارڈ کے بیان کا حوالہ دیا۔ گیبارڈ نے کہا کہ ''خفیہ اداروں کا جائزہ اب بھی یہی ہے کہ ایران جوہری ہتھیار نہیں بنا رہا۔'' انہوں نے مزید کہا کہ سپریم لیڈر آیت اللہ علی خامنہ ای نے ۲۰۰۳ میں معطل کیے گئے پروگرام کو دوبارہ شروع کرنے کی منظوری نہیں دی ہے۔ گواہی کی ویڈیو میں وہ کہتی دکھائی دیتی ہیں کہ ''خفیہ ادارے نگرانی کررہے ہیں کہ کہیں تہران دوبارہ اس کی توثیق نہ کر دے۔'' گیبارڈ کے یہ بیانات، جو اسرائیل کے حملوں میں شدت آنے کے بعد دوبارہ سامنے آئے ہیں،

فرانس فلسطین کو تسلیم کرنے کے عزم پر قائم: وزیر خارجہ

نئی دہلی (ایم این این): فرانس کے وزیر خارجہ ژاں نوایل بارو نے جمعے کے روز فلسطین کو ریاست تسلیم کرنے کے ملک کے عزم کی دوبارہ توثیق کی۔ بارو نے پیرس پیس فورم کے زیر اہتمام سول سوسائٹی ایونٹ ''پیغام پیرس برائے دو ریاستی حل، امن اور علاقائی سلامتی'' میں اپنے خطاب کے دوران کہا کہ فرانس ''فلسطینی ریاست کو تسلیم کرکے فلسطینی عوام کے حق خودارادیت کا تحفظ کرے گا۔'' انہوں نے زور دے کر کہا: ''میں یہاں دوبارہ دہراتا ہوں، خطے میں حالیہ جو بھی پیشرفت ہوں، فرانس ایسا کرنے کیلئے پُرعزم ہے۔'' بارو نے خبردار کیا کہ اب وقت آگیا ہے کہ فلسطینیوں کیلئے سیاسی حل تلاش کیا جائے، اور انہوں نے کہا کہ فرانس اس ماہ کے آخر میں نیویارک میں سعودی عرب کے اشتراک سے منعقد ہونے والی اقوام متحدہ کی حمایت یافتہ کانفرنس میں دو ریاستی حل پر ہی توجہ مرکوز کرے گا۔ انہوں نے واضح کیا کہ ''اس سیاسی حل میں ایک قابل عمل فلسطینی ریاست کے قیام کا تصور شامل ہے

امریکہ: مینیسوٹا میں ریاستی سینیٹرس کے گھر میں گھس کر فائرنگ

نئی دہلی (ایم این این): امریکی ریاست مینیسوٹا میں ایوان نمائندگان کے ڈیموکریٹک پارٹی سے تعلق رکھنے والے ۲ اراکین پران کے گھروں میں گھس کر فائرنگ کی گئی۔ پہلی واردات میں ریاستی سینیٹر میلیسا ہورٹمین اوران کے شوہر مارک ہلاک ہوگئے ہیں۔ دوسری واردات میں ریاستی سینیٹر جان ہوفمین اوران کی اہلیہ یوویٹ کو متعدد گولیاں لگی ہیں۔ دونوں زخمی اور زیر علاج ہیں۔ خبر لکھے جانے تک ان کی سرجری ہوچکی ہے اور ڈاکٹرز کا کہنا ہے کہ دونوں کی جان بچنے کی امید ہے۔ ۴۲ گھنٹے بعد بھی پولیس حملہ آور کو گرفتار نہیں کرسکی۔ ان کی تلاش پوری شدت سے جاری ہے۔ خبر رساں ادارے اے ایف پی کے مطابق مینیسوٹا کے گورنر ٹم والز نے بتایا کہ میناپولیس کے قریب ۲ مختلف قصبوں میں قانون ساز اسمبلی کے اراکین کے گھروں پر حملے کئے گئے۔ گورنر نے بظاہر حملوں کو ''سیاسی رقابت'' کا نتیجہ قرار دیا ہے۔ امریکی صدر ڈونالڈ ٹرمپ نے فائرنگ کے اس ''ہولناک فائرنگ'' واقعے کی مذمت کی ہے۔ میلیسا ہورٹمین کو خراج عقیدت پیش کرتے ہوئے گورنر نے انہیں ''شاندار عوامی خادم'' کے طور پر یاد کیا اور کہا کہ ان کا متبادل ملنا مشکل ہے۔ پولیس کے مطابق حملہ آور جو گرفتار نہیں کیا جاسکا، نے پولیس افسر کی وردی پہن رکھی ہے۔ اس کی گاڑی کو پولیس نے قبضے میں لے لی ہے۔ پولیس کا کہنا ہے کہ دونوں اراکین اسمبلی کے گھروں کے درمیان تقریباً ۲۱ کلومیٹر کا فاصلہ ہے۔ میلیسا ہورٹمین اور ان کے شوہر پر حملہ کے بعد پولیس جب دوپہر ایک بجے کے قریب ان کے گھر پہنچی تو ایک مشتبہ شخص کو وہاں سے نکلتے ہوئے دیکھا۔ اس نے پولیس افسر جیسی وردی پہن رکھی تھی، پولیس کا بیج اور بندوق کے علاوہ اس کے پاس گاڑی بھی پولیس کی ایس یو وی اسکواڈ کار جیسی تھی۔ پولیس کو مشتبہ شخص کی گاڑی سے ایک فہرست ملی ہے، جس میں میلیسا ہورٹمین اور جان ہوفمین کے علاوہ اور بھی کئی قانون سازوں کے نام ملےہیں۔ خدشہ ہے کہ یہ شخص اس فہرست کے مطابق مزید اراکین کو نشانہ بنا سکتا ہے۔ فہرست میں شامل تمام اراکین کی سیکورٹی میں اضافہ کردیا گیا ہے۔

ایران اسرائیل تنازع: ایران کے اسرائیل پر حملوں میں 31 افراد ہلاک اور 380 زخمی

نئی دہلی (ایم این این): اسرائیلی حکومت کے بیان کے مطابق، ایران کے اسرائیل پر حملوں میں کم از کم ۳۱ افراد ہلاک اور ۳۸۰ زخمی ہوگئے ہیں۔ بیان میں کہا گیا ہے کہ ہلاک ہونے والوں میں بچے بھی شامل ہیں۔ زخمیوں میں سے ۹ کی حالت تشویشناک ہے جبکہ باقی افراد معمولی یا درمیانی درجے کے زخمی ہیں۔ بیان میں یہ بھی کہا گیا کہ جھڑپوں کے آغاز کے بعد سے اسرائیل پر ایران کی جانب سے ۲۰۰ میزائل اور ڈرونز داغے گئے ہیں، جس سے ملک کے ۲۲ مقامات متاثر ہوئے ہیں۔ ایرانی انقلابی گارڈز نے اسرائیلی حملوں کے جواب میں اپنے آپریشن کا تفصیلی بیان جاری کرتے ہوئے کہا ہے کہ انہوں نے فوجی ایندھن کے بنیادی ڈھانچے کو نشانہ بنایا۔ بیان میں متنبہ کیا گیا ہے کہ اگر اسرائیلی جارحیت جاری رہی تو ردعمل میں شدت آئے گی۔ فوج نے اپنے بیان میں کہا کہ ''اسرائیلی جارحیت کے جواب میں، انقلابی گارڈز نے بڑے پیمانے پر ڈرونز اور میزائل آپریشن شروع کیا جس کا ہدف اسرائیلی جنگی جہازوں کے ایندھن کی پروڈکشن سہولیات اور توانائی فراہمی کے مراکز تھے۔'' بیان کے مطابق: ''متاثرہ علاقوں میں ایرانی فضائی دفاعی نظاموں نے تین کروز میزائلوں، ۱۰ ڈرونز اور درجنوں جاسوس خودکار فضائی آلات (air micro vehicles) کو انٹرسیپٹ کیا۔ ایران کے حکام کا کہنا ہے کہ اسرائیلی افواج نے ملک کے وزارت دفاع سے وابستہ ایک تنصیب پر وسطی شہر اصفہان میں حملہ کیا ہے، جو اسرائیلی حملوں کا تیسرا مسلسل دن ہے۔ ''وزارت دفاع سے منسلک ایک مرکز پر کچھ لمحے قبل اصفہان میں حملہ ہوا، لیکن اب تک کسی جانی نقصان کی اطلاع نہیں ملی،'' صوبائی گورنر کے نائب اکبر صالحی کے حوالے سے ایسنا نیوز ایجنسی نے بتایا۔ انہوں نے مزید کہا کہ ''ماہر ٹیمیں ممکنہ نقصان کا جائزہ لے رہی ہیں۔'' اس سے قبل، اسرائیلی افواج نے شیراز شہر میں ایک الیکٹرانکس فیکٹری پر بھی حملہ کیا، جس سے آسمان کی جانب سیاہ دھوئیں کے بڑے بادل اٹھتے دیکھے گئے۔ ایرانی حملے کے بعد بات یم میں لاپتہ افراد میں سے چار مل گیا اسرائیلی میڈیا کے مطابق، امدادی اہلکاروں نے بتایا ہے کہ ایرانی میزائل حملے کے بعد وسطی شہر بات یم میں لاپتہ سمجھے جانے والے سات میں سے چار افراد اسپتالوں میں مل گئے ہیں۔ انہوں نے مزید کہا کہ باقی تین افراد کی تلاش جاری ہے۔ اس رات گئے حملے میں کم از کم چھ افراد ہلاک اور درجنوں زخمی ہوئے تھے۔ قطر کے امیر شیخ تمیم بن حمد الثانی اور ایرانی صدر مسعود پزشکیان کے درمیان ٹیلیفون پر گفتگو ہوئی۔ شیخ تمیم نے ایران پر اسرائیلی حملے کی شدید مذمت کرتے ہوئے اسے ''ایران کی خودمختاری اور سلامتی کی کھلی خلاف ورزی'' اور بین الاقوامی قوانین کی واضح خلاف ورزی قرار دیا۔ ایران کی سرکاری خبر رساں ایجنسی ارنا کے مطابق، صدر پزشکیان نے کہا کہ امریکہ کی جانب سے ایران پر دباؤ اور جارحیت کے ذریعے مطالبات مسلط کرنے کی حکمت عملی ناکام ہوچکی ہے، اور انہوں نے امریکہ کی جانب سے اسرائیلی حملوں کی حمایت کی مذمت کی۔ انہوں نے کہا: ''آج وہ اسرائیل کے ایران پر حملوں کی حمایت کررہے ہیں اور یہ سمجھتے ہیں کہ وہ ہم پر دباؤ ڈال کر اپنے مطالبات منوالیں گے۔'' صدر پزشکیان نے ایرانی عوام سے اظہار ہمدردی اور یکجہتی پر شیخ تمیم کا شکریہ ادا کیا۔ تہران میں ایک پریس کانفرنس سے خطاب کرتے ہوئے ایران کے وزیر خارجہ عباس عراقچی نے کہا کہ عسلویہ میں توانائی کے بنیادی ڈھانچے پر اسرائیل کا حملہ اس تنازعے کو خلیجی خطے تک لے آیا ہے۔

امریکہ: ڈونالڈ ٹرمپ کے خلاف امریکہ کے بڑے شہروں میں دسیوں ہزار ریلیاں

نئی دہلی (ایم این این): امریکہ کے مختلف بڑے شہروں میں صدر ٹرمپ کی پالیسیوں کے خلاف ہزاروں افراد سڑکوں پر نکل آئے، مظاہرین نے شہری علاقوں میں فوج کی تعیناتی کو طاقت کے غیر ضروری استعمال سے تعبیر کیا اور کہا کہ ٹرمپ کی امیگریشن پالیسی آزادی اظہار اور شہری حقوق کے منافی ہے۔ غیر ملکی خبر رساں ادارے 'اے ایف پی' کی رپورٹ کے مطابق نیویارک سے لے کر لاس اینجلس تک امریکہ کے بڑے شہروں میں صدر ڈونالڈ ٹرمپ کے خلاف نکالی گئی ریلیوں اور مارچز میں دس ہزار سے زائد افراد نے شرکت کی۔ یہ مظاہرے جنوری میں ٹرمپ کے دوبارہ اقتدار سنبھالنے کے بعد ان کی صدارت کے خلاف سب سے بڑے عوامی ردعمل کے طور پر سامنے آئے۔ مظاہروں کا آغاز اُس دن ہوا جب ہزاروں فوجی اہلکار، فوجی گاڑیاں اور طیارے واشنگٹن ڈی سی میں امریکی فوج کی ۲۵۰ ویں سالگرہ کے موقع پر پریڈ اور فضائی مظاہرے میں شریک تھے۔ واضح رہے کہ نیشنل گارڈ کے دستے اور امریکی میرینز لاس اینجلس میں تعینات کیےگئے ہیں ٹرمپ نے انہیں اپنی امیگریشن پالیسیوں کے خلاف ممکنہ مظاہروں کے دوران، ڈیموکریٹک اکثریتی شہر کو محفوظ رکھنے کیلئے تعینات کیا ہے۔ ٹرمپ مخالف گروہوں نے ملک بھر میں تقریباً ۲ ہزار مظاہروں کا منصوبہ بنایا ہے تاکہ یوم پریڈ کے ساتھ احتجاج بھی کیا جاسکے۔ ان میں سے کئی مظاہرے 'نو کنگز' کے نعرے کے تحت ہورہے ہیں جس کا مطلب ہے کہ کوئی بھی شخص قانون سے بالاتر نہیں۔ تاہم، تمام منصوبہ بند 'نو کنگز' احتجاجی مظاہرے منی سوٹا میں اُس وقت منسوخ کردیے گئے جب ایک ڈیموکریٹک قانون ساز کو قتل کردیا گیا اور دوسرے کو زخمی کردیا گیا۔ اے ایف پی کے مطابق، ہزاروں افراد لاس اینجلس میں صدر ٹرمپ کی جانب سے ملک کے دوسرے بڑے شہر میں فوجی تعیناتی کے خلاف احتجاج کیلئے سڑکوں پر نکل آئے، یہ مظاہرے امیگریشن چھاپوں کے بعد پیدا ہونے والی جھڑپوں کے نتیجے میں شروع ہوئے۔ لاس اینجلس پولیس نے مظاہرین کو منتشر کرنے کیلئے آنسو گیس اور گھڑ سوار اہلکاروں کا استعمال کیا، یہ مظاہرین شہر کے مرکز میں واقع اُس وفاقی عمارت کے سامنے جمع تھے،

اتر ریلوے

ٹینڈر نوٹس نمبر: 05/2025-2026 تاریخ :- 16.06.2025

الیکٹرانک ٹینڈر ای۔ سسٹم کے تحت آئٹموں کی سپلائی کیلئے ٹینڈر طلب

صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے ڈپٹی چیف اشیاء منیجر/شمالی ریلوے/اسٹور ڈپو/مکینیکل کارخانہ/امرتسر کے ذریعہ اسٹور کنندگان سے درج ذیل آئٹموں کیلئے ٹینڈر طلب کی جاتی ہے:۔

نمبر شمار	ٹینڈر نمبر	مختصر تفصیل	مقدار	ٹینڈر کھلنے کی تاریخ
1	62255140	Set of Carline & Angles for BVCM wagons as per Annexure-I	480 Sets	14.07.2025

ٹینڈر شرائط: ireps کی ویب سائٹ www.ireps.gov.in پر دستیاب ہے۔ بھی خواہشمند فروخت کنندگان کو ای۔ ٹینڈر میں حصہ لینے اور رجسٹریشن کرانے کیلئے بھارت سرکار آئی ٹی ایکٹ 2000 کے تحت مجاز مصدقہ ایجنسی سے کلاس۔III ڈیجیٹل سرٹیفکیٹ (اگر پہلے سے حاصل نہیں کیا ہے) حاصل کرنی ہوگی۔ ہاتھ سے لکھی ٹینڈر منظور نہیں کی جائے گی۔

1788/2025

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

از نیابت گوم احمد پورہ

عنوان: درخواست منجانب اشفاق اکبر جو پسر محمد اکبر جو ساکنہ گنگم ڈارہ تحصیل پٹن نسبت DOB سرٹیفکیٹ بحق پسر خود صاحب زادہ ابراہیم

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت ھذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق نمبردار و چوکیدار علاقہ سائلہ مذکورہ مسلسل طور موضع گنگم ڈارہ تحصیل پٹن میں ہی رہائش پذیر ہے۔ نیز مطابق Drops card سائل مذکور کا پسر خود صاحب زادہ ابراہیم مورخہ 05/06/2024 کو پیدا ہوا ہے۔ جسکے نسبت سائل مذکور اپنے پسر کے تحت ضابطہ DOB سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کی خواہاں ہے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ھذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار گوم احمد پورہ

از دفتر نائب تحصیلدار زینہ کوٹ تحصیل سنٹرل سرینگر

عنوان: درخواست منجانب شامل گل ولد غلام محمد بٹ ساکنہ زینہ کوٹ سرینگر نسبت اجرائی وارثان جائز سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کی والدہ مورخہ 23/10/2023 کو فوت ہوچکی ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں وارثان جائز سرٹیفکیٹ اجر فرمائی جائے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	ماہوار آمدنی
غلام محمد بٹ	۷	خاوند	رنڈوا	
سفینہ گل	۴۸	دختر	شادی شدہ	
مسعودہ	۴۷	---	...	
شامل گل	۴۵	--	...	
یاسمینہ	۴۲	--	...	

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

نائب تحصیلدار زینہ کوٹ تحصیل سنٹرل

از دفتر نائب تحصیلدار زونی مر سرینگر

عنوان: درخواست منجانب آفرین یاسمین زوجہ مرحوم زاہد منظور خان ساکنہ پالپورہ سرینگر نسبت اجرائی ڈیپنڈنٹ سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائلہ ہے کہ اس کا شوہر متوفی زاہد منظور خان ساکنہ پالپورہ جو کہ محکمہ پولیس میں ملازمت کرتا تھا اور مورخہ 22/12/2024 کو فوت ہوچکا ہے۔ اس نسبت سائلہ خواہاں ہے کہ اسکے حق میں ڈیپنڈنٹ سرٹیفکیٹ اجر فرمائی جائے۔ مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	ماہوار آمدنی
منظور احمد خان	۶۰	والد	بے کار	
مساۃ رفیقہ بانو	۵۹	والدہ	گھریلو کام	
آفرین یاسمین	۲۸	زوجہ	.....	
محمد عظم خان	۶	پسر	زیر تعلیم	
محمد آدم خان	۲	--	...	

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

نائب تحصیلدار زونی مر

کیا نیک لوگ تھے وہ

تحریر
رانا اعجاز حسین چوہان

یہ مقصد اسی صورت میں حاصل ہوسکتا ہے جب ایسے لوگوں کی ضرورت اور معذوری کا خاتمہ کرکے معاشرے میں دولت وضرورت کے درمیان توازن پیدا کیا جائے یہ مقصد اسی صورت میں حاصل ہوسکتا ہے جب ایسے لوگوں کی ضرورت اور معذوری کا خاتمہ کرکے معاشرے میں دولت وضرورت کے درمیان توازن پیدا کیا

محتاجوں، غریبوں، یتیموں اور ضرورت مندوں کی مدد، معاونت، حاجت روائی، ہم دردی اور ان کی دل جوئی کرنے کو دین اسلام نے بنیادی درس اور رب تعالیٰ کو راضی کرنے کا نسخہ بتایا گیا

قرآن مجید میں ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ''نیکی صرف یہ نہیں کہ آپ لوگ اپنے منہ مشرق اور مغرب کی طرف پھیر لیں، بل کہ اصل نیکی تو اس شخص کی ہے جو اﷲ پر اور قیامت کے دن پر اور فرشتوں پر اور (آسمانی) کتابوں پر اور پیغمبروں ﷺ پر ایمان لائے، اور مال سے محبت کے باوجود اسے قرابت داروں، یتیموں، محتاجوں، مسافروں، سوال کرنے والوں، اور غلاموں کی آزادی پر خرچ کرے۔ یہ وہ لوگ ہیں جو نماز قائم کرتے ہیں، زکوٰۃ دیتے ہیں اور جب کوئی وعدہ کریں تو اسے پورا کرتے ہیں۔ تنگی، مصیبت اور جہاد کے وقت صبر کرتے ہیں۔ یہی لوگ سچے ہیں اور یہی پرہیزگار ہیں۔''

قرآن مجید میں ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم ہے: ''(لوگ) آپ ﷺ سے پوچھتے ہیں کہ (آ کی راہ میں) کیا خرچ کریں۔ فرما دیجیے کہ جس قدر بھی مال خرچ کرو (درست ہے) مگر اس کے حق دار تمہارے ماں باپ ہیں اور قریبی رشتے دار ہیں اور یتیم ہیں اور محتاج ہیں اور مسافر ہیں اور جو نیکی بھی تم کرتے ہو، بے شک اللہ تعالیٰ اسے خوب جاننے والا ہے۔'' (سورہ

اسلام کا بنیادی مقصد معاشرے کے محتاجوں، بے کسوں، معذوروں، بیماروں، بیواؤں، یتیموں اور بے سہارا افراد کی دیکھ بھال اور ان کی فلاح و بہبود ہے۔ یہ مقصد اسی صورت میں حاصل ہوسکتا ہے جب ایسے لوگوں کی ضرورت اور معذوری کا خاتمہ کرکے معاشرے میں دولت و ضرورت کے درمیان توازن پیدا کیا جائے۔ جو لوگ معاشرے سے غربت و افلاس اور ضرورت و احتیاج دور کرنے کے لیے اپنا مال و دولت خرچ کرتے ہیں، اللہ تعالیٰ ان کے خرچ کو اپنے ذمے قرض حسنہ قرار دیتے

ساتھ ہی اس بات کی بھی ضمانت دیتے ہیں کہ اللہ کی راہ میں خرچ کیے گئے مال کو کئی گنا بڑھا کر دیا جائے گا۔ دوسروں کی مدد اور ان کی ضروریات کو پورا کرنا اللہ تعالیٰ کے نزدیک نہایت پسندیدہ عمل ہے۔ دین اسلام سراسر خیر خواہی کا پرچارک ہے، اسلام میں حقوق العباد کی اہمیت کو حقوق اللہ کی اہمیت سے بڑھ کر بیان کیا گیا ہے اور دوسروں کی خیر خواہی اور مدد سے جو حقیقی خوشی اور راحت حاصل ہوتی ہے وہ اطمینان قلب کے ساتھ رضائے الٰہی کے حصول کا باعث بنتی ہے۔

خاتم النبیین محسن انسانیت ﷺ نے نا صرف حاجت مندوں کی حاجت روائی کرنے کا حکم دیا، بل کہ عملی طور پر آپ ﷺ خود بھی ہمیشہ غریبوں، یتیموں، مسکینوں اور ضرورت مندوں کی مدد کرتے۔ ایک مرتبہ آپ ﷺ مسجد نبوی میں صحابہ کرام ﷺ کے ساتھ تشریف فرما تھے کہ ایک عورت اپنی کسی ضرورت کے لیے آپ ﷺ کے پاس آئی۔ آپ ﷺ نے صحابہ کرام ﷺ کے درمیان سے اٹھ کر دیر تک مسجد کے صحن میں اس کی باتیں سنیں اور اس کی حاجت روائی کا یقین دلا کر اسے مطمئن کر کے بھیجا۔ آپ صلی آ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ حاجت مندوں کی مدد کے لیے میں مدینہ کے دوسرے سرے تک جانے کے لیے بھی تیار

حدیث نبوی ﷺ کا مفہوم ہے کہ ایک مسلمان دوسرے مسلمان کا بھائی ہے، وہ نہ اس پر ظلم کرتا ہے اور نہ اسے بے یار و مددگار چھوڑتا ہے۔ جو شخص اپنے کسی مسلمان بھائی کی حاجت روائی کرتا ہے، اللہ تعالیٰ اس کی حاجت روائی فرماتا ہے اور جو شخص کسی مسلمان کی پردہ پوشی کرتا ہے اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اس کی ستر پوشی فرمائے

ارشاد نبوی ﷺ کا مفہوم ہے کہ اللہ تعالیٰ اس وقت تک اپنے بندے کے کام میں (مدد کرتا) رہتا ہے جب تک بندہ اپنے مسلمان بھائی کے کام میں مدد کرتا رہتا

حضور صلی آ علیہ وسلم نے فرمایا تمہارے خادم (محتاج) تمہارے بھائی ہیں، اللہ تعالیٰ نے ان کو تمہارے ماتحت کر دیا ہے۔ پس جس کا بھائی اس کے ماتحت ہو جو کھانا خود کھائے اس میں سے اسے کھلائے اور جو کپڑا خود پہنے وہی اسے پہنائے اور اس سے ایسی مشقت نہ لے جو اس کی طاقت سے باہر ہو اور اگر اس کی طاقت سے بڑھ کر کوئی کام اس کے سپرد کرے تو خود بھی اس کی مدد کرے۔ (بخاری و

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے: ''صدقہ آ ربّ العزت کے غضب کو ٹھنڈا کرتا اور بُری موت کو دُور کرتا ہے۔''

لیکن آج اسلام کی روشن تعلیمات سے دور ہو کر ہمارا طرز زندگی، ہمارا طرز معاشرت بہت بدل گیا ہے، بے حسی تو معاشرے کا معمول بنتی جارہی ہے، ہمیں اپنے رشتے داروں، ہمسایوں، ضرورت مندوں کے دکھ درد کا احساس ہی نہیں ہے۔ ہم خود تو پیٹ بھر کر کھاتے ہیں لیکن اپنے بھوکے پڑوسی کی طرف مڑ کر بھی نہیں

اس کے بچے روٹی کو ترستے ہیں اور ہم اپنے بچوں پر ضرورت سے زاید خرچ کرتے ہیں۔ اور ہمیں اس بے حسی اور بے جا اصراف پر شرمندگی بھی نہیں۔ ہمیں فلاح انسانیت کے لیے اپنا طرز زندگی بدلنا ہوگا، جیسا کہ صحابہ اکرام رضوان اللہ تعالیٰ علیہم، نبی کریم ﷺ کے کہنے پر اپنی جان و مال اپنے مسلمان بھائیوں پر نچھاور کرنے کے لیے ہمہ وقت تیار رہتے تھے، اسی طرح آج ہمیں بھی اسلامی تعلیمات پر عمل پیرا ہونے کی ضرورت ہے۔ ہمیں غور کرنا چاہیے کہ رشتے داروں، غرباء و مساکین، ہمسایوں اور ملازمین کے ساتھ ہمارا برتاؤ کیسا

کہیں ہم اسلامی تعلیمات کی خلاف ورزی کر کے جہنم کا ایندھن بننے کی تیاری تو نہیں کر رہے۔ ہمیں خود کو نکھارنے، اور اپنے اندر اعلیٰ اوصاف پیدا کرنے کی کوشش کرنا چاہیے۔ اپنے لیے تو سبھی جیتے ہیں، لیکن اصل جوہر زندگی تو دوسروں کے لیے جینا ہے، دوسروں کی مشکلات و مسائل کو محسوس کرتے ہوئے ان کا ہاتھ بٹانا ہے۔ ہماری مدد و معاونت سے اگر کسی کی جان بچ سکتی

کسی کی مشکل آسان ہوسکتی ہے، کسی مجبور بیمار کا علاج ہوسکتا ہے، کسی کے حصول رزق میں معاونت ہوسکتی ہے، کسی بے کس اور ضرورت مند کی بیٹی کے ہاتھ پیلے ہوسکتے ہیں، کسی کے بچوں کا طرز زندگی بہتر ہوسکتا ہے،

انسانِ کامل ﷺ

تحریر
عمران احمد سلفی

خود نبی کریم ﷺ نے اپنی بعثت کے مقصد کو اجاگر کرتے ہوئے ارشاد فرمایا تھا: ''مجھے معلّم بنا کر بھیجا گیا ہے۔ انسانیت جب مقام آدمیت سے گر کر ظلمت کی پستیوں میں گھری ہوئی تھی، ایک مقدس رات، مقدس سر زمین مکّہ میں تقدس و عظمت کے مالک حقیقی کے مقرب و مقدس فرشتے جبرائیل نے افضل و اکمل ہستی اقدس حضور کریم ﷺ پر پہلی وحی القاء کی۔ جس نے سارے عالم کو علم کی اہمیت و فضیلت سے آگاہ کردیا۔ یعنی پہلی وحی کا آغاز عقیدے یا اعلان نبوت کے کسی خاص پیغام سے نہیں بل کہ لفظ ''اقرا'' سے ہوا۔ یعنی اگر پڑھنے اور علم حاصل کرنے سے انسان کا تعلق قائم ہوجائے تو خالق و مالک کی معرفت حاصل ہوسکے گی۔ یہی وجہ ہے کہ پہلی وحی کی پہلی آیت مبارکہ میں ارشاد ہوا، مفہوم: ''پڑھیے اپنے ربّ کے نام سے، جو ہر چیز کا خالق

ہر علم پسندیدہ اور محمود نہیں ہے کیوں کہ بہت سے علوم تو ایسے بھی ہیں جو بہ جائے خود انسانیت کے لیے نقصان اور ضرر کا باعث ہیں اس لیے علم وہی پسندیدہ، نافع اور باعث خیر و برکت ہوسکتا ہے جس کا تعلق خالق سے جڑا ہُوا

اللہ تعالیٰ نے اس اُمت آخر کے لیے جس نبی رحمت ﷺ کا انتخاب فرمایا، انہیں اُمّی رکھا کیوں کہ جسے مُعلم انسانیت ﷺ بننا تھا وہ کسی انسان کا شاگرد کیسے بنایا جاسکتا تھا۔ اس لیے سورۂ رحمٰن میں ارشاد فرمایا، مفہوم: ''رحمٰن وہ ہے جس نے قرآن سکھایا۔''

خود نبی کریمؐ نے اپنی بعثت کے مقصد کو اُجاگر کرتے ہوئے ارشاد فرمایا تھا: ''مجھے مُعلّم بنا کر بھیجا گیا

نبی کریم ﷺ نے مکّہ مکرمہ میں دارارقم کو اسلام کی پہلی اور مدینہ منورہ میں مسجد نبوی ﷺ سے متصل چبوترے کو دوسری باقاعدہ درس گاہ بنایا۔ ویسے تو آپ ﷺ کے گھر بھی ایک طرح سے تعلیمی ادارے ہی تھے کہ سیّدہ عائشہ صدیقہؓ سے اُمت نے آدھا دین سیکھا ہے اور اُن کی تعلیم و تربیت خود نبی کریم ﷺ ہی نے فرمائی تھی اور آپ ﷺ ہی کی تعلیم و تربیت یافتہ آپ ﷺ کی چہیتی

صاحب زادی سیّدہ فاطمہ زہرا ہیں جنھوں نے اپنے بچوں خاص طور پر حسنین کریمین ﷺ کی ایسی تعلیم و تربیت فرمائی کہ حق کی راہ میں اپنی جانیں قربان کرنے سے بھی دریغ نہیں کیا اور رہتی دنیا تک انسانیت کے لیے روشن و تابندہ مثال بن

معلم انسانیت ﷺ کی حیثیت سے حضور کریم ﷺ کی سب سے اعلیٰ اور ارفع بات قول و فعل میں ہم آہنگی تھی۔ آپ ﷺ جو تعلیم دوسروں کو فرماتے پہلے خود اس پر عمل کرتے نظر آتے۔ اپنے لیے عزیمت کا راستہ اختیار فرماتے اور دوسروں کے لیے رخصت اور سہولت کا راستہ بتاتے۔ نبی کریم ﷺ کے فلسفہ تعلیم میں تدریج کو نمایاں حیثیت حاصل ہے یعنی یک دم بھاری بھرکم نصاب کے بہ جائے تھوڑا تھوڑا سکھانا، جس کا مقصود حاصل ہو۔ یعنی وہ علم انسان کے اخلاق و کردار کا حصہ بنتا چلا جائے ورنہ نتیجہ وہی ہوتا ہے جو ہمارے معاشرے میں پڑھے لکھے احمق کے عنوان سے نظر آتا

اسی طرح آسان سے مشکل کی طرف تعلیم آج مہذب دنیا نے نبی کریم ﷺ کی تعلیمات سے سیکھی ہے، جب آپ ﷺ نے سیّدنا معاذ بن جبل کو یمن کا امیر بنا کر بھیجا تو انہیں خاص ہدایت فرمائی کہ اپنے احکامات و معاملات کو لوگوں کے لیے سہولت کا باعث بنانا، دشواری و مشکل نہ بنانا اور انہیں خوش خبریاں دینا، انہیں خوف زدہ مت کرنا۔ اسی طرح ایک مرتبہ کچھ لوگوں نے اپنے پیش امام کے حوالے سے آپ ﷺ سے شکایت کی کہ یہ بہت لمبی نماز پڑھاتے ہیں تو آپ ﷺ نے خفگی کا اظہار فرمایا اور ہدایت فرمائی کہ نماز کی امامت کراتے ہوئے خیال رکھو کہ بزرگ، بیمار اور اپنی ضرورت سے جانے والے لوگ بھی نماز میں شامل ہوتے

نبی کریم ﷺ کے نظام تعلیم میں دینی، دنیاوی تعلیم کی تفریق نہ تھی بل کہ ہر وہ علم جو نیک نیتی کے ساتھ مخلوق کے فائدے کے لیے ہو وہ دینی علم ہی شاخ تصور کیا گیا۔ غزوہ بدر میں وہ جنگی قیدی جو اپنی رہائی کے لیے فدیہ نہ دے سکتے تھے، اُن کے لیے کہا گیا کہ وہ مسلمانوں کے دس بچوں کو لکھنا پڑھنا سکھا دیں تو یہی اُن کی طرف سے فدیہ

اگر آج بھی ہم معلم انسانیت ﷺ کے نظریہ تعلیم کے مطابق اپنے تعلیمی نظام کی تنظیم نو کریں تو مدرسہ اور اسکول، جامعہ اور یونی ورسٹی کا فرق ختم ہوجائے گا، مسٹر اور مولوی کی تفریق مٹ جائے گی اور دینی و دنیاوی علوم و فنون کے حسین امتزاج کے ساتھ قوم کو صالح اور حقیقی دانش مند قیادت میسّر آئے

سیرت مصطفوی اور نظام تعلیم محمدی ہی دراصل وہ صراط مستقیم ہو جس میں کوئی ٹیڑھ، مشکل اور پیچیدگی نظر نہیں آتی۔ اس کے علاوہ جس تعلیمی نظام کو بھی لیا جائے اس میں خوبیاں ہیں تو خامیاں بھی موجود ہیں۔ لیکن نبی کریم ﷺ کے تعلیمی نظام میں خوبیاں تو ہیں لیکن خامی کجی یا کمی کوئی بھی امکان نہیں ہے۔ اور لطف کی بات یہ ہے کہ چودہ سو سال پُرانا وہ نظام، دور جدید کے لیے اُسی طرح کارآمد اور سُودمند ہے جس طرح قرون اولیٰ کے لوگوں کے لیے فائدہ مند

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ ہمیں معلم انسانیت ﷺ کا نظام تعلیم نصیب فرمائے۔ آمین

معاشرے کو پاک کرنے میں خواتین کا رول انتہائی اہم

تحریر
پروفیسر فائزہ احسان صدیقی

نئی نسل کی ذات و شخصیت میں اعلیٰ اقدار اور اوصاف حمیدہ کا رچاؤ ماں ہی کرتی

معاشرہ افراد سے بنتا ہے اور فرد ہمیشہ اصلاح طلب رہتا ہے۔ افراد کا تشکیل پذیر معاشرہ بھی بالکل افراد ہی کی طرح ہمیشہ اصلاح چاہتا ہے اور خصوصاً ہمارا موجودہ معاشرہ۔ آج کے معاشرے میں اعلیٰ اقدار زوال پذیر

اچھائیوں کا تناسب روز بہ روز کم ہوتا جارہا ہے اور برائیوں کا تناسب بڑھ رہا ہے۔ لہٰذا اصلاح معاشرہ کی ضرورت آج کچھ زیادہ ہی پائی جاتی ہے۔ معاشرے کی بنیادی اکائی گھر اور خاندان ہے۔ گھروں کا ماحول پاکیزہ اور اعلیٰ اقدار کا حامل ہو تو گویا معاشرے کی ہر اکائی بہ ذات خود بہتر، ستھری اور پاکیزہ ہوگی اور اس طرح ایک مثالی معاشرہ وجود میں

اصلاح معاشرہ میں خواتین کے کردار پر غور کرتے ہوئے یہ حقیقت ہمارے سامنے آتی ہے کہ خواتین، مجموعی معاشرے میں تعداد کے لحاظ سے مردوں کے تقریباً مساوی ہوتی ہیں۔ لہٰذا اوّل تو اگر ہر خاتون اپنی ذات کی اصلاح پر توجہ دے تو پھر اس طرح عورتیں معاشرے کی اصلاح پر اثر انداز ہوسکتی ہیں۔

دوسرے یہ کہ معاشرے کی بنیادی اکائی گھر، چوں کہ خواتین کے دائرۂ کار کا محور و مرکز ہُوا کرتا ہے اس لیے معاشرے کے بگاڑ کی اصلاح کے لیے گھر یعنی معاشرے کی بنیادی اکائی کو مستحکم کرنا نہایت بنیادی بات ہے اور خانگی زندگی کا دار و مدار صنف نازک پر ہوتا

نبی کریم ﷺ نے عورتوں کو خانگی اور معاشرتی ہر سطح پر ان کا صحیح مقام و درجہ عطا فرمایا۔ خانگی اور معاشرتی ہر دو سطح پر عورت کو انسانی عظمت و احترام سے سرفراز کیا۔ دراصل کسی معاشرے میں عورت کو جو مقام عطا کیا جائے وہ اس لیے بہت بنیادی اہمیت رکھتا ہے کہ ایک تو اس مقام کی بہ دولت خود عورت کی ذات، شخصیت اور معاشرے میں اس کے کردار کا تعین ہوتا ہے، دوسرے لازمی طور پر خود پورا معاشرہ بھی متاثر ہوتا ہے۔

اور اگر عورت کو اس کا صحیح مقام و مرتبہ نہ دیا جائے تو نا صرف معاشرہ اس کی قابلیت و صلاحیت سے استفادہ کرنے سے محروم رہتا ہے بل کہ عورتیں اپنے مخصوص دائرہ کار یعنی گھر میں بھی خاطر خواہ اور بھرپور کردار ادا نہیں

اصلاح معاشرہ کے عمل میں خواتین کا کردار مردوں کے کردار کے مقابلے میں بہت زیادہ اہم ہے۔ کیوں کہ عورت ماں ہے اور ماں کی گود میں ہر معاشرے کی نئی نسل پیدا ہوتی ہے اور اسی کے ہاتھوں پروان چڑھتی ہے۔ ماں اپنی تربیت سے نسل نو کو کردار و عمل کا ایسا نمونہ بنا سکتی ہے جو انسانیت کے لیے باعث فخر ہو۔ نئی نسل تک زندگی کی اعلیٰ اقدار کو پہنچانے میں عورتوں کا حصہ زیادہ ہوتا ہے اور نئی نسل کی ذات و شخصیت میں اعلیٰ اقدار اور اوصاف حمیدہ کا رچاؤ ماں ہی کرتی

غیر محسوس طور پر اپنے نظریات، اپنے طرز فکر اور اپنی شخصی خوبیوں کو اپنی گود میں پلنے والی نئی نسل کو منتقل کرتی رہتی ہے۔ ماں کی گود انسان کی اوّلین درس گاہ ہوتی ہے۔ یہ درس گاہ جتنے بلند معیار کی ہوگی، یعنی ماؤں کی تربیت جتنے بلند معیار کی ہوگی، اگر جذبۂ ایمانی کی سچائی کے ساتھ ہوگی اور اسلام کی تعلیمات کی روح کے مطابق ہوگی تو معاشرہ بھی اسی معیار کا

رسول کریم ﷺ نے جب صحابہ کرام ﷺ کے سامنے یہ آیت مبارکہ تلاوت

مفہوم: ''اے اہل ایمان! اپنے آپ کو اور اپنے اہل و عیال کو جہنم کی آگ سے

تو صحابہ کرامؓ نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! ہم اپنے آپ کو تو جہنم کی آگ سے بچا سکتے ہیں، لیکن اپنے اہل و عیال کو جہنم سے کیوں کر بچا سکتے ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ''تم انہیں ایسے کام کرنے کا حکم دیتے رہو جن سے اللہ تعالیٰ راضی ہوتا ہے اور ان کاموں سے روکتے رہو جن سے اللہ تعالیٰ ناراض ہوتا

اصلاح اور معاشرے کے لیے یہی بنیادی عمل ہے، یعنی اچھائی کا پھیلاؤ اور گناہوں سے روکنے کا فریضہ اور تعلیمات نبوی ﷺ کی روشنی میں اصلاح اور معاشرے میں اہل ایمان خواتین کے کردار کی یہ اساس ہے۔ حدیث مبارک کا مفہوم ہے: ''تم میں سے ہر شخص راعی ہے اور اس سے (اس کی رعیت کے متعلق) سوال کیا جائے گا۔ اور ماں باپ سے ان کی اولاد کے متعلق سوال کیا جائے

لہٰذا ثابت یہ ہوا کہ مسلمان خواتین تربیت اولاد اور اصلاح اولاد کے متعلق ذمّے دار ہیں اور ان سے اولاد کے متعلق سوال کیا جائے گا۔

ہم مسلمان خواتین پر ان احادیث کی روشنی میں فرض عاید ہوتا ہے کہ جو اولاد اللہ تعالیٰ نے ہمیں اپنے لطف و کرم سے عنایت کی ہے اس کی تربیت و پرورش پوری ہوش مندی سے کریں۔ کیوں کہ یہ ایک ایسا اہم فریضہ ہے جس سے پورا معاشرہ بنتا ہے۔ لہٰذا حکیم و بصیرا؟ اور اس کے رسول ﷺ نے تربیت اولاد، شخصیت سازی اور اصلاح معاشرہ کا جو بے حد اہم اور بنیادی فریضہ مسلمان خواتین کو تفویض کیا ہے اس کے لیے ان سے یوم حشر سوال کیا جائے

آج جب ہم اپنے معاشرے میں اخلاقی گراوٹ، اعلیٰ اقدار کی کمی اور عملیت کا فقدان دیکھتے ہیں۔ آج جب ہم مسلمانوں کو کردار سے عاری دیکھتے ہیں تو یہ صورت احوال دراصل اس حقیقت کو اجاگر کرتی ہے کہ آج کی مسلمان مائیں یا تو اخلاص عمل سے، جذبۂ ایمانی کے لحاظ سے اس معیار اور اس درجے کی مسلمان خواتین نہیں رہیں یا پھر اپنے فرائض سے کوتاہی کی مرتکب ہو رہی ہیں، جس معیار پر تعلیمات نبوی ﷺ کے مطابق مسلمان ماؤں کو ہونا

ماؤں کی سیرت و کردار، علم و فضل اور معمولات تو بچے کی شخصیت و ذات پر اس کی ولادت سے پہلے یعنی دوران حمل سے اثر انداز ہوتا ہے اور رحم مادر میں بچے کے ذہن کی ساخت و تعمیر پر گہرے نقوش چھوڑتا ہے۔ تمام اولیائے کرام ﷺ اور نیک ہستیوں کی مائیں ہمیشہ بہت نیک، متقی اور باعمل خواتین رہیں۔ راسخ العقیدہ اور باعمل مسلمان خواتین کے بطن سے ہی قابل فخر فرزندان اسلام اور بطل جلیل پیدا ہوا کرتے ہیں۔ یہی حکمت تھی کہ کائنات کے محسن اعظم خاتم النبیین حضرت محمد ﷺ نے اہل ایمان خواتین کی تربیت و تعلیم پر زور دیا اور مسلمان مردوں کے ساتھ مسلمان عورتوں کے لیے بھی طلب علم کو فرض قرار

ماہرین عمرانیات کی نظر میں معاشرتی اصلاح کا جامع اور ہمہ گیر پروگرام یہی ہے کہ افراد معاشرہ کو جہالت کے اندھیروں سے نکال کر علم کے اجالوں میں لایا جائے۔ یعنی معاشرتی اصلاح کا طریقہ یہ ہے کہ معاشرے کے افراد کو تعلیم یافتہ بنا دیا

اور یہ صرف اسی وقت ہوسکتا ہے جب مسلمان خواتین کو حصول علم سے محروم نہ رکھا جائے۔ آج اگر بیٹوں کی تعلیم پر والدین یہ سوچ کر توجہ دیتے ہیں کہ وہ باشعور شہری بنیں، اپنی معاش بہتر طور پر کما سکیں تو بیٹیوں کو بھی اسی طرح تعلیم سے بہرہ مند ہونے کا موقع دیں کہ وہ باشعور شہری بنیں نیز بہتر ماں، بیوی، بہن اور بہتر بیٹی بن سکیں۔

مسلمان خواتین حدیث نبوی ﷺ کی روشنی میں اگر طلب علم کے فریضے کو اوّلین اہمیت دیں اور اپنی بیٹیوں اور بیٹوں کے حصول علم کی راہ ہموار کریں تو یہ معاشرہ تعلیم یافتہ افراد کا معاشرہ ہوگا اور جہالت کے باعث، جو معاشرتی بُرائیاں ہمارے معاشرے میں پھیلی ہوئی ہیں ان کی اصلاح کی جاسکتی

قرآن حکیم نے مومن عورتوں کے اوصاف کو بیان کر دیا۔ آپ ﷺ نے عورتوں کو حیا کی تلقین کی، عورتوں کو اپنی زینت کی نمائش سے روکا۔ غور فرمائیے! ان تعلیمات نبوی ﷺ سے عورتوں کے معاشرتی طرز عمل سے اصل مقصود معاشرے کو فحاشی، عریانیت اور بے حیائی سے پاک کرنا ہے۔ ان تعلیمات پر عمل پیرا ہونے والی خواتین کو معاشرے میں عزت و وقار اور احترام ملتا

علیمات نبوی ﷺ کی روشنی میں معاشرتی اصلاح پر غور کرتے ہوئے اور خواتین کے کردار پر لایعنی بحث کرنے سے بہتر یہ ہوگا کہ آج

پاکستانی معاشرے کے قابل اصلاح پہلوؤں کو فرداً فرداً زیر غور لایا جائے۔ نیز یہ جائزہ لیا جائے کہ ان مسائل و نقائص کی اصلاح کے ضمن میں تعلیمات نبوی ﷺ کی روشنی میں مسلم خواتین کا کیا کردار

آج ہمارے معاشرے میں راتوں رات دولت مند بن جانے کا جنون عام ہے۔ کسب حلال کی اہمیت کو پس پشت ڈال کر دولت کی ہوس نے معاشرے میں بے شمار خرابیوں کو جنم دیا ہے۔ اگر خواتین نبی کریم ﷺ کی تعلیمات کے مطابق سادگی سے اپنی زندگی بسر کرنے کو شعار بنالیں، غیر ضروری فرمائشیں اور ہر آسائش کی خواہش سے اپنے آپ کو باز رکھیں تو ان کے گھرانے کے مرد ناجائز حصول دولت پر مجبور نہیں ہوں گے۔ راشی و مرتشی دونوں کو جہنم کی وعید دینے والی حدیث کی نا صرف یاد دہانی کروا کے بل کہ غیر ضروری اخراجات سے پہلوتہی کر کے خواتین رشوت کی لعنت کو معاشرے سے ختم کرنے میں مددگار ہوسکتی

معاشرہ، اخلاقی اعتبار سے جس انحطاط کا شکار ہے۔ اوّل تو یہ کہ اگر ہر عورت حیاء اور پردے کے تقاضوں پر عمل پیرا ہو تو بے حیائی اور فحاشی کا قلع قمع ہوجائے۔ عورت کی نام نہاد آزادی کے رجحان کی بہ دولت اسلامی معاشرت کے خلاف ہمارے رویّے کی اصلاح صرف اس طور پر ممکن ہے جب ہم اپنی زندگی کو نبی کریم ﷺ کی تلقین کے عین مطابق گزاریں۔ آج اگر مسلمان خواتین اپنے اور اپنی اولاد کے معاشرتی رویّے میں تعلیمات نبوی ﷺ کے تحت یہ روش اختیار کریں کہ ہر مسلمان سے، ہر ہم وطن سے یہ سوچ کر کہ میرے آقا مولا ﷺ نے مسلمان کو دوسرے مسلمان کا بھائی قرار دیا ہے اور بھائی سے محبت کی جاتی ہے، اس کا لحاظ کیا جاتا

اس سے مروّت برتی جاتی ہے، اس کا احترام کیا جاتا ہے، اس سے درگذر کیا جاتا ہے۔ اس طرح صوبائی تعصب اور منافرت کا وجود پاکستان کے معاشرے سے عورت ہی ختم کر سکتی ہے۔ نئی نسل میں منشیات کے بڑھتے ہوئے رجحان کا صحیح معنوں میں سدباب مسلمان ماں کے فیضان نظر سے ممکن ہے۔ اگر نئی نسل کے لیے ان کی مائیں ان کی حقیقی دوست اور غم گسار بن

ان کے محرومیوں میں ان کا ذہنی و جذباتی سہارا ہوں۔ ان میں ہمت و حوصلہ پیدا کرنے والی ہوں اور اپنی اولاد کو آ سے لو لگانے کی ترغیب دینے والی ہوں۔ آ پر کامل بھروسا اور مکمل ایمان و ایقان ان کی روح میں اُتار دیں تو ایسے تباہ کن سہاروں کی تلاش یا ایسے سہارے پکڑنا ہمارے بچوں کا مقدر نہیں بن سکے

باری تعالیٰ آج کی مُسلم خواتین کو مسلمان ماں کا نور بصیرت اور طرز محبت عطا کر دے۔ تاکہ ہمیں اور ہمارے بچوں کو زندگی گزارنے کا اصل مقصد اور طریقہ سمجھ آجائے اور ہمارا معاشرہ خالصتاً مادی معاشرے کے بہ جائے ایسا معاشرہ بن جائے جس کا منتہائے مقصود دین و دنیا کی فلاح ہو۔ آمین

وطن سرینگر

NEET میں کامیابی ہی زندگی نہیں

اپنے بچوں کو نفسیاتی بیماریوں کا شکار نہ بنائیں

حال ہی میں جموں و کشمیر سٹیٹ بورڈ آف سکول ایجوکیشن کی جانب سے بارہویں جماعت کے امتحانی نتائج کا اعلان کیا اور اب کی بار اس امتحان میں کامیاب ہونے والے امیدواروں کی شرح کچھ کم رہی تاہم اس کے باوجود پینسٹھ فیصد سے زیادہ امیدوار کامیاب قرار پائے۔اس دوران باعثِ حیرت بات یہ ہے کہ جنوبی کشمیر کے اننت ناگ ضلع میں ایک خاتون نے جب اپنے بیٹے کے اس امتحان میں ناکام ہونے کی خبر سُنی تو اسے دل کا دورہ پڑا اور موقعہ پر ہی دم توڑ بیٹھیں۔یہ ایک ایسی صورتحال کی عکاسی ہے جہاں ہم امتحانات میں کامیابی اور زیادہ سے زیادہ نمبرات حاصل کرنے کی غرض سے اپنے نونہال بچوں پر اس قدر بوجھ ڈال رہے ہیں کہ کئی مرتبہ یہ بچے ذہنی تناؤ کا شکار ہو جاتے ہیں اور کبھی اس کا نتیجہ یہ بھی ہوتا ہے کہ ناکامی کا منہ دیکھنے والا بچہ خودکشی جیسا اقدام بھی کرتا ہے۔کل شام دیر گئے نیشنل ٹیسٹنگ ایجنسی (NTA) کی جانب سے انڈر گریجویٹ میڈیکل کورسز میں داخلہ کی خاطر لئے جانے والے امتحان کے نتائج کا اعلان کیا۔اس دوران جہاں خوشی اور مسرت والی بات یہ ہے کہ پلوامہ سے تعلق رکھنے والے ایک امیدوار نے جموں و کشمیر کے مرکزی زیر انتظام علاقہ میں پہلی پوزیشن حاصل کی ہے وہیں ہزاروں امیدوار قسمت کی بازی ہار گئے اور انہیں ناکامی کا منہ دیکھنا پڑا۔سوال کسی بورڈ امتحان میں نمبرات حاصل کرنے کا ہو یا NEET جیسے امتحان میں کامیابی کے جھنڈے گاڑھنے کا، ہمارے بچوں کو محنت و مشقت کے ساتھ ساتھ ایک خوفناک قسم کے ذہنی دباؤ کا بھی سامنا کرنا پڑ رہا ہے اور اس کے نتیجہ میں کثیر تعداد میں بچے چھوٹی عمر میں ہی ڈپریشن کے شکار ہو کر اپنے کیرئیر کی راہ ہی کھو دیتے ہیں۔دراصل ہمارے والدین اب مادہ پرستی کی سوچ میں کچھ اس قدر ڈوب گئے ہیں کہ ہر کوئی ماں باپ یہ چاہتے ہیں کہ ان کے بچے NEET امتحان پاس کریں اور اس دوران وہ یہ بات دیکھنا یا پرکھنا بھول جاتے ہیں کہ آیا ان کے بچوں میں وہ صلاحیت ہے بھی کہ نہیں کہ وہ قومی سطح پر منعقد کئے جانے والے اس امتحان میں کامیابی حاصل کر سکیں۔ہمارے والدین میں سے خال خال ہی کوئی اپنے بچوں کو کیرئیر کا انتخاب کرنے کی آزادی دیتے ہیں۔کوئی بھی اپنے بچے کو اس کی پسند یا ناپسند کے بارے میں نہیں پوچھتا ہے اور اس طرح سے ہم ڈاکٹر بنانے کی تگ و دو میں لاکھوں روپے نجی کوچنگ مراکز کو دے دیتے ہیں اور ہمارے بچے ڈاکٹر کبھی نہیں بن سکتے۔کوئی بھی ماں باپ اپنے بچوں کو سول سروسز کی طرف بچپن سے ہی راغب نہیں کرتا اور اس کا لازمی نتیجہ یہ ہے کہ ہمارے بچوں کی ایک بہت قلیل تعداد یہ امتحان پاس کر لیتی ہے۔ہمارے والدین کی ذمہ داری ہے کہ وہ ہر موڑ اور مرحلے پر اپنے بچوں کی صلاحیتوں کو جاننے کی کوشش کریں اور انہیں اُسی راستے پر چلنے کی اجازت دیں جس راستے پر یہ بچے چلنے کے خواب دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ایم بی بی ایس ڈگری کا حصول ہر کسی کے بس کی بات نہیں تاہم یہ بات بھی لازمی ہے کہ ہم بچپن سے ہی اپنے بچوں کو کسی مخصوص پیشے میں جانے کی ترغیب دیتے رہیں اور بچے کی صلاحیتیں دیکھے بغیر ہم اس کے گلے میں ڈاکٹری کا طوق نہ ڈالیں بلکہ ہر بار یہ کوشش کریں کہ بچوں کی کچھ ایسی تعلیم و تربیت ہو کہ وہ اپنے لئے خود کوئی راستہ چُن سکیں۔تحقیق سے یہ بات ثابت کی جا چکی ہے کہ وادی میں چھوٹی عمر کے بچوں کو ذہنی تناؤ کی شرح کافی تشویشناک ہے اور ایسے میں اگر انہی بچوں پر ہم پڑھائی اور کسی پیشہ ورانہ امتحان میں داخل نہ ہونے کی وجہ سے ان کے ساتھ برا برتاؤ کریں تو کامیابی کی شرح لگاتار کم رہے گی۔

جرائم کا بڑھتا گراف سوسائٹی کیلئے ناسور

تحریر۔۔۔۔۔۔۔۔۔گلفام بارجی
بارجی ہارون سرینگر

جنت بینظیر کہلانے والی وادی کشمیر میں ہر گزرتے دن کے ساتھ جرائم میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ یہ جرم چاہے کسی بھی نوعیت کا ہو جرم آخر جرم ہی ہوتا ہے۔ یہاں ہمیں آئے روز یہ خبریں پڑھنے اور سننے کو ملتی ہیں کہ فلاں جگہ بیٹے نے باپ کو مار ڈالا یا بیٹے نے ماں کو مار ڈالا۔ بھائی نے بھائی کا قتل کر ڈالا یا دیور نے بھابی کو ابدی نیند سلا دیا۔ اس کے علاوہ وادی کشمیر سے ہی دیگر دل دہلانے اور گھناؤنے جرائم کی خبریں آئے دن ہمیں سننے اور پڑھنے کو ملتی ہیں ان خبروں کو سنکر یا پڑھکر انسان کی روح کانپ اٹھتی ہے۔ایک دور میں اسطرح کی خبریں دنیا کے دیگر ممالک سے موصول ہوا کرتی تھیں لیکن زمانہ تیز رفتاری سے بدلتا گیا اب یہ دردناک۔ دل دہلانے اور گھناؤنی خبریں ہمیں اس جنت بینظیر کہلانے والی وادی کشمیر سے آئے روز سننے اور پڑھنے کو ملتی ہیں جس وادی کو صوفیوں۔ اولیاؤں اور ریشیوں کی سرزمین کہتے ہیں۔ دراصل زمانہ بدلا نہیں انسان اور اس کا ذہن بدل گیا ہے۔ اگر انسان اور اس کا ذہن بدلا نہیں ہوتا تو ایک درندہ صفت شیطانی ذہن رکھنے والا انسانی شکل میں حیوان ایک جوان سال لڑکی کو قتل کر کے اس کی لاش کو بے دردی کے ساتھ ٹکڑے ٹکڑے نہیں کرتا۔ ایک جنگلی جانور نما بیٹا اپنی اس ماں کو ابدی نیند نہیں سلاتا جس ماں نے اسے نو ماہ اپنی کوکھ میں رکھ کر ہر طرح کی سختی کو برداشت کر کے اسے جنم دیکر اور ہر طرح کی پرورش کر کے بڑا کیا اس امید کے ساتھ کہ کل میرا بیٹا میرا سہارا بنے گا لیکن دنیا سے بیخبر بیچاری اس ماں کو کیا معلوم کہ یہی بیٹا کل اس کا قاتل ثابت ہوگا۔

حدیث نبویؐ ہے کہ ماں کے قدموں کے نیچے جنت ہے لیکن یہی بیٹا اس جنت کو کس طرح جہنم میں بدل دیتا ہے یہ اب یہاں کی روز کی کہانی بن گئی ہے۔ ان جرائم کو انجام دینے والے درندوں کی اکثر یہی کہانی ہوتی ہیکہ ان درندی کو منشیات کی لت لگ چکی تھی۔ وادی کشمیر جسے جنت بینظیر بھی کہا جاتا ہے منشیات فروشوں کی آماجگاہ بن چکی ہے یہاں کا نوجوان منشیات کی اس لت میں بری طرح سے پھنستا جا رہا ہے۔ جس نوجوان کو منشیات کی لت لگ چکی ہے اس نوجوان کو چھوٹے بڑے کی تمیز نہیں ہیا اور نا ہی ماں باپ۔ بھائی۔ بہن یا بھابی کے عزت کی کوئی پرواہ ہے۔ اگرچہ جموں و کشمیر پولیس ان منشیات فروشوں پر اپنا شکنجہ مضبوط کرتا جا رہا ہے اور آئے دن جموں وکشمیر کے کسی نہ کسی علاقے سے ان بے ضمیر منشیات فروشوں کو پکڑ کر سلاخوں کے پیچھے دھکیل دیتے ہیں حتیٰ کہ ان منشیات فروشوں میں خواتین بھی شامل ہیں تاہم ہمارے سماج میں کئی ایسے لالچی اور خود غرض عنصر بھی موجود ہیں جو چہروں سے بالکل معصوم دکھتے ہیں ان بے ضمیر منشیات فروشوں کی پشت پناہی کر رہے ہیں۔ پولیس کے پاس کوئی جادوئی علم تو ہے نہیں کہ وہ ان بے ضمیر منشیات فروشوں کو اس جادوئی علم سے قابو کر سکیں البتہ عوام کا فرض بنتا ہیکہ وہ از خود ان عنصر کی نشاندہی کریں جو ہمارے سماج کو کھوکھلا کرنے پر تلے ہوئے ہیں اور اور ان کے بارے میں پولیس کو آگاہ کریں۔ جب تک نہ ہم اس منشیات کی بدعت کو جڑ سے اکھاڑ پھینکنے کے لئے پولیس کو اپنا تعاون فراہم نہیں کریں گے تب تک ہمارے نوجوان منشیات کا شکار ہوتے رہیں گے اور گھناؤنے جرائم پیش آتے رہیں گے۔

حالیہ پارلیمنٹ سیشن کے دوران (N D D T C) TreatmentDependenceDrugNational Center نے ایک سوال کے جواب میں انکشاف کیا کہ جموں و کشمیر میں ایک میلین افراد نشے کے عادی بن چکے ہیں جو ہم سب کے لئے لمحہ فکریہ ہے؟ کیا ہم اس بات سے بے خبر ہیں کہ ہمارے محلے۔ ہمارے گاؤں یا ہمارے آس پڑوس میں کون سے نوجوانوں نشے کے عادی بن چکے ہیں؟ کیا ہمارا فرض نہیں بنتا ہیکہ ہم اپنے محلے۔ اپنے گاؤں یا اپنے آس پڑوس میں نظر رکھیں؟ ہاں یہ بات بھی صحیح ہے کہ جب ہم اپنے آس پڑوس کے نشے کے عادی نوجوانوں کے بارے میں ان کے والدین سے شکایت کرتے ہیں تو کچھ ایسے بھی جاہل والدین ہوتے ہیں جو اپنے بچوں کو سدھارنے اور نصیحت کرنے کے بجائے شکایت کنندہ گان پر ہی ٹوٹ پڑتے ہیں اور انہیں برا بھلا کہتے ہیں جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ نشے کے عادی ان کے بچے بلا کسی خوف و ڈر منشیات کا کھلے عام استعمال کرتے ہیں جو پورے سماج کے لئے نقصان دہ چیز ہے۔ منشیات فروشوں کے خلاف جس محنت اور لگن سے جموں و کشمیر پولیس دن رات کام کر رہی ہے اس کام کے لئے جموں و کشمیر پولیس واقعی قابل تعریف ہے۔ اس بات سے ہم بخوبی واقف ہیں کہ گزشتہ کئی برسوں سے وادی میں جتنے بھی چھوٹے بڑے جرائم کے معاملے پیش آئے اور ان جرائم کو انجام دینے والے افراد کو جموں کشمیر پولیس نے بالکل کم وقت میں طشت از بام کر کے سلاخوں کے پیچھے دھکیل دیا۔ میری ذاتی سوچ یہ ہیکہ وادی میں منشیات کے پھیلاؤ کی سب سے بڑی وجہ والدین کا اپنے بچوں کی طرف وقت پر توجہ نہ دینا۔ ان کی ہر فرمائش کو پورا کرنا۔ ضرورت سے زیادہ لاڑ پیار کرنا اور ضرورت سے زیادہ جیب خرچہ دینا یہاں تک کہ موبائل فون کے غلط استعمال سے بھی بچہ بگڑنے کا اندیشہ رہتا ہے۔ اس بات کا مشاہدہ آپ لوگوں نے بھی کیا ہوگا کہ آجکل کے نوجوانوں میں قوت برداشت کا فقدان ہے چھوٹے بڑے کی تمیز نہیں رہی ان میں۔ شرم و حیا اور اپنے سے بڑوں کی عزت کرنا تو بہت دور کی بات ہے۔

بچے کی پہلی تربیت گاہ اس کا گھر ہوتا ہے اور اس گھر میں جس تربیت سے بچے کو پال پوس کر بڑا کیا جائے گا وہی تربیت بڑا ہو کر بچے کے کام آئے گی۔ اگر تربیت صحیح ہوگی تو بچہ اپنے لئے۔ اپنے والدین۔ اپنے خاندان اور دوسروں کے لئے باعث راحت ثابت ہوگا اور اگر غلط تربیت میں پرورش ہوئی ہوگی تو یہی بچہ پورے سماج کے لئے باعث زحمت ثابت ہوگا اور یہی بچے جوانی کی دہلیز پر قدم رکھتے ہی غلط کاموں میں لگ جاتے ہیں۔ منشیات کی لت جیسی لعنت بھی ان ہی جیسے نوجوانوں کو اپنی لپیٹ میں لیلیتی ہے۔ وقت کی اہم ضرورت ہیکہ والدین اپنے بچوں کی پرورش اسطرح کریں کہ کل یہ بچے جوان ہو کر دوسروں کے لئے مشعل راہ ثابت ہوں۔ اس کے علاوہ مسجد کمیٹیاں۔ محلہ کمیٹیاں اور دیگر لوگ رضاکارانہ طور پر منشیات کے خلاف کام کریں اور جنت بینظیر وادی کشمیر کو منشیات سے صاف و پاک رکھنے میں جموں و کشمیر پولیس کی مدد کریں اور ساتھ ہی ساتھ آئمہ مساجد کی بھی یہ ذمہ داری بنتی ہے کہ وہ منشیات کے خلاف وعظ و تبلیغ کریں تب جا کے ہم جنت کہلانے والی اس وادی سے جرائم کے بازار کو کسی حد تک بند کرنے میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔ انشاء اللہ۔

نیکی کر سوشل میڈیا پر ڈال۔ یہ رجحان انتہائی خطرناک ہے

ازقلم۔۔۔۔۔فاضل شفیع فاضل

فیس بک ایک آن لائن سوشل میڈیا ویب سائٹ ہے جس کا آغاز فروری 2004 میں کیا گیا۔ شروعات میں فیس بک کی سائٹ محض یہ کالج تک محدود تھی لیکن کچھ ہی مدت میں فیس بک سائٹ کو پوری دنیا کی پذیرائی مل گئی۔ یہ ایک ایسی آن لائن سوشل میڈیا سائٹ ہے جس میں ہم ایک دوسرے سے جب چاہے اور جب مرضی رابطے میں رہ سکتے ہیں اور اپنی تصاویر اور ویڈیوز شیئر کر سکتے ہیں۔ فیس بک پر ہر ماہ 2.5 بلین تصاویر اپلوڈ ہوتی ہیں۔ فیس بک دنیا کا مقبول ترین سوشل میڈیا نیٹ ورک ہے۔ آپ کو یہ جان کر حیرانی ہوگی کہ فیس بک کو روزانہ استعمال کرنے والے صارفین کی تعداد 2 ارب ہے۔ کوئی ہی فرد ایسا ہوگا جو آج کی تاریخ میں فیس بک کا استعمال نہ کرتا ہو۔ فیس بک کی ایجاد سے لوگ ایک دوسرے کے قریب تو آ گئے لیکن اس کی وجہ سے صارفین ناخوش اور حسد کی عادت میں مبتلا ہو کر ذہنی تناؤ کا شکار ہو گئے۔ یونیورسٹی آف کوپن ہیگن کی جانب سے کی گئی ایک تازہ تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ جو لوگ سوشل میڈیا (فیس بک) استعمال کرتے ہوئے ایک ہفتے کی بریک لیتے ہیں وہ اپنی زندگی سے زیادہ خوش ہونے کے ساتھ ساتھ زیادہ ترقی کرتے ہیں جبکہ فیس بک استعمال کرنے والوں میں ناخوش رہنے کا رجحان زیادہ پایا گیا۔

اگر بات ریاست جموں و کشمیر کی کی جائے تو پچھلے چند سالوں سے یہاں فیس بک کا استعمال عجیب و غریب انداز سے ہو رہا ہے۔ ایسے ایسے ویڈیوز یا پوسٹس دیکھنے کو ملتے ہیں کہ انسان کا سر شرم سے جھک جاتا ہے۔ شوہر اور بیوی کے نجی مسائل کو فیس بک پر ویڈیو کی صورت میں اپ لوڈ کیا جاتا ہے اور لوگوں سے رائے طلب کی جاتی ہے۔ صارفین شوہر یا بیوی میں سے کسی ایک کو یا دونوں کو اپنی تنقید کا نشانہ بنا کر ان کی خوب خبر لیتے ہیں۔

بات اتنی ہی نہیں اب تو فیس بک ہمارے مولویوں کے لئے ایک ایسا پلیٹ فارم ہے جہاں وہ پیسے کمانے کے ساتھ ساتھ فرقہ پرستی کو عروج دینے میں کوئی کسر باقی نہیں چھوڑتے۔ ایسے ایسے بیسود مسائل کا ذکر چھیڑتے ہیں اور ایک دوسرے کو تنقید کا نشانہ بنا کر اپنے اپنے پیروکاروں کو کام پر لگاتے ہیں۔ مختلف فرقوں سے وابستہ صارفین پھر مولویوں کے ساتھ ساتھ ایک دوسرے کو گالی گلوچ دے کر اپنے اپنے فرقہ کو درست ثابت کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور ایسی ویڈیوز آگ کی طرح پھیلائی جاتی ہیں۔

فیس بک واحد جگہ ہے جہاں آپ کے درد کو بھی لائک کیا جاتا ہے۔ ایک ایسی جگہ جہاں کسی کے درد کا تماشہ بنا دیا جاتا ہے۔ آج کل یہ بخوبی دیکھا جا سکتا ہے کے روز بروز فیس بک پر دل دہلا دینے والی ویڈیوز اپ لوڈ کی جاتی ہیں مثلاً کسی جگہ حادثہ ہو جاتا ہے، تو سب سے پہلے حادثے کو کیمرے میں قید کیا جاتا ہے۔ کوئی انسان موت اور زندگی کی کشمکش میں مدد کے لیے فریاد کرتا رہتا ہے لیکن مدد کرنے سے پہلے اس کی ویڈیو بنائی جاتی ہے اور فیس بک پر اپلوڈ کی جاتی ہے۔ اتنا ہی نہیں انسان کا ضمیر اس قدر مر چکا ہے کہ فیس بک پر شہرت حاصل کرنے کے لیے اب مردوں کو بھی بخشا نہیں جاتا! دنیا سے چھوڑ کر جانے والے عزیز نوجوانوں، بہنوں اور بیٹیوں کی تصاویر اور ویڈیوز کو ان کے اہل خانہ کی اجازت کے بغیر فیس بک پر اپ لوڈ کیا جاتا ہے۔ دراصل جب سے فیس بک نے Monetization کا عمل شروع کیا ہے یعنی فیس بک چینل یا پیج سے پیسے کمانے کا ایک طریقہ کار، تب سے ایسی چیزوں میں کافی اضافہ ہوا ہے۔ خواہ کسی کا جنازہ ہو، کسی کی شادی ہو، کوئی شراب پی کر پکڑا گیا ہو، کوئی چوری کی واردات میں پھنس گیا ہو، یہاں تک کہ لحد میں ڈالتے وقت مردے کی بھی ویڈیو بنا کر فیس بک پر اپ لوڈ کی جاتی ہے۔

فیس بک کی وجہ سے سب سے زیادہ نقصان یہاں کی صحافت کو پہنچا ہے۔ ہاتھ میں مائیک لے کر کوئی بھی شخص اپنے نام کے آگے فیس بک پر Jouranlist لکھ دیتا ہے اور بہت دفعہ جعلی اور غیر مستند خبروں کو آگ کی طرح پھیلانے میں ان لوگوں نے اچھا خاصا کردار نبھایا ہے۔ فیس بک پر سب سے بڑی فوج خود ساختہ صحافیوں کی ہے، جو اسے ایسی ویڈیوز اپلوڈ کرتے رہتے ہیں جن کا صحافت سے دور دور تک کا واسطہ نہیں رہتا اور لوگوں کو ان ویڈیوز کو شیئر کرنے کی تلقین کرتے رہتے ہیں۔ دراصل ان کا مقصد صحافت نہیں بلکہ خود کو اور اپنے پیج یا چینل کو پروموٹ کرنا ہے، جو بعد میں ان کی کمائی کا ایک ذریعہ بن سکتا ہے۔ کچھ صحافی حضرات کسی کہانی کو لے کر زور زور سے روتے بھی ہیں کیونکہ رونے والی ویڈیوز سب سے زیادہ شیئر ہوتی ہیں اور ایسی ویڈیوز پر اچھی خاصی views بھی ملتی ہیں۔

بات یہاں ختم نہیں ہوتی، دین کے نام پر لوگوں کو بیوقوف بنانا اب عام سی بات ہو گئی ہے۔ کبھی روٹی پر اللہ کا نام، کبھی تربوزے پر تو کبھی آم پر، اسی طرح بادل میں اڑتا ہوا گھوڑا دکھانا، چاند پر خانہ کعبہ کی تصویر دکھانا وغیرہ وغیرہ اور پھر اللہ کا واسطہ دے کر ان ویڈیوز کو زیادہ سے زیادہ شیئر کرنے کی تلقین کرنا محض ایک جھوٹی ترکیب کے سوا کچھ نہیں۔ یہ ویڈیوز کو edit کر کے ایک نیا فرضی ویڈیو بنا کر پیسے کمانے کے طریقے ہیں۔ یہاں پوسٹ یا ویڈیو کو دیکھنے سے پہلے ہی شیئر کیا جاتا ہے اور اس میں یہاں کی تعلیم یافتہ عوام بھی شامل ہے۔

سماج کے ناقص انسانوں کو بھی بخشا نہیں جاتا۔ محض صارفین کی تفریح کے لیے سیدھے سادے اور ذہنی مرض میں مبتلا لوگوں کا ویڈیو بنا کر فیس بک پر ڈالا جاتا ہے اور اس طرح ایک ناقص انسان کا تماشہ بنا کر پوری دنیا کو دکھایا جاتا ہے۔ callPrank کر کے لوگوں کا مذاق اڑایا جاتا ہے اور ایسی فحش چیزوں کو بڑی جلدی مقبولیت حاصل ہو جاتی ہے اور لاکھوں میں لوگ ایسی ویڈیوز کو دیکھنا پسند کرتے ہیں ورنہ کسی انسان کا مذاق اڑا کر لاکھوں میں views حاصل کرنا کیسے ممکن ہے؟ گویا فیس بک سے کوئی چیز نہ بچ سکی، کس کے گھر میں کیا پک رہا ہے، کون گھر سے باہر ہے، کون کھیتوں میں ہے، کون پکنک پر گیا ہے یہ تو چند معمولی سی باتیں ہیں۔ میرے ایک دوست نے مسجد میں نماز پڑھتے پڑھتے تصویر کھینچ کر اپنی بیوی کو Tag کیا تا کہ اس کو بھروسہ ہو جائے کہ اس کا شوہر نماز کا پابند ہے۔

میں یہ مضمون لکھ ہی رہا تھا کہ اچانک میرے فون سے زور سے آواز آئی۔ دیکھا تو فیس بک باتیں کرنے لگا۔ فیس بک بولا بھائی کیا لکھ رہے ہو، میں نے سب کچھ دیکھ لیا، تم بھی یہ مضمون لکھ کر فیس بک پر ہی اپلوڈ کرنے والے ہو! لیکن ایک بات سنو تمہارے جموں کشمیر کا خدا ہی حافظ! تمہارے لکھنے سے کچھ نہیں ہونے والا۔ میں نے پوری دنیا کا سفر کیا ہے لیکن سب سے زیادہ پریشان ریاست جموں و کشمیر میں ہوا۔ باہری دنیا میں لوگ اچھے ویڈیوز اور پوسٹس کو پسند کرتے ہیں اور ضرورت ہونے پر شیئر بھی کرتے ہیں۔ لیکن یہاں کچھ الگ ہی ماجرا ہے۔ میں نے پوچھا بھائی کیا ماجرا ہے؟

فیس بک بولا! ادھر آدمی کتنا بھی اچھا لکھے اس کو اردو اخبار کی طرح اور تمہارے مضمون کی طرح کوئی نہیں پڑھنے والا، لائک اور شیئر تو دور کی بات ہے اس کے برعکس فحش اور فرضی چیزوں کو یہاں کے لوگ بے حد پسند کرتے ہیں اور ان کو مزید پھیلانے میں پہل کرتے ہیں۔ فیس بک کہنے لگا کہ اس نے سنا تھا" نیکی کر دریا میں ڈال" مگر ادھر تو معاملہ یوں ہے۔۔" کچھ بھی کر! فیس بک پر ڈال"۔۔۔ میں نے فیس بک سے استدعا کی کہ اس سنگین مسئلے کو کیسے حل کیا جا سکتا ہے۔ فیس بک کہنے لگا کہ وہ صرف اور صرف یہاں کے لوگوں کی سوچ پر منحصر ہے۔ میرے ہاتھ میں ہوتا تو میں ایسے افراد کے accountfacebook ہی بند کرتا لیکن میں بھی کسی کا نوکر ہوں۔ میرا بھی کوئی boss ہے۔ جس طرح یہاں سرکاری ملازموں کو سوشل میڈیا پر منہ کھولنے پر پابندی عائد کی گئی ٹھیک اسی طرح میری زبان پر بھی سیل لگا دی گئی ہے۔ یہاں کوئی بھی بنا روک ٹوک کے اکاؤنٹ کھول سکتا ہے اور کچھ بھی لکھ سکتا ہے۔ میں بھی تمہاری طرح بے بس ہوں۔ فیس بک کی آنکھوں میں آنسو آنے لگے۔ بیچارہ یہاں کے لوگوں سے بڑا پریشان تھا اور چلتے چلتے بول کے گیا کہ جب تک یہاں کے لوگوں کی سوچ میں بدلاؤ نہیں آئے گا، یہاں کے تعلیم یافتہ نوجوان لوگوں کو سوشل میڈیا کے صحیح استعمال سے آگاہ نہیں کریں گے، محض پیسوں کی خاطر یا شہرت کی خاطر لوگ ویڈیوز بنانا بند نہیں کریں گے تب تک بدلاؤ کی امید رکھنا بے کار ہے اور ہاں اس مضمون کو بھی گنے چنے لوگ ہی پڑھیں گے۔ بس اتنا کہہ کر فیس بک کی آواز آنی بند ہو جاتی ہے۔

اکنگام اننت ناگ
fazilshafibhat@gmail.com

ادارہ کا مصنف کی آراء سے متفق ہونا لازمی نہیں

باقیات

101

کی شام سے وقفے وقفے سے ہلکی بارشیں ہوئی جس کے نتیجے میں ماہ جون میں بھی موسم سرد ریکارڈ کیا گیا۔ جموں و کشمیر میں وقفے وقفے سے بارش کا سلسلہ منگل وار کو بھی جاری رہا۔ جس کے باعث سردی کی لہر لوٹ آئی ہے۔ اسی دوران محکمہ موسمیات کا کہنا ہے کہ اگلے **24** گھنٹوں کے دوران کئی مقامات پر وقفے وقفے سے ہلکی سے درمیانی بارش اور گرج چمک کا امکان ہے۔ محکمہ موسمیات نے بتایا کہ **22** جون کو کئی مقامات پر وقفے وقفے سے ہلکی سے درمیانی بارش اور گرج چمک کی توقع ہے۔ چند مقامات پر ژالہ باری اور تیز ہوائیں چلنے کا امکان ہے۔ محکمہ موسمیات نے نے جموں وکشمیر میں آنے والے دنوں میں کچھ مقامات پر بارش کی پیشگوئی کی ہے۔ محکمہ موسمیات کے مطابق **20** جون تک تیز ہواؤں کے ساتھ بارش اور گرج چمک کے ساتھ موسلا دھار بارش کا امکان ہے۔ انہوں نے کہا کہ **21** اور **23** جون کے درمیان زیادہ فعال موسمی نظام کی توقع ہے، جموں وکشمیر کے کئی حصوں میں عام طور پر ابر آلود آسمان اور وقفے وقفے سے بارش اور گرج چمک کے ساتھ بارش کا امکان ہے۔ محکمہ موسمیات نے بتایا کہ گزشتہ **24** گھنٹوں کے دوران جموں خطہ میں گرج چمک اور تیز ہواؤں کے ساتھ ہلکی سے درمیانی بارش ہوئی۔ جموں شہر میں اس دوران **46.0** ملی میٹر بارش ریکارڈ کی گئی۔ انہوں نے کہا کہ دن کا درجہ حرارت معمول سے اوپر رہا ہے۔ وادی کشمیر کے زیادہ تر حصوں میں اوسط درجہ حرارت **2** سے تین ڈگری زیادہ ریکارڈ کیا گیا۔ انہوں نے کہا کہ رات کا درجہ حرارت بھی غیر معمولی طور پر زیادہ رہا، کشمیر کے بیشتر علاقوں میں کم از کم درجہ حرارت اوسط سے زیادہ ایک سے **6** ریکارڈ کیا گیا۔ کشمیر میں گلمرگ میں سب سے کم درجہ حرارت **11.6** ڈگری سینٹی گریڈ اور جموں میں بانہال میں **15.6** ڈگری سینٹی گریڈ ریکارڈ کیا گیا۔

102

اوران سے جموں وکشمیر پولیس کی اقدار، روایات اور اخلاقیات کو برقرار رکھنے پر زور دیا۔ کل **49** ڈپٹی سپرنٹنڈنٹ آف پولیس اور **1112** پروبیشنری سب انسپکٹرز **(PSIs)** نے آج پولیس اکیڈمی میں اپنی سخت تربیت مکمل کی۔ لیفٹیننٹ گورنر نے کہا کہ "مجھے جموں کشمیر پولیس کے اپنے بہادر اہلکاروں اور افسران پر فخر ہے۔ پوری قوم ہماری پولیس فورس کو پیشہ ورانہ قابلیت، متعدد محاذوں پر سیکورٹی چیلنجوں سے کامیابی سے نمٹنے اور دہشت گردی کا بے رحمی سے مقابلہ کرنے پر تعریف اور احترام کی نگاہ سے دیکھتی ہے۔" لیفٹیننٹ گورنر نے مشاہدہ کیا کہ بہادر اہلکاروں کو امن، ترقی اور استحکام کو یقینی بنانے کے لیے ہر ممکن طریقے سے پورے معاشرے کی حفاظت کرنی چاہیے۔ انہوں نے کہا، "ہماری قدیم اقدار سچائی، انصاف، اخلاقیات، قانون اور گڈ گورننس پر توجہ مرکوز کرتی ہیں- اور ان اقدار کو جموں و کشمیر پولیس کے ذریعے معاشرے میں تحفظ اور پروان چڑھانے کی ضرورت ہے۔" لیفٹیننٹ گورنر نے جموں و کشمیر پولیس فورس پر زور دیا کہ وہ مصنوعی ذہانت جیسی جدید ٹکنالوجی کو بروئے کار لاتے ہوئے ڈیٹا اکٹھا کرنے اور تجزیہ کرنے کی اپنی صلاحیت کو بڑھا کر سیکورٹی کے خطرات سے نمٹنے، بنیاد پرستی کو روکنے اور منفی حالات پر فتح حاصل کرے۔ جموں کشمیر کی سرزمین سے دہشت گردی کا مکمل خاتمہ ہماری اولین ترجیح ہے۔ جموں و کشمیر پولیس کے ہمارے طاقتور جنگجوؤں کو ایک کثیر الجہتی نقطہ نظر اپنانا چاہیے اور انٹیلی جنس، کمیونٹی کی شمولیت، ٹیکنالوجی، اور انٹر ایجنسی تعاون کی طاقت کو بروئے کار لانا چاہیے۔ ٹیکنالوجی میں نمایاں تبدیلیوں کے باوجود، بیٹ پولیسنگ اور ایریا پولیسنگ کا کوئی متبادل نہیں ہے۔ اس لیے ہمیں بیٹ پولیسنگ کو سیکورٹی اپریٹس کے مرکز میں لانا ہوگا۔ ہمیں انسداد دہشت گردی کی مجموعی کوششوں کو تقویت دینے کے لیے **Techint** اور **Humint** کے درمیان ٹھیک توازن قائم کرنا چاہیے۔ لیفٹیننٹ گورنر نے پولیس اہلکاروں سے مزید کہا کہ وہ کمیونٹیز میں اجتماعی چوکسی کو فروغ دینے پر توجہ دیں۔ انہوں نے کہا کہ یہ اجتماعی چوکسی نہ صرف پولیس فورس کو دہشت گردوں کے خلاف مربوط جواب کو یقینی بنانے کے قابل بنائے گی بلکہ معاشرے کے تمام طبقات کے ساتھ اعتماد کو بھی مضبوط کرے گی۔ لیفٹیننٹ گورنر نے اپنے خطاب میں انٹیلی جنس پر مبنی انسداد دہشت گردی آپریشنز پر زور دیا۔ "میں نے جموں وکشمیر پولیس فورس اور سیکورٹی فورسز کو جموں و کشمیر کے اندر دہشت گردوں اور دہشت گردی کے ماحولیاتی نظام سے نمٹنے کے لئے آزاد ہاتھ دیا ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ طاقتور پولیس فورس، سب سے طاقتور ہندوستانی فوج اور بہادر **CAPF** دہشت گردوں اور ان کے سپورٹ سسٹم کا صفایا کرنے کے لئے مل کر کام کریں۔ ہمیں **OGWs** نیٹ ورک پر کارروائی کو تیز کرنا چاہیے اور دہشت گردوں کو لاجسٹک اور مالی مدد فراہم کرنے والے عناصر کو انصاف کے کٹہرے میں لایا جانا چاہیے،" لیفٹیننٹ گورنر نے پولیس اکیڈمی ادھم پور کے تمام ٹرینیز اور عہدیداروں اور پاس آؤٹ ہونے والے **DySsP** اور **PSIs** کے اہل خانہ کو بھی مبارکباد دی۔ غریب داس، ڈائریکٹر، ادھم پور پولیس اکیڈمی نے پروگرام اور تربیتی کورس کے دوران کی گئی مختلف سرگرمیوں کے بارے میں بتایا۔ تربیتی پروگرام میں نئے فوجداری قوانین، مصنوعی ذہانت، سائبر کرائم، نارک ٹیررازم، جنرل وارفیئر، فیلڈ کرافٹ اور حکمت عملی، انسداد دہشت گردی، انسداد بغاوت، انسانی حقوق، اور امن و امان میں اعلیٰ مہارت کے ساتھ بھرتی ہونے والوں کو لیس کیا گیا۔ ڈلیفٹیننٹ گورنر نے رسمی سلامی لی اور پریڈ کا معائنہ کیا۔ انہوں نے تربیت کے دوران بہترین کارکردگی کا مظاہرہ کرنے والے نئے بھرتی ہونے والوں کو بھی مبارکباد دی۔ پاس آؤٹ ہونے والے ڈی وائی ایس پیز اور پی ایس آئیز کو اپنی ڈیوٹی لگن اور ایمانداری سے سرانجام دینے کا حلف دلایا گیا۔ لین پربھات، ڈی جی پی جموں وکشمیر؛ رمیش کمار، ڈویژنل کمشنر، جموں؛ سلونی رائے، ڈپٹی کمشنر ادھم پور؛ اس موقع پر پولیس، سیکورٹی فورسز اور سول انتظامیہ کے اعلیٰ افسران اور پاس آؤٹ ہونے والے ڈی وائی ایس پی اور پی ایس آئی کے اہل خانہ موجود تھے۔ لال چند، چیئرمین، ضلع ترقیاتی کونسل، ادھم پور؛ اس موقع پر پون گپتا، بلونت سنگھ منکوٹیا، آر ایس پٹھانیا اور سنیل بھاردواج ممبران قانون ساز اسمبلی اور بڑی تعداد میں ممتاز شہری بھی موجود تھے۔

103

عازمین کی واپسی کیلئے تمام تر انتظامات کو حتمی شکل دی گئی ہے۔ سی این آئی کے مطابق حج **2025** کی سعادت حاصل کرنے کے بعد جموں کشمیر سے تعلق رکھنے والے عازمین کی واپسی آج یعنی منگل وار سے ہو رہی ہے اور حج کرام کو لیکر پہلی پرواز شام کو سرینگر کے ہوائی اڈے پر لینڈ کریگی۔ حج ہاؤس سری نگر کے ایگزیکٹیو آفیسر ڈاکٹر شجاعت احمد قریشی نے بتایا کہ **17** جون کو پہلی پرواز کی آمد طے ہیں جو شام **8** بجکر **30** منٹ پر سرینگر ہوائی اڈے پر پہنچے گی۔ انہوں نے کہا کہ **178** عازمین کو لیکر پہلی پرواز منگل وار کی شام سرینگر ہوائی اڈے پر لینڈ کریگی۔ انہوں نے کہا کہ حجاج کرام کی واپسی کیلئے تمام تر انتظامات کو حتمی شکل دی جاچکی ہے اور واپسی پر عازمین کی بنا خلل نقل و حرکت اور ان کیلئے دیگر سہولیات بہم رکھی گئی ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ منگل کو ایک ہی پرواز کی آمد ہے جس کے بعد دس روز بعد عازمین کی واپسی دوبارہ شروع ہو گی۔ قابل ذکر بات یہ ہے کہ امسال **7** ہزار سے زائد عازمین جموں کشمیر سے حج کا فریضہ انجام دینے کیلئے سعودی عرب روانہ ہوئے تھے اور ہند پاک کے مابین کشیدگی کے باعث کچھ پروازیں بھی دوبارہ شیڈول کی گئی تھی۔

104

کے راستے پر تعینات تمام طبی یونٹوں کے درمیان مضبوط تال میل کو یقینی بنایا جائے اور محکمہ صحت اور ضلعی انتظامیہ کے درمیان مؤثر رابطے کو برقرار رکھا جائے۔ وزیر موصوف نے مزید زور دیا کہ تمام طبی اور نیم طبی عملے کی فہرست، اُن کے رابطہ نمبرات کے ساتھ ضلعی انتظامیہ کے ساتھ اشتراک کیا جائے اور ڈاکٹروں کی ڈیوٹی روسٹر پر سختی سے عمل کیا جائے تاکہ یاترا کے دوران کسی قسم کی رکاوٹ پیدا نہ ہو۔ میٹنگ میں رُکن قانون ساز اسمبلی کنگن میاں مہر علی، ضلع ترقیاتی کمشنر گاندربل جتن کشور، ڈائریکٹر ہیلتھ سروسز کشمیر، ڈائریکٹر فیملی ویلفیئر، ایم سی ایچ و ایمونائزیشن جموں و کشمیر، ڈائریکٹر آیوش، سی ایم او گاندربل اور دیگر ضلعی و محکمہ صحت کے اعلیٰ افسران نے شرکت کی۔ بعد میں وزیر سکینہ ایتو نے بال تل بیس کیمپ ہسپتال کا دورہ کیا اور انہوں نے وہاں دستیاب سہولیات کا معائنہ کیا اور موقعہ پر موجود طبی عملے سے بات چیت کی۔ انہوں نے متعلقہ حکام کو ہدایت دی کہ ڈاکٹروں، پیرا میڈیکل سٹاف اور دیگر طبی عملے کی چوبیس گھنٹے دستیابی کو یقینی بنایا جائے تاکہ یاتریوں کو بلاتعطل طبی خدمات فراہم کی جاسکیں۔

105

ایک مسجد شریف کو منہدم کرنے کے دوران پُر اسرار طور پر زوردار دھماکہ ہوا۔ عین شاہدین کے مطابق کچھ لوگ وہاں کام کر رہے تھے جس دوران زور دار دھماکہ ہوا جس کے نتیجے میں وہاں موجود تین افراد زخمی ہو گئے۔ انہوں نے کہا کہ تمام زخمی افراد کو علاج کیلئے نزدیکی اسپتال منتقل کیا گیا جہاں ان کی حالت مستحکم ہے۔ پولیس کے ایک سنیئر آفیسر نے اس کی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ زخمیوں کی شناخت مدثر احمد میر ساکنہ نکوسا، غلام احمد تانترے ساکن کڑھر اور اویس احمد ساکنہ ہادی پورہ کے طور پر ہوئی ہے۔ انہوں نے کہا کہ دھماکے کے فوری بعد سیکورٹی فورسز موقع پر پہنچ گئیں اور علاقے کو گھیرے میں لے لیا۔ پولیس حکام کی ایک ٹیم اس وقت دھماکے کی نوعیت اور اصلیت کی تحقیقات کر رہی ہے۔ پولیس سپرنٹنڈنٹ ہندواڑہ نے بتایا کہ دھماکے کی وجہ کا پتہ لگایا جارہا ہے اور مزید تفتیش جاری ہے۔

106

ہے کہ فورسز میں سینٹرل ریزرو پولیس فورس (سی آر پی ایف)، بارڈر سیکورٹی فورس (بی ایس ایف)، انڈو تبت بارڈر پولیس (آئی ٹی بی پی)، اور سشاستر سیما بال (ایس ایس بی) کے اہلکار شامل ہوں گے۔ اس سال کی تعیناتی حالیہ برسوں میں یاتریوں کیلئے حفاظتی تیاریوں کی اعلیٰ ترین سطحوں میں سے ایک ہے۔ کل **580** کمپنیوں میں سے، تقریباً **400** وادی کشمیر کے پہلگام اور بالتال کے راستوں پر مرکوز ہوں گی، یہ جڑواں راستے جو ہمالیہ میں واقع امرناتھ گھپا کی طرف جاتے ہیں۔ باقی کمپنیاں جموں صوبے میں تعینات کی جائیں گی۔ سی آر پی ایف راستے کی حفاظت، کیمپ کی حفاظت اور ہجوم کے انتظام میں اہم کردار ادا کرے گا۔ معلوم ہوا ہے کہ امسال امرناتھ یاترا کیلئے سیکورٹی پلان کثیرالجہتی ہے۔ جبکہ سی اے پی ایف یاترا کے راستوں، بیس کیمپوں اور اہم ٹرانزٹ پوائنٹس کا انتظام کریں گے، فوج راستے کے آس پاس کے اونچے راستوں، بیرونی راستوں اور اسٹریٹجک چوٹیوں پر غلبہ حاصل کرے گی۔ ڈرونز، سی سی ٹی وی کیمروں، نائٹ ویژن آلات اور بم کا پتہ لگانے والے دستوں کا بڑے پیمانے پر استعمال کیا جائے گا۔ عہدیداروں نے کہا کہ اس کے علاوہ سیکورٹی آپریشنز کی نگرانی اور ہم آہنگی کے لئے دونوں راستوں پر سیکٹر آفیسروں کو تعینات کیا جائے گا۔ انہوں نے کہا کہ یہ افسران مرکزی ریزرو پولیس فورس (سی آر پی ایف)، جموں وکشمیر پولیس، فوج اور دیگر نیم فوجی دستوں سمیت مختلف سیکورٹی ایجنسیوں کے درمیان ہموار مواصلات اور تال میل کو یقینی بنانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ ان کی موجودگی اس بات کو یقینی بنائے گی کہ کسی بھی ابھرتی ہوئی سلامتی کی صورت حال کو تیزی اور مؤثر طریقے سے حل کیا جائے"۔

107

نیشنل کانفرنس اقتدار میں ہو یا اقتدار کے باہر یہ جماعت ہر وقت عوام کیلئے وقف ہوتی ہے کیونکہ اس جماعت کے بانی شیر کشمیر شیخ محمد عبداللہ نے ہمارے لئے یہی اصول اور لائحہ عمل چھوڑے ہیں۔ پارٹی سے وابستہ افراد کو ابھی سے پنچایتی اور بلدیاتی انتخابات کی تیاریوں شروع کرنے کی ہدایت دیتے ہوئے ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے کہا کہ پنچایتوں اور بلدیاتی اداروں کا مقصد حکومت کو عوام کی دہلیز تک پہنچانا ہوتا ہے اور یہ چنے ہوئے عوامی نمائندے لوگوں کی صحیح معنوں میں خدمت کرتے ہیں۔ انہوں نے زور دیا کہ نوجوانوں، باصلاحیت، پڑھے لکھے، دیانتدار اور عوامی ساکھ والے نمائندوں کو آگے لائیں۔ ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے کہا کہ اُمید ظاہر کی کہ مرکزی حکومت فوری طور پر جموں وکشمیر کا ریاستی درجہ بحال کریگی تاکہ یہاں کی حکومت بنا کسی رکاوٹ کے عوامی راحت کے کام انجام دے سکے۔ اس کے علاوہ لوگوں نے انہیں اپنے اپنے مسائل سے آگاہ کیا، انہوں نے موقعے پر ہی متعلقہ حکام اور وزراء کیساتھ رابطہ کر کے ان مسائل کا سدباب کرانے کی تاکید کی انہوں نے زور دیا کہ نوجوانوں، باصلاحیت، پڑھے لکھے، دیانتدار اور عوامی ساکھ والے نمائندوں کو آگے لائیں۔ ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے کہا کہ اُمید ظاہر کی کہ مرکزی حکومت فوری طور پر جموں وکشمیر کا ریاستی درجہ بحال کریگی تاکہ یہاں کی حکومت بنا کسی رکاوٹ کے عوامی راحت کے کام انجام دے سکے۔ اس کے علاوہ لوگوں نے انہیں اپنے اپنے مسائل سے آگاہ کیا، انہوں نے موقعے پر ہی متعلقہ حکام اور وزراء کیساتھ رابطہ کرکے ان مسائل کا سدباب کرانے کی تاکید کی۔ انہوں نے پارٹی کارکنوں اور عہدیداروں پر زور دیا کہ وہ لوگوں کے مسائل و مشکلات ہر سطح پر اُجاگر کریں اور ان کا سدباب کرانے کیلئے اپنا اثر و رسوخ استعمال کریں۔ انہوں نے ملاقی ہونے والوں سے کہا کہ وہ اپنے اپنے ممبران اسمبلی کیساتھ رابطے میں رہیں اور اپنے مسائل، مشکلات اور مطالبات لیکر اُن کے سامنے اُجاگر کیا کریں۔

108

کوآرڈی نیشن قائم کرنے کی ہدایت دی تاکہ ادارے کے کردار اور سرگرمیوں کا جامع خاکہ تیار کیا جا سکے۔ اُنہوں نے ادارے کے بنیادی ڈھانچے کو اپ گریڈ کرنے، ماہر کنسلٹنٹس کی خدمات حاصل کرنے اور مختلف منصوبوں کے لئے تفصیلی پروجیکٹ رپورٹس (ڈی پی آرز) تیار کرنے کی ضرورت پر زور دیا تاکہ ٹرائبل ریسرچ انسٹی چیوٹ کی مؤثر کارکردگی یقینی بنائی جا سکے۔ وزیر جاوید احمد رانا نے کہا کہ ملک کے دیگر حصوں میں اپنائے گئے کامیاب ماڈلز اور بہترین طریقۂ کار کا مطالعہ کر کے ان کو یہاں عملایا جانا چاہیے تاکہ ادارے کی صلاحیتوں میں اضافہ ہو۔ اُنہوں نے ٹرائبل ریسرچ انسٹی چیوٹ کو تحقیقی سرگرمیوں، پالیسی سازی اور صلاحیت سازی کا مرکز بنانے کا وژن پیش کیا جو جموں وکشمیر کی قبائلی کمیونٹیوں کی سماجی و اقتصادی ترقی میں اہم کردار ادا کرے گا۔ وزیر موصوف نے واضح ہدایات جاری کیں کہ ٹرائبل ریسرچ انسٹی چیوٹ کے لئے جدید تحقیقی و تربیتی سہولیات سے آراستہ بنیادی ڈھانچے کو فروغ دیا جائے اور تمام شراکت داروں بشمول قبائلی کمیونٹیوں، تعلیمی اداروں اور سول سوسائٹی تنظیموں کے ساتھ قریبی تعاون کو فروغ دیا جائے۔ انہوں نے کہا، "ہمارا وژن یہ ہونا چاہیے کہ ٹرائبل ریسرچ انسٹی چیوٹ کو ایک ایسا اعلیٰ تحقیقی ادارے کے طور پر قائم کیا جائے جو جموں وکشمیر میں قبائلی کمیونٹیوں کی سماجی و اقتصادی ترقی میں کلیدی کردار ادا کرے۔ ٹرائبل ریسرچ انسٹی چیوٹ کی سرگرمیاں قبائلی مسائل، ثقافتوں اور امنگوں کی گہری سمجھ پر مبنی ہونی چاہئیں۔" وزیر نے مزید کہا کہ ٹرائبل ریسرچ انسٹی چیوٹ کو جموں و کشمیر میں قبائلی فلاح و بہبود کے لئے ایک محرک ادارے کے طور پر پیش کیا جانا چاہیے جو تحقیق، اختراعات اور تعاون کے ذریعے قبائلی کمیونٹیوں کی زندگی میں بہتری لائے۔

109

کی سڑک کو دیکھا۔ ادھر کچھ میڈیا اداروں سے بات کرتے ہوئے سرینگر سے تعلق رکھنے والے میڈیکل کے ایک طالب علم نے نام ظاہر نہ کرنے کی شرط پر بتایا "ہمیں باہر نکلنے کے لیے کہا گیا ہے۔ لہٰذا ہم جارہے ہیں"۔ انہوں نے کہا کہ کسی کو بھی چھاترالی یا اپارٹمنٹس میں نہیں رہنا چاہئے۔ ہم نے اپنے قریب میزائل گرتے ہوئے دیکھا ہے۔ کوئی بھی پیچھے نہیں رہنا چاہتا ہے۔ اتوار کے روز، ایرانی وزارت خارجہ نے ہندوستانی طلباء کو نوروز کے راستے آرمینیا کی سرحد پر لے جانے کی اجازت دے دی۔ بسیں کچھ ہی دیر میں چلنے لگیں۔ تہران میں ایک طالب علم نے کہا کہ ہمیں نہیں معلوم کہ قم میں کیا ہو رہا ہے۔ ہم اپنے دوستوں کو کال اور ٹیکسٹ کر رہے ہیں۔ کوئی جواب نہیں۔ ہوسکتا ہے کہ ان کا انٹرنیٹ ختم ہو گیا ہو۔ انہوں نے کہا کہ تناؤ بڑھ رہا ہے۔ ابھی کچھ دن پہلے تہران میں جحت دوست ہاسٹل کے قریب ایک میزائل گرا تھا جس سے کشمیر کے دو ہندوستانی طلبا زخمی ہوئے تھے۔ جموں کشمیر اسٹوڈنٹس ایسوسی ایشن کے قومی کنوینر، ناصر خوہامی نے کہا "ان کی حالت مستحکم ہے۔ بسیں کچھ ہی دیر میں چلنے لگیں۔ تہران میں ایک طالب علم نے کہا کہ ہمیں نہیں معلوم کہ قم میں کیا ہو رہا ہے۔ ہم اپنے دوستوں کو کال اور ٹیکسٹ کر رہے ہیں۔ کوئی جواب نہیں۔ ہوسکتا ہے کہ ان کا انٹرنیٹ ختم ہو گیا ہو۔ انہوں نے کہا کہ تناؤ بڑھ رہا ہے۔ ابھی کچھ دن پہلے تہران میں جحت دوست ہاسٹل کے قریب ایک میزائل گرا تھا جس سے کشمیر کے دو ہندوستانی طلبا زخمی ہوئے تھے۔ جموں کشمیر اسٹوڈنٹس ایسوسی ایشن کے قومی کنوینر، ناصر خوہامی نے کہا "ان کی حالت مستحکم ہے۔

110

چارج اکشے لبرو کو سونپ دینے کے بعد ڈاکٹر بلال محی الدین بڈگام پہنچ گئے جہاں انہوں نے باضابطہ طور پر اپنے عہدہ کا چارج لیا۔ اس دوران انہوں نے وہاں افسران اور ملازمین کے ساتھ ایک تعارفی میٹنگ بھی منعقد کی۔ ادھر اکشے لابرو نے بھی ضلع سرینگر کے نئے ڈپٹی کمشنر کے طور پر چارج سنبھال لیا۔ اکشے لابرو نے جموں وکشمیر میں مختلف اہم انتظامی کردار ادا کیے، اور بڈگام کے ڈپٹی کمشنر بھی رہے۔ عہدیداروں نے نئے ڈپٹی کمشنر کا خیر مقدم کیا اور انتظامیہ کے کام کو ہموار کرنے کے لیے مکمل تعاون کا یقین دلایا۔

111

سال **2027** کے دوران کی جائے گی جبکہ جموں کشمیر اور لداخ کے علاوہ ہماچل کو چھوڑ کر مذکورہ مردم شماری کیلئے حوالہ کی تاریخ **1** مارچ **2027** کی ہوگی۔ اس میں مزید کہا گیا کہ مرکز کے زیر انتظام علاقہ لداخ اور جموں وکشمیر اور ہماچل پردیش اور اتراکھنڈ کی ریاستوں کے برف سے منسلک غیر مطابقت پذیر علاقوں کے سلسلے میں، حوالہ تاریخ یکم اکتوبر **2026** ہوگی۔ قابل ذکر بات یہ ہے کہ یہ پہلا موقع ہے جب ذات پات کی گنتی کو مردم شماری کی بڑی مشق کا حصہ بنایا جائے گا۔ مرکز نے حال ہی میں کابینہ کی میٹنگ میں مردم شماری میں ذات پات کی گنتی کے لیے منظوری دی تھی، یہ استدلال کرتے ہوئے کہیہ استدلال کرتے ہوئے یہ مرکزی حکومت کو بہتر ورتگی کے ساتھ پالیسیاں بنانے اور اسے ہدف پر مبنی بنانے کے قابل بنائے گی۔

112

لوٹنے لگا ہے ساتھ کے قریب غیر ملکی سیاحوں کا گروپ ان دونوں وادی کشمیر کے دورہ پر ہے۔ سیاحوں نے کشمیر کو پُر امن سیاحوں کے لئے محفوظ قرار دیتے ہوئے کہا کہ بائی سرن پہلگام کا واقع درد ناک او ر انسانیت سوز تھا۔ اس واقعے نے وادی کشمیر کی سیاحت کو کاری ضرب لگا دیا تاہم جموں وکشمیر سرکار مرکزی حکومت کے مثبت پہلوں سامنے آنے لگے ہے۔ سیاحوں کو بھرپور تحفظ او رسہولیات فراہم کی جارہی ہے۔ وادی کا چپہ چپہ سیاحوں کے لئے محفوظ ہے اور سیاحوں کو چاہئے کہ وہ جموں وکشمیر کی سیاحت پر آئے اور یہاں کے قدرتی مناظر سے لطف اندوز ہو جائیں۔ سیاحوں نے وادی کے لوگوں کو ملنسار خوش اخلاق قرار دیتے ہوئے کہا ان کی اس سادگی کو نہ تو بلایا جاسکتا ہے نہ ان کے جزبات کو ٹھیس پہنچائی جاسکتی ہے اگر دنیا میں امن کی مشعل کو روشن کرنا ہے تو سیاحوں کو چاہیے کہ وہ ان منصوبوں کو کامیاب بنائے جسکی وجہ سے وادی کشمیر کے سیاحت کو دھچکا لگ گیا۔

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE SHOAIB HUSSAIN AND ASSOCIATES

1 GHULAM MOHAMMAD PALA
2. JAVID AHMAD PALA
BOTH SONS LT. MOHAMMAD SULTAN PALA R/O OF WAGUB TEHSIL KHOIE SOPORE DISTRICT BARAMULLA
[CAVEATORS]
Versus

Public at Large

...Non-Caveator's
In the matter of: Publication for Caveat.
In the matter of: Publication for Caveat.
The caveators apprehand 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.

OFFICE OF THE PRINCIPAL
District Institute of Education and Trainings
Land Mark opposite Hathlangoo Bus Stop Malmapanpora
Sopore-193201 Baramulla J&K-UT

AUCTION NOTICE

It is hereby notified for public information that the dilapidated damaged auditouruim at DIET Complex Malmapanpora (Sopore(District Baramulla will be auctioned by Auction committee framed under Chief Education Officer Baramulla Vide No CEO/Plg/Bla/28671-72 Dated 13-06-2025

Bidder can submit EMD for Auction by or before 23-06-2025 upto 11:00am in the shape of FDR/CDR pledged to Principal District Institute of Education and Trainings Sopore Baramulla amounting Rs 10000) =/Rupees Ten Thousand Only. (The salvage value (lowest Bid(of damaged Auditorium Building is Rs.91,030.00) .Rupees Ninety One Thousand Thirty Only. (Terms and conditions documents can be had from the office of District Institute of Education and Trainings malmapanpora Sopore during working days from 10:00am to 3:00pm.

Open Auction will be held in DIET premises and will start at 11:15am upto 11 :45am on 23-06-2025) Monday(for any further details and queries contact 9797158280.

No: DIET/Spr/Plg: 5854-58 Dated:16-06-2025

Sd/-Principal
District Institute of Education
&Trainings Sopore Baramulla

DIPK No:2564/25

DIRECTORATE OF HEALTH SERVICES KASHMIR
BEMINA BYPASS SRINAGAR KASHMIR

Sub: Final seniority list of Screen Technicians of Kashmir Division.

Whereas, Ist and IInd Tentative seniority list of Screen Technicians was framed and circulated among all the controlling officers of Kashmir Division vide this office no's: DHSK/Est-4/Screen.Tech/2332-61 dated: 15/04/2025 and DHSK/Est-4/Screen.Tech/3080-4109 dated: 23/05/2025 respectively.

Whereas, no representation has been received by this Directorate till date against the said seniority list.

Now, Final seniority list of Screen Technicians is hereby framed for circulation among all the concerned controlling officers of Kashmir Division for information.

S.no	Name of the official	D.O.B	D.O. Ist Appt.	Dt. Of promotion/regular	Present place of posting
01	Tehseen Bano	18/12/1991	21/04/2020	21/04/2020	DHSK

Note: Date of Birth as shown in the seniority list shall not be taken authentic for calculation of age/superannuation or any other purpose unless its verification/authentication in accordance with Matriculation Certificates issued by State of Board of School Education J&K Srinagar.

No: DHSK/Est-4/Screen Tech/5402/5426 Dated: 16/06/2025

Sd-/Dy. Director Health Service
(HQ)Kashmir

DIPK No:2592/25

Office Of The Block Medical Officer,Tral

Tender Notice

For and on behalf of Lt.Governer of J&K(UT ,(Sealed Tenders are invited from the registered dealers/ Suppliers for the refilling of fire Extinguishers of Sub District Hospital Tral .The detailed list of drugs/ Consumables along with necessary terms and conditions can be had from the Office of Undersigned against the payment of Rs 200.The Tenders along with a Cash Deposit Receipt(CDR(of Rs 5000 Pledged to Block Medical Officer,Tral shall reach to the Office of the Undersigned with in 07 days from the date of Publishing of this notice.

Sd.-/
Block Medical Officer, Tral

DIPK NO: 2568/25

مستقبل میں ذیابیطس کی اقسام

ذیابیطس ایک ایسا مرض ہے، جس میں مبتلا افراد کے خون میں گلوکوز کی سطح نارمل سے زائد رہتی ہے

ذیابیطس ایک ایسا مرض ہے، جس میں مبتلا افراد کے خون میں گلوکوز کی سطح نارمل سے زائد رہتی ہے۔اس کی وجہ سے دل کی بیماریوں اور اس کی پیچیدگیوں کے خطرات ہر وقت سر پر منڈلاتے رہتے ہیں۔تاریخ بتاتی ہے کہ ذیابیطس کا آغاز بھی ہمارے پڑوسی ملک میں دوسری صدی میں ہوا۔اس زمانے کے ایک وید نے نہ صرف اس کی تشخیص کی، بلکہ اس کی کلاسی فکیشن بھی ذیابیطس ٹائپ 1 اور ذیابیطس ٹائپ 2 میں کی، لیکن انیسویں صدی میں یہ کلاسی فکیشن رد کر دی گئی اور جو نئی کلاسی فکیشن سامنے آئی، اس کے مطابق ذیابیطس کو دو اقسام، انسولین پر انحصار کرنے والی ذیابیطس آئی ڈی ڈی ایم Insulin Dependent Diabetes Mellitus" اور انسولین پر نہ انحصار کرنے والی ذیابیطس این ڈی ڈی ایم Noninsulin Dependent Diabetes Mellitus میں منقسم کیا گیا۔کلاسی فکیشن کرنے والوں کے ذہن میں تھا کہ آئی ڈی ڈی ایم کے مریضوں کو انسولین ہمیشہ لینا ہوگی، جو کہ درست تھا، جب کہ این ڈی ڈی ایم کے مریضوں کو ذیابیطس کنٹرول کرنے کی گولیاں تاعمر استعمال کرنا ہوں گی۔مگر دیکھا گیا کہ این ڈی ڈی ایم کے مریضوں میں چند برس بعد گولیاں غیر موثر ہو گئیں، نتیجتاً انہیں گولیوں کے ساتھ یا پھر علیحدہ سے انسولین لینا پڑی، تاکہ وہ اپنی شوگر کنٹرول کر سکیں۔واضح رہے، ان مریضوں کو انسولین پر انحصار نہ کرنے والے کہا گیا تھا، جب کہ انہیں شوگر کنٹرول کرنے کے لئے انسولین کا سہارا لینا پڑا۔اس اعتبار سے ذیابیطس کی یہ دو اقسام غلط ثابت ہو گئیں، لہٰذا ماہرین نے ذیابیطس کے ابتدائی زمانے کی کلاسی فکیشن ذیابیطس ٹائپ 1 اور ذیابیطس ٹائپ 2 میں تقسیم کر دیا، مگر ماہرین اس بات سے مطمئن نہ تھے کہ ذیابیطس کی صرف دو ہی اقسام ہیں، لہٰذا اس ضمن میں تحقیقات کا سلسلہ جاری ہوا، جس کے نتیجے میں مستقبل میں ذیابیطس کی مزید اقسام سامنے آنے کے قوی امکانات پائے جا رہے ہیں۔ذیل میں اسی حوالے سے تفصیلاً درج ہے۔اگر ہم کسی سے پوچھتے ہیں کہ ذیابیطس کی کتنی اقسام ہیں، تو اکثریت کا جواب ہو گا کہ ذیابیطس کی دو بنیادی اقسام ہیں۔ذیابیطس ٹائپ 1 اور ٹائپ 2، جو کہ درست ہے۔ذیابیطس پر کی جانے والی حالیہ تحقیقات بتاتی ہیں کہ ذیابیطس جو کہ ایک دائمی (Chronic) کیفیت ہے، یہ اتنی سادہ نہیں ہو سکتی کہ اسے صرف اور صرف ٹائپ 1 اور ٹائپ 2 میں تقسیم کر دیا جائے۔ذیابیطس پر ہونے والی ایک بہت بڑی تحقیق نے اس جانب اشارہ کیا ہے کہ ذیابیطس کی پانچ اقسام ہونی چاہئیں۔اس تحقیق میں 15000 ہزار مریضوں کو شامل کیا گیا۔یہ وہ افراد تھے، جنہیں حال ہی میں ذیابیطس تشخیص ہوئی تھی۔اس تحقیق میں جن عوامل کو دیکھا گیا، ان میں عمر، باڈی ماس انڈیکس (BMI)، میٹابولک کنٹرول کا لیول، بیٹا سیل خلیات کی اینٹی باڈیز کی موجودگی اور انسولین مزاحمت (Insulin Resistance) شامل تھے۔اس تحقیق کے نتائج نہ صرف ذیابیطس کے لئے پائے جانے والے بنیادی عوامل سمجھنے میں اہم کردار ادا کریں گے، بلکہ ذیابیطس کی پیچیدگیوں کے ساتھ ساتھ زیادہ اچھا اور انفرادی علاج بھی کیا جا سکے۔شدید آٹو امیون ذیابیطسذیابیطس کی یہ اول قسم ہے، جسے سیڈ (SAID Severe Autoimmune Diabetes) کہتے ہیں۔واضح رہے، یہ ذیابیطس ٹائپ ون کہلاتی ہے۔اس قسم میں مبتلا مریضوں کا امیون سسٹم لبلبے کے بیٹا خلیات تباہ کر دیتا ہے۔بیٹا خلیات دراصل انسولین پیدا کرنے کا کام انجام دیتے ہیں۔ذیابیطس کی اس قسم میں شوگر لیول کو ذرا زیادہ چیک کرنا پڑتا اور روزانہ شوگر چیک کرنے کے ساتھ انسولین کے انجکشن دو یا تین بار درکار ہوتے ہیں۔انسولین ہی اس ٹائپ کا پہلا اور آخری علاج ہے۔شدید انسولین کی کمی والی ذیابیطسشدید انسولین کی کمی والی ذیابیطس، جسے ایس آئی ڈی ڈی یعنی Severe Insulin-Deficient Diabetes کہا جاتا ہے۔اس ٹائپ سے تعلق رکھنے والے افراد ذیابیطس ٹائپ ون جیسے ہوتے ہیں۔اس قسم میں مبتلا مریضوں کا وزن زائد نہیں تھا، لیکن ان کا جسم اس قدر انسولین پیدا نہیں کر رہا تھا کہ شوگر کنٹرول کر سکے۔ان میں جب بیٹا خلیات کے خلاف اینٹی باڈیز دیکھی گئیں، تو ذیابیطس ٹائپ ون کے برعکس موجود نہیں تھیں۔ذیابیطس کی اس قسم میں انسولین پیدا کرنے والے خلیات خود ہی کم انسولین بنا رہے تھے۔اس گروپ کے حامل افراد میں بینائی ضائع ہونے کے امکانات زیادہ پائے جاتے ہیں۔ذیابیطس کی یہ قسم بظاہر تو ٹائپ ون جیسے ہوتی ہے، مگر علاج کے لئے اورل یعنی منہ کے ذریعے کھائی جانے والی شوگر کی ادویہ استعمال کی جاتی ہیں۔شدید انسولین مزاحمت والی ذیابیطسذیابیطس کی یہ قسم انسولین مزاحمت والی ذیابیطس SIRD Severe Insulin Resistant Diabetes کہلاتی ہے، جس میں مریض کا جسم لبلبہ سے افراز ہونے والی انسولین کو ریسپونس نہیں دیتا ہے۔ایس آئی آر ڈی کے حامل افراد زائد وزن کے حامل ہوتے ہیں، جو ان کی انسولین مزاحمت کا بڑا سبب گردانا جاتا ہے۔ان مریضوں میں گردے خراب ہونے کا امکان بلند ہوتا ہے اور ذیابیطس کے علاج کا پلان بھی موثر نہیں ہوتا۔اس کا مطلب یہ ہے کہ ذیابیطس کی اس قسم کے شکار افراد تشخیص اور زیادہ موثر علاج سے مستفید ہو سکتے ہیں۔یہ اس تحقیق سے سامنے آ سکتا ہے۔درمیانے موٹاپے والی ذیابیطسیہ درمیانی قسم کی ذیابیطس ہے، جو MOD Mild Obesity-Related Diabetes کہلاتی ہے۔اس قسم سے متاثرہ افراد کا وزن زائد ہوتا ہے، مگر انسولین مزاحمت نسبتاً ذیابیطس کی تیسری قسم ایس آئی آر ڈی کم ہوتی ہے۔خیال یہ ہے کہ ذیابیطس کی یہ قسم موٹاپے ہی کے باعث لاحق ہوتی ہے۔درمیانی عمر سے تعلق رکھنے والی ذیابیطسذیابیطس کی اس قسم MARD Mild Age Related Diabetes میں مبتلا افراد عمر رسیدہ ہوتے ہیں۔یہ درمیانی قسم کی ذیابیطس ادھیڑ عمر Middle Age میں ہوتی ہے۔ذیابیطس کی ان نئی اقسام کا فائدہ یہ ہوگا کہ ذیابیطس کا علاج موثر طریقے سے ہو سکے گا، کیونکہ دورِ حاضر میں صرف دو ہی اقسام ہیں اور دونوں ہی کا علاج الگ الگ، مگر ہر قسم کا ایک ہی علاج ہے۔مثلاً ذیابیطس ٹائپ 2 کے ابتدائی علاج میں گولیاں تجویز کی جاتی ہیں اور بعد میں گولیوں کے ساتھ انسولین یا صرف انسولین لگائی جاتی ہے، جب کہ ذیابیطس ٹائپ 1 کے تمام مریضوں کو صرف اور صرف انسولین دی جاتی ہے، لہٰذا نئی اقسام میں ان کی وجوہ کے اعتبار سے ذیابیطس کا علاج کیا جائے گا، تو وہ زیادہ طریقے سے کنٹرول ہو سکے گی، جس کی وجہ سے ذیابیطس کی پیچیدگیوں کو موخر کیا جا سکے گا۔

Milap News Network - MNN

کلونجی صحت کی محافظ

حضور پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے، ”تم ان کالے دانوں کو اپنے اوپر لازم کر لو کہ ان میں موت کے سوا ہر مرض کا علاج ہے۔“ کلونجی ایک قسم کی گھاس کا بیج ہے، جس کا پودا خودرو، چالیس سینٹی میٹر بلند اور سونف سے مشابہ ہوتا ہے، جب کہ پھول زردی مائل اور بیجوں کا رنگ سیاہ ہوتا ہے۔اس کے پودے میں پھلیاں لگتی ہیں، جن میں کالے تل برابر موٹے دانے کلونجی کہلاتے ہیں۔پاکستان کے میدانی علاقوں، خصوصاً ملتان، بہاولپور اور سندھ میں کلونجی کاشت کی جاتی ہے۔کلونجی کے بیجوں کی بو تیز اور تاثیر شفا سات سال تک قائم رہتی ہے۔اصل کلونجی کی پہچان یہ ہے کہ اگر اسے سفید کاغذ میں لپیٹ دیا جائے، تو اس پر چکنائی کے دھبے لگ جائیں گے۔کلونجی کے بیج خوشبو اور ذائقے کے لئے استعمال کیے جاتے ہیں، جب کہ متعدد ادویہ میں بھی مستعمل ہیں۔قدیم طبی کتب سے معلوم ہوتا ہے کہ حکماء قدیم کلونجی کے بیج معدے اور پیٹ کے امراض مثلاً ریاح، خصوصاً پیٹ میں، آنتوں کا درد، کثرتِ ایام، یادداشت کی کمی، رعشہ، دماغی کمزوری، فالج اور افزائش دودھ کے لئے استعمال کرواتے تھے۔کلونجی کی ایک خاصیت یہ ہے کہ گرم و سرد دونوں طرح کے امراض میں مفید ہے، جب کہ اس کا اپنا مزاج گرم ہے۔کلونجی میں وہ تمام عناصر پائے جاتے ہیں، جو انسانی صحت کے لئے ضروری ہیں۔کلونجی نظامِ ہضم کی اصلاح کے لئے اکسیر ہے۔ریاح خارج کرتی اور بدہضمی میں بھی فائدہ مند ثابت ہوتی ہے۔وہ افراد جنہیں کھانا کھانے کے بعد پیٹ پھولنے، ریاح بننے اور اپھارہ کی شکایت ہو تو کلونجی کا سفوف تین گرام تازہ پانی سے استعمال کریں۔کلونجی کو سرکہ کے ساتھ ملا کر کھانے سے پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں۔زکام کی صورت کلونجی بھون کر بار بار سونگھنے سے زکام جاتا رہتا ہے۔اگر چھینکیں آ رہی ہوں، تو کلونجی بھون کر روغنِ زیتون میں ملا کر اس کے تین چار قطرے ناک میں ٹپکانے سے افاقہ ہو گا۔دانتوں کی حساسیت بڑھ جانے یعنی ٹھنڈا گرم محسوس ہونے کی صورت میں کلونجی اور سرکہ ملا کر کلیاں کریں۔چہرے کی رنگت نکھارنے کے لئے کلونجی پیس کر گھی ملا کر چہرے پر لیپ کر کے کچھ دیر بعد دھو لیں۔جلدی امراض میں بھی کلونجی کا استعمال مفید ہے۔جلد پر زخم ہونے کی صورت میں کلونجی توے پر بھون کر روغنِ مہندی ملا کر لگانا فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔اس سے نہ صرف زخم مندمل ہو جاتے ہیں، بلکہ نشان بھی جاتے رہتے ہیں۔دودھ پلانے والی مائیں کلونجی کے چار پانچ دانے صبح نہار منہ اور رات سونے سے قبل چبا کر کھا لیں، تو دودھ کی کمی کی شکایت نہیں ہو گی۔ماہواری کم یا درد سے ہو یا پیشاب کم اور تکلیف سے خارج ہو تو روزانہ تین گرام کلونجی پیس کر استعمال کریں۔

Milap News Network - MNN

انگور کے لاجواب فوائد

انگور وٹامنز، معدنیات اور اینٹی آکسیڈنٹس سے بھرپور ہوتے ہیں۔انگور پانی سے بھی بھرے ہوئے ہیں جو آپ کو ہائیڈریٹ رکھنے میں مدد کر سکتے ہیں۔انگور کی ہر قسم موجود ہے انہیں تازہ بھی کھایا جا سکتا ہے اور انگور کو کشمش بنانے کے لئے خشک بھی کیا جا سکتا ہے یا انگور کا جوس یا سرکہ بنانے کے لئے بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔انگور کی اقسام کا رنگ بہت ہلکے سبز سے لے کر گہرے جامنی تک ہوتا ہے۔انگور باہر کی طرف ایک پتلی سی جلد کا نظر آتا ہے اور اندر سے نرم، رسیلا ہوتا ہے۔اس آرٹیکل میں ہم یہ جانیں گے کہ انگور کھانے سے آپ کی صحت کیسے فائدہ مند ہو سکتی ہے اور کیسے آپ صحت مند زندگی گزار سکتے ہیں۔غذائی اجزاء سے بھرپور ایک بار ایک دن میں انگور کا کپ آپ کی روزانہ وٹامن سی کی ضروریات کا ایک چوتھائی حصہ فراہم کرتا ہے تقریباً 20 فیصد وٹامن K کے لئے کم از کم 10 فیصد تانبے کے لئے انگور غذائی حساب سے زبردست ثابت ہو سکتے ہیں۔اس کے علاوہ اس میں ڈی این اے کی مرمت اور کولیجن اور سیروٹونن دونوں کی پیداوار کے لئے وٹامن سی کی جو ضرورت درکار ہوتی ہے وہ بھرپور مقدار میں پائی جاتی ہے۔وٹامن K، کیلشیم، میگنیشیم اور پوٹاشیم جیسے معدنیات کی بدولت انگور کھانے سے آپ کو مضبوط ہڈیوں کو برقرار رکھنے میں مدد مل سکتی ہے۔اگرچہ انگور میں پائے جانے والے یہ تمام غذائی اجزاء ہڈیوں کی صحت کے لئے اہم ہیں لیکن یہ سمجھنے کے لئے مزید مطالعات کی ضرورت ہے کہ انگور ہڈیوں کی صحت میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں مطلب انگور کو کن چیزوں میں ڈال کر مزید اسے ہڈیوں کی مضبوطی کے لئے کیسے استعمال میں لایا جا سکتا ہے۔انگور قدرتی مرکبات کا ایک ذریعہ ہیں جن میں پولی فینال، کیٹیچنز اور اینتھوسیانز شامل ہیں۔انگور کے رنگ کا تعین کرنے کے لئے روغن فراہم کرنے کے ساتھ ساتھ ان مرکبات میں حفاظتی اینٹی آکسیڈنٹ خصوصیات بھی شامل ہیں۔درحقیقت انگور کا رس پھلوں میں فینولک مرکبات کے امیر ترین ذرائع میں سے ایک ہے، جس کے بارے میں سب سے زیادہ بات ہے ثابت ہوتی ہے یعنی جو کیمیکل اور فیزیکل دونوں خصوصیات کا حامل ہو۔طاقتور اینٹی آکسیڈنٹ آکسیڈیٹیو تناؤ کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے جو آپ کے دماغ پر مثبت اثر ڈال سکتا ہے۔

Milap News Network - MNN

سنگھاڑا۔ منفرد ذائقے کی حامل بے مثال سبزی

سنگھاڑا جس کی شمولیت کے بغیر چائنیز کھانے نامکمل سمجھے جاتے ہیں۔گٹھلی، گرودار اور کاغذی براؤن جلد کی حامل ایک ایسی سبزی جو چائنیز کوکنگ کا بنیادی جز مانی جاتی ہے۔سنگھاڑے کو انگریزی میں Water Chestnut کے نام سے پکارا جاتا ہے لیکن نام کی مناسبت سے اگر آپ یہ سمجھ رہے ہیں کہ اس کا نٹ فیملی سے کسی طرح کا کوئی تعلق ہے تو اپنی یہ غلط فہمی دور کر لیں درحقیقت سنگھاڑا کوئی گری دار میوہ نہیں بلکہ پانی میں اُگنے والا ایک آبی پودا ہے، اس کے نام Water Chestnut کی وجہ یہ ہے کہ اپنی رنگت اور ساخت کی بنا پر یہ اخروٹ کی مانند نظر آتا ہے، یہ پانی میں اُگنے والا ایک آبی پودا ہے جس کی افزائش دلدلی اور نشیبی علاقوں میں ہوتی ہے (یہی وجہ ہے کہ جب آپ اسے گروسری اسٹور سے خریدتے ہیں تو ان کے اوپر کیچڑ کی ایک تہہ جمی ہوئی ہوتی ہے۔یہ جنوب مشرقی ایشیا کا علاقائی پودا ہے لیکن زمانہ قدیم ہی سے چین میں اس کی افزائش ہوتی رہی ہے چین آج بھی اس کی افزائش کا گڑھ مانا جاتا ہے۔چائنیز اور تھائی ڈشز میں سنگھاڑوں کا استعمال آج بھی بے حد مقبول ہے۔خریدنا و ذخیرہ کرنا سنگھاڑے کی کاشت و نشوونما کے لئے زیادہ درجہ حرارت والے علاقے سازگار ہوتے ہیں یعنی منطقہ حارہ کے علاقوں میں ان کی نشوونما ہو سکتی ہے جیسا کہ امریکی ریاستوں کیلی فورنیا اور فلوریڈا وغیرہ میں ایشیا کی گرم مرطوب آب و ہوا کی وجہ سے یہ تقریباً سارا سال ہی تازہ حالت میں یا ٹن پیکنگ میں ایشین مارکیٹ میں دستیاب رہتے ہیں۔ماسوا اس کے کہ آپ کسی ایسے علاقے میں رہتے ہوں جہاں انہیں مقامی طور پر اُگایا جاتا ہو اور آپ انہیں تازی حالت میں حاصل کر سکیں۔یہ عام گروسری اسٹورز پر دستیاب نہیں ہوتے ہیں البتہ کین کی صورت میں یہ سارا سال ہی سپر مارکیٹ کے کاؤنٹرز پر سجے نظر آتے ہیں۔جب بھی آپ کا دل تازے سنگھاڑے کے منفرد ذائقے سے لطف اندوز ہونا چاہے اور آپ مقامی مارکیٹ میں سنگھاڑے خریدنے جائیں تو سبزی کو ہاتھ میں اٹھا کر یہ جانچ لیں کہ اس کی جلد ہموار اور جھریوں سے پاک ہو، ہاتھ سے دبا کر یہ بھی دیکھ لیں یہ کہیں سے نرم تو نہیں وگرنہ جب آپ اسے چھیلیں گی تو اس کے نرم حصے اندر سے گلے سڑے نکلیں گے۔احتیاطاً جب بھی آپ سنگھاڑے خریدنے جائیں تو چند سنگھاڑے زیادہ خرید لیں (ہو سکتا ہے کہ چھیلنے کے بعد ان میں سے چند اندر سے خراب نکلیں اور آپ کے پاس اتنا وقت نہ ہو کہ مارکیٹ سے دوبارہ انہیں منگوا سکیں)۔اگر آپ کسی گروسری اسٹور سے کین والے سنگھاڑے خرید رہی ہیں تو اسے خشک و ٹھنڈی جگہ پر رکھیں اور ڈبے پر دی گئی تاریخ کے مطابق استعمال کریں۔ایک مرتبہ جب آپ کین کو کھول کر سنگھاڑے استعمال کریں تو باقی بچے

ہوئے سنگھاڑوں کو کسی ایئر ٹائٹ ڈبے میں بند کر کے فریج میں رکھ دیں اور تین دن کے اندر اندر استعمال کر لیں۔بغیر چھلے ہوئے تازہ سنگھاڑوں کو پلاسٹک بیگ میں ڈال کر فریج میں رکھیں تو یہ دو ہفتوں سے زیادہ محفوظ حالت میں رہتے ہیں۔پکانے سے پہلے اس کے اوپری حصے کو کاٹ دیں اور اوپر لگی ہوئی باریک کھال کو چھری کی مدد سے چھیل لیں۔اگر آپ استعمال کے وقت سے بہت پہلے انہیں چھیل لیتی ہیں تو انہیں ٹھنڈے پانی میں ڈال کر فریج میں رکھیں اور اس کا پانی روز بدلتی رہیں۔چائنیز اور تھائی ڈشز میں سنگھاڑوں کا استعمال بے حد مقبول ہے، انہیں اسٹر فرائی میں شامل کیا جاتا ہے۔ڈمپلنگ کی فلنگ اور اسٹفنگ کو خستہ اور کرارا بنانے کے لئے سنگھاڑوں کا استعمال کیا جاتا ہے۔انہیں کچی حالت میں یا پکا کر دونوں صورتوں میں استعمال کر سکتے ہیں۔تازہ سنگھاڑوں کو استعمال کرنے سے پہلے ان کی کاغذی براؤن جلد کو چھیلنا ایک صبر آزما مرحلہ ہوتا ہے جس میں کافی وقت لگ جاتا ہے لیکن ایک مرتبہ انہیں چھیلنے کے بعد جب آپ اس کے سفید چمکدار گودے کے منفرد شیریں اور خستہ ذائقے سے لطف اندوز ہوتے ہیں تو یوں محسوس کرتے ہیں کہ گویا آپ نے اپنے وقت کی درست قیمت وصول کر لی ہے۔غذائی افادیتغیر معمولی غذائی بناوٹ اور حیرت انگیز غذائی خوبیوں پر مشتمل سنگھاڑے اعلیٰ ترین غذائی افادیت کے حامل مانے جاتے ہیں۔ان کی سب سے بہترین خاصیت یہ ہے کہ یہ کولیسٹرول سے آزاد اور فیٹ فری ہوتے ہیں۔علاوہ ازیں ان میں گلوٹین (لحمیات کی ایک قسم) بھی نہ ہونے کے برابر ہوتا ہے۔صحت مند زندگی جینے کے خواہش مند افراد کے لئے سنگھاڑے مکمل غذا ثابت ہو سکتے ہیں۔یہ چکنائی سے مکمل طور پر پاک ہوتے ہیں اور اپنی اسی خوبی کی وجہ سے غذا میں شامل کرنے کے لئے یہ ایک صحت مند انتخاب ہیں۔آدھا کپ سنگھاڑوں میں صرف 0.1 گرام چکنائی ہوتی ہے۔سنگھاڑے پوٹاشیم اور ریشہ حاصل کرنے کا بہترین ذریعہ ہیں۔پوٹاشیم انسانی صحت کے لئے بے حد اہم معدن ہے اور آدھا کپ سنگھاڑوں سے آپ 350 سے 360 ملی گرام پوٹاشیم با آسانی حاصل کر لیتے ہیں۔گو کہ سنگھاڑوں کی افزائش گرم موسم میں ہوتی ہے لیکن اپنی تاثیر کے لحاظ سے یہ سرد ہوتے ہیں اور موسم گرما میں حرارت کو شکست دینے کے لئے انہیں ایک مثالی سبزی مانا جاتا ہے، اس میں متعدد شفا بخش خاصیتیں پائی جاتی ہیں۔سنگھاڑوں میں قلیل مقدار میں سوڈیم اور بہت زیادہ مقدار میں کاربوہائیڈریٹس پائے جاتے ہیں وہ افراد جو کم کاربوہائیڈریٹ پر مشتمل ڈائٹ پلان بنانا چاہتے ہیں سنگھاڑوں کے متبادل کے طور پر بیمبو شوٹ استعمال کر سکتے ہیں۔طبی فوائدقے اور متلی کی کیفیت میں سنگھاڑوں کے رس کا استعمال بے چینی میں تخفیف کر کے تسکین فراہم کرتا ہے اور بچوں میں بھوک نہ لگنے کی اشتہا کو بہتر بنا دیتا ہے۔سنگھاڑوں میں ڈی ٹاکسنگ کی خصوصیات پائی جاتی ہیں اور اس کا استعمال یرقان کے مریضوں کو بھی فائدہ پہنچاتا ہے۔سنگھاڑے کے پاؤڈر کا استعمال کھانسی میں آرام دلاتا ہے۔سنگھاڑوں کو پیس کر پاؤڈر تیار کر لیں 1 چائے کا چمچ سنگھاڑا پاؤڈر کو دن میں 2 دفعہ پانی میں ملا کر پئیں۔یہ خوراک آپ کو کھانسی میں فوری آرام پہنچائے گی۔خسرہ کی بیماری میں سنگھاڑوں کے پانی کا استعمال مریض کو آرام پہنچاتا ہے، سنگھاڑوں کو پانی میں ڈال کر اُبال لیں اور یہ پانی مریض کو پلائیں۔بیماری کے تیسرے دن سے لے کر نویں دن تک آپ روزانہ تازہ سنگھاڑے اُبال کر اس کا پانی مریض کو استعمال کروا سکتی ہیں۔چائنیز ہربلسٹ کے مطابق سنگھاڑے آپ کی سانسیں خوشگوار بنانے میں معاونت کر سکتے ہیں۔طباخی استعمال و احتیاطعام طور پر سنگھاڑوں کو چھیل کر کچی حالت میں ہی استعمال کیا جاتا ہے۔انہیں تھوڑی چکنائی ملا کر دھیمی آنچ میں یا بھاپ میں بھی پکایا جا سکتا ہے۔سنگھاڑوں کا پاؤڈر توانائی کے حصول کا قابل قدر ذریعہ ہے، آپ اس کے آٹے سے روٹی تیار کر سکتی ہیں۔اس روٹی کو دودھ اور شکر کے ساتھ پیچش اور اسہال کے مریضوں کو کھلایا جائے تو یہ اسہال کو روکتی ہے۔اس آٹے سے حلوہ بھی بنایا جاتا ہے جو جسم کو طاقت بخشتا ہے۔سنگھاڑوں میں پائی جانے والی اینٹی آکسیڈنٹ کی معتدل مقدار کی وجہ سے یہ صرف تاثیر میں ہی سرد نہیں ہوتے

Milap News Network - MNN

طیارہ حادثہ:

ہندوستانی کھلاڑیوں نے سیاہ پٹیاں باندھ کر خراج عقیدت پیش کیا

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستانی کرکٹ ٹیم واحد پریکٹس میچ کھیل رہی ہے۔ انٹرا اسکواڈ میچ جمعہ سے شروع ہوا جو ۴ دن پر مشتمل ہوگا۔ میچ سے قبل کھلاڑیوں نے احمد آباد ایئر انڈیا حادثے میں ہلاک ہونے والوں کو خراج عقیدت پیش کیا۔ کھلاڑیوں نے ایک منٹ کی خاموشی بھی اختیار کی۔ بی سی سی آئی نے سوشل میڈیا پر یہ جانکاری دی۔ ہندوستانی ٹیم، جو فی الحال ۵ میچوں کی ٹیسٹ سیریز کیلئے انگلینڈ میں ہے، نے ۲۰ جون کو ہیڈنگلے میں ہونے والے پہلے میچ سے پہلے واحد مشقی میچ میں حصہ لیا۔ بی سی سی آئی نے ایکس پر کچھ تصاویر پوسٹ کی ہیں، جن میں کھلاڑی خاموش اور سیاہ پٹی باندھ کر طیارہ حادثے کے متاثرین کو خراج عقیدت پیش کرتے ہوئے نظر آ رہے ہیں۔ بی سی سی آئی نے پوسٹ کے کیپشن میں لکھا کہ ''بیکن ہیم میں کھیلے گئے انٹر ٹیم گیم میں شامل کھلاڑی اور معاون عملے کے اراکین نے سیاہ پٹیاں باندھ رکھی ہیں۔ احمد آباد طیارہ حادثے میں ہلاک ہونے والوں کے لیے احترام اور متاثرہ خاندانوں کے ساتھ اظہار یکجہتی کے طور پر آج ایک منٹ کی خاموشی اختیار کی گئی۔

عام طور پر ہمارے معاشرے میں مرد خواتین کی بات نہیں سنتے: سنیتا مارشل

نئی دہلی (ایم این این): سنیتا مارشل نے ٹین ایج بچوں کے گرل فرینڈ یا بوائے فرینڈ رکھنے سے متعلق اپنی رائے کا اظہار کیا ہے۔ پاکستان کی معروف ماڈل اور اداکارہ سنیتا مارشل نے حال ہی میں نجی ٹی وی کے مارننگ شو میں شرکت کی، جہاں انہوں نے ٹین ایج بچوں کے گرل فرینڈ یا بوائے فرینڈ رکھنے سے متعلق اپنی رائے دی جو اب سوشل میڈیا پر خاصی توجہ حاصل کر رہی ہے۔ سنیتا مارشل کے شوہر حسن احمد مسلمان ہیں جبکہ وہ خود مسیحی عقائد رکھتی ہیں۔

سرفراز خان کی سنچری، انڈیا اے کی اچھی بلے بازی

نئی دہلی (ایم این این): پہلی اننگز میں انڈیا کے ۹۵۴ رن کے جواب میں انڈیا اے نے دوسرے دن اسٹمپ تک اپنی پہلی اننگز میں ۶ وکٹ کے نقصان پر ۹۹۲ رن بنا لیے ہیں۔ دوسرے روز سرفراز خان نے طوفانی سنچری بنا کر انگلینڈ کے خلاف سیریز کے لیے دعویٰ مضبوط کردیا ہے۔ انگلینڈ کے خلاف ٹیسٹ سیریز کا آغاز ۲۰ جون سے ہو رہا ہے، اس سے قبل ہندوستانی ٹیم بیکن ہیم میں انڈیا اور انڈیا اے کے درمیان چار روزہ انٹرا اسکواڈ میچ کھیل رہی ہے تاکہ کارکردگی کی بنیاد پر انگلینڈ کے خلاف مضبوط پلیئنگ الیون میدان میں اتارا جا سکے۔ انٹرا اسکواڈ میچ کے پہلے دن ہندوستان کے نئے کپتان شبھمن گل اور کے ایل راہل نے سنچریاں اسکور کیں۔ انڈیا نے اپنی پہلی اننگز میں ۹۵۴ رن بنائے۔ دوسرے دن سرفراز خان نے انڈیا اے کے لیے دھماکہ خیز سنچری بنائی۔ دوسرے دن کا کھیل ختم ہونے تک انڈیا اے نے ۶ وکٹوں کے نقصان پر ۹۹۲ رن بنا لیے ہیں۔ ایشان کشن ۴۵ رن اور شاردل ٹھاکر ۱۹ رن پر ناٹ آوٹ رہے۔ دراصل، انڈیا اور انڈیا اے کے درمیان انٹرا اسکواڈ میچ بیکن ہیم میں تماشائیوں اور براڈکاسٹروں کے بغیر کھیلا جا رہا ہے۔ انڈیا اے کی اننگز کا آغاز بہت خراب رہا۔ اوپنر رتوراج گائیکواڑ صرف دو رنز بنانے کے بعد محمد سراج کا شکار بن گئے۔ پنت نے ان کا شاندار کیچ لیا۔ اس کے بعد ابھیمنیو ایشورن نے ۹۳ اور سائی سدرشن نے ۸۳ رن بنا کر کچھ استحکام فراہم کیا۔

سروچی اندر سنگھ نے شوٹنگ ورلڈ کپ میں ایک بار پھر طلائی تمغہ جیتا

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستان کی نوجوان شوٹر سروچی اندر سنگھ نے آئی ایس ایس ایف ورلڈ کپ میں خواتین کے ۱۰ میٹر ایئر پسٹل مقابلے میں مسلسل تیسرا طلائی تمغہ جیت کر اپنی سنہری مہم جاری رکھی۔ انہوں نے اس سیزن میں اپنا چوتھا گولڈ میڈل جیتا اور اس سال اس ایونٹ میں ناقابل شکست رہیں۔ اس سے قبل بیونس آئرس اور لیما میں کامیابی حاصل کرنے والی سروچی نے فرانس کی اولمپک چاندی کا تمغہ جیتنے والی کیملی جیڈرزیوسکی اور چین کے یاو کیانکسن کو شکست دے کر ایک اور کارنامہ انجام دیا۔ یاو نے اس سے قبل ۵۸۹ پوائنٹس کے ساتھ جونیئر کوالیفیکیشن کا عالمی ریکارڈ توڑا تھا۔ میونخ میں ۱۹ سالہ شوٹر کی شاندار کارکردگی نے انہیں کئی مقابلوں میں اپنا پانچواں عالمی کپ تمغہ دلایا۔

جنوبی افریقہ ویمنز ٹیم نے ویسٹ انڈیز کو 40 رنوں سے شکست دے دی

نئی دہلی (ایم این این): سنی لوس (۶۷)، نونڈومیسو شانگاسے (۵۵) کی شاندار نصف سنچری اننگز اور این ملابا (۴ وکٹ) کی شاندار گیند بازی کے بعد جنوبی افریقہ کی خواتین ٹیم نے دوسرے یکروزہ میچ میں ویسٹ انڈیز کو ۴۰ رنوں سے شکست دے دی۔ اس کے ساتھ ہی جنوبی افریقہ نے ۳ میچوں کی سیریز ایک ایک سے برابر کردی۔ ویسٹ انڈیز کی ٹیم نے ٹاس جیت کر پہلے گیند بازی کا فیصلہ کیا۔ بلے بازی کے لئے آتے ہوئے کپتان لارا وولفارٹ اور تزمین برٹس کی افتتاحی جوڑی نے جنوبی افریقہ کیلئے پہلی وکٹ کیلئے ۱۵۶ رن جوڑے۔ ۲۱ویں اوور میں ہیلی میتھیوز نے لارا وولفارٹ (۸۲) کو آوٹ کر کے ویسٹ انڈیز کو پہلی کامیابی دلائی۔ ۱۹ویں اوور میں ایفی فلیچر نے تزمین برٹس (۶۴) کو آوٹ کر کے پویلین بھیج دیا۔ اس کے بعد نونڈومیسو شانگاسے اور سن لوس کی جوڑی نے جنوبی افریقہ کی اننگز کی ذمہ داری سنبھالی۔ دونوں بلے بازوں کے درمیان تیسری وکٹ کیلئے ۸۵ رنوں کی شراکت ہوئی۔ ۴۰ویں اوور میں ہیلی میتھیوز نے نونڈومیسو شانگاسے کو آوٹ کر کے اس شراکت داری کا خاتمہ کیا۔ نونڈومیسو شانگاسے نے ۴۸ گیندوں میں ۴ چوکوں اور ۲ چھکوں کی مدد سے (۵۵) رن بنائے۔ مریجانے کپ (۲۳)، سینالو جفتا (۲) کو آوٹ کیا۔ ۴۴ویں اوور میں عالیہ ایلین نے سنی لوس کو آوٹ کیا۔ سنی لوس نے ۵۶ گیندوں میں ۸ چوکوں کی مدد سے ۶۷ رن بنائے۔ اینری ڈرکسن (۲۷)، چلوٹریون (۴۲) فلیچر کا نشانہ بنیں۔ جنوبی افریقہ کی ٹیم نے مقررہ ۵۰ اوور میں ۹ وکٹوں کے نقصان پر ۳۰۹ رن بنائے۔ ویسٹ انڈیز کی جانب سے ایفی فلیچر نے ۴ وکٹیں حاصل کیں۔ ہیلی میتھیوز نے ۲ وکٹیں حاصل کیں۔ کرشمہ رامہرک اور عالیہ ایلین نے ایک ایک بلے باز کو آوٹ کیا۔ ۳۱۰ رنوں کے ہدف کے تعاقب میں ویسٹ انڈیز کی خواتین ٹیم جنوبی افریقی گیند بازی اٹیک کے خلاف ۵۰ اوور میں ۲۶۹ رنوں پر ڈھیر ہوگئی اور ۴۰ رن سے میچ ہار گئی۔ ویسٹ انڈیز کی جانب سے کپتان ہیلی میتھیوز نے سب سے زیادہ ۶۵ رن بنائے۔ شامن کیمبل نے ۳۵ رن بنائے۔ شنیل ہنری (۴۳)، جیڈا جیمز (۱۸)، جنیلیا گلاسگو، اسٹیفنی ٹیلر اور کیانا جوزف (۱۷) رن بنا کر آوٹ ہوئیں۔ ایفی فلیچر نے ۱۹ ناٹ آوٹ رن بنائے۔ جنوبی افریقہ کے لئے این ملابا نے ۱۰ اوور میں ۳۳ رن دے کر ۴ وکٹیں حاصل کیں۔ ماریزان کپ نے ۶ اوور میں ۲۴ رن دے کر ۲ وکٹیں حاصل کیں۔ ابلی، نادین ڈی کلرک، چلوٹریون، این شانگاسے نے ایک ایک بلے باز کو آوٹ کیا۔

پرو ہاکی لیگ میں ہندوستان کی لگاتار چھٹی شکست

نئی دہلی (ایم این این): ایف آئی ایچ پرو ہاکی لیگ میں اتوار کو ہندوستانی مڈفیلڈر من پریت سنگھ نے اپنا ۴۰۰ واں بین الاقوامی میچ کھیلنے کا کارنامہ انجام دیا لیکن ہندوستانی ٹیم کو آسٹریلیا کے ہاتھوں شکست کا سامنا کرنا پڑا۔ آسٹریلیا نے ٹیم انڈیا کو ۲-۳ کو سے شکست دی اور یہ پرو ہاکی لیگ میں ہندوستان کی مسلسل چھٹی شکست ہے۔ آسٹریلیا کیلئے ٹم برانڈ نے چوتھے، بلیک گوورز نے پانچویں اور کوپر برنس نے ۱۸ویں منٹ میں گول کر کے اپنی ٹیم کی جیت یقینی بنائی۔ وہیں، ہندوستانی ٹیم کی جانب سے سنجے نے تیسرے اور دلپریت نے ۴۳ویں منٹ میں گول کئے۔ ہندوستانی ٹیم نے تیسرے ہی منٹ میں گول کے ساتھ شاندار آغاز کیا لیکن اگلے ہی منٹ میں آسٹریلیائی ٹیم کے ٹم برانڈ نے گول کر کے ٹیم انڈیا کی برتری ختم کر دیا۔ اس کے بعد گوورز نے چند سیکنڈ میں ہی دوسرا گول کر کے آسٹریلیا کو برتری دلا دی۔ یہ ٹورنامنٹ کے یورپی مرحلے میں اب تک کسی بھی کھیل میں سب سے تیز ۱۰ منٹوں میں سے تھے۔ من پریت سب سے زیادہ میچ کھیلنے والے دوسرے کھلاڑی بن گئے من پریت سنگھ ہندوستان کی جانب سے سب سے زیادہ میچ کھیلنے والے دوسرے کھلاڑی بن گئے ہیں۔

ڈبلیو ٹی سی: جنوبی افریقہ کے ماتھے سے 'چوکرس' کا داغ ہٹا، چمپئن کا تاج سر پر سجا

نئی دہلی (ایم این این): جنوبی افریقہ کی ۲۰۲۵ء کی ٹیم نے کرکٹ میں اہم مقام رکھنے والے لارڈس میں سنیچر کو آسٹریلیا کو ۵ وکٹ سے شکست دے کر آئی سی سی ورلڈ ٹیسٹ چمپئن شپ کا خطاب اپنے نام کرلیا۔ اس فتح سے نہ صرف ۲۷ برسوں میں اس کا پہلا سینئر مینز آئی سی سی خطاب یقینی ہوا بلکہ پوری کرکٹ قوم کے کئی دہائیوں کے غم کو بھی مٹا دیا۔ لارڈس کے صاف آسمان کے نیچے، بالآخر پروٹیز ٹیم پر سورج کی روشنی چمکی۔ ایک ایسی قوم کیلئے جس نے ۱۹۹۹ء میں ایلن ڈونالڈ کے رن آوٹ سے لے کر گزشتہ سال ہندوستان کے خلاف ٹی ۲۰ ورلڈ کپ کے دل ٹوٹنے تک، بہت سے تکلیف دہ آئی سی سی کے دردناک لمحے دیکھے ہیں، اس کے لئے یہ صرف ایک اور فائنل نہیں تھا۔ یہ ایک حساب تھا اور سب سے بڑے اسٹیج پر انہوں نے کمال کر دیا۔ پروٹیز ٹیم نے اپنے ماتھے سے چوکرس کا داغ بھی ہٹا دیا ہے۔ خیال رہے کہ آخری بار جنوبی افریقہ نے ۱۹۹۸ء میں آئی سی سی ٹرافی اٹھائی تھی۔ تب سے، توقعات بڑھتی اور گرتی رہیں۔ کسی اور کرکٹ ٹیم کو اتنے قریبی مقابلوں کا جذباتی بوجھ نہیں اٹھانا پڑا ہے۔ لیکن اس بار یہ مختلف تھا۔ اس بار ٹھنڈے مزاج والے ٹیمبا باوما کی قیادت میں ٹیم نے پلک جھپکانے سے انکار کر دیا۔ انہوں نے چوتھے دن صبح ۶۹ رن کے معمولی ہدف کا تعاقب کیا اور واضح طور پر پیغام دیا کہ یہ جنوبی افریقی ٹیم تاریخ کو دہرانے نہیں بلکہ اسے دوبارہ لکھنے آئی ہے۔ سنیچر کو ۲ وکٹ پر ۲۱۳ رن سے آگے کھیلتے ہوئے دن کا آغاز خوف کے ساتھ ہوا۔ باوما نے ۶۶ رن کی شاندار اننگز کھیلی اور ٹرسٹن اسٹبس بھی جلد ہی آوٹ ہو گئے۔ پھر بھی کوئی گھبراہٹ نہیں تھی۔ تیسرے دن سنچری بنانے والے کریز پر ایڈین مارکرم کھڑے تھے۔ انہوں نے پہلے ہی جنوبی افریقہ کی ٹیسٹ تاریخ کی بہترین اننگز میں سے ایک کھیلی تھی۔ روانی سے ۱۳۶ رن پر جہاں ایک طرف ان کے ارد گرد وکٹ گر رہے تھے سنیچر کو انہوں نے یقینی بنایا کہ پروٹیز لائن کو عبور کرے، چاہے ٹھیک پہلے ہی آوٹ ہو گئے ہوں۔ فتح سے ۶ رن پہلے ان کے آوٹ ہونے سے لارڈس کے ہجوم کو صرف ایک لمحے کے لیے کھڑے ہونے اور اس شخص کو سلام کرنے کا موقع ملا جس کے بلے نے پوری قوم کی جیت کی اسکرپٹ لکھی تھی۔

امیر مگر بے وفا مرد کا انتخاب کروں گی: کومل میر

نئی دہلی (ایم این این): جیون ساتھی سے متعلق کومل میر کے جواب نے سوشل میڈیا کو دو حصوں میں بانٹ دیا۔ معروف اداکارہ اور ماڈل کومل میر ان دنوں ایک نئے بیان کے باعث سوشل میڈیا پر موضوع بحث بنی ہوئی ہیں۔ کومل میر نے اپنے کیریئر کا آغاز مس ویٹ پاکستان سے کیا تھا اور بعد ازاں کئی مشہور ڈراموں میں اداکاری کے جوہر دکھائے۔ حال ہی میں کومل میر نے ایک شو میں شرکت کی جہاں ان سے سوال کیا گیا کہ وہ ایک غریب مگر وفادار مرد کا انتخاب کریں گی یا امیر مگر بے وفا مرد کا؟ اس پر کومل میر نے بلا جھجک کہا کہ وہ امیر مگر بے وفا مرد کا انتخاب کریں گی کیونکہ آج کل ویسے بھی کوئی وفادار نہیں ہوتا، اس لیے بہتر ہے

میجر لیگ کرکٹ: واشنگٹن فریڈم نے سیئٹل آرکس کو ہرا دیا

نئی دہلی (ایم این این): میجر کرکٹ لیگ ۲۰۲۵ء کے چوتھے میچ میں واشنگٹن فریڈم نے سیئٹل آرکس کے خلاف ۵ وکٹوں سے کامیابی حاصل کی۔ اس سیزن میں واشنگٹن فریڈم کی یہ پہلی جیت تھی۔ ٹاس جیت کر پہلے بلے بازی کرنے آنے والی سیٹ آرکس نے ۲۰ اوور میں ۹ وکٹوں کے نقصان پر ۱۴۵ رن بنائے۔ کائل میئرز نے ڈیوڈ وارنر کے ساتھ پہلے وکٹ کیلئے ۷۰ رنوں کی شراکت داری کی۔ وارنر ۱۷ گیندوں میں ۱۳ رن بنانے کے بعد آوٹ ہوئے جبکہ میئرز نے اتنی ہی گیندوں پر ۲۷ رن بنائے۔ ان کے علاوہ کپتان ہینرک کلاسن نے ۱۷ رنوں کا تعاون کیا۔ واشنگٹن فریڈم کی جانب سے ایان ہالینڈ نے ۱۹ رنوں کے عوض سب سے زیادہ ۴ وکٹیں حاصل کیں جبکہ جیک ایڈورڈز نے ۴ بلے بازوں کو آوٹ کیا۔ جواب میں واشنگٹن فریڈم صرف ۱۳.۳ اوور میں جیت گئی۔ ٹیم کو اوپنر مچل اوون اور راچن رویندرا کی جانب سے شاندار آغاز ملا۔ دونوں کے درمیان صرف ۳ اوور میں ۹۴ رنوں کی شراکت ہوئی۔ اوون ۵۲ کے اسکور پر پویلین لوٹ گئے جس کے بعد راچن نے اینڈریز گس (۲۱) کے ساتھ دوسرے وکٹ کیلئے ۱۴ رن جوڑے۔ راچن رویندرا ۱۸ گیندوں میں ۴ چھکوں اور اتنے ہی چوکوں کی مدد سے ۴۴ رن بنانے کے بعد آوٹ ہوئے۔ جب وہ پویلین لوٹے تب تک ٹیم ۷.۲ اوور میں ۳ وکٹوں کے نقصان پر ۹۲ رن بنا چکی تھی۔

آسٹریلیا نے ہندوستانی ہاکی ٹیم کو زیر کر دیا

نئی دہلی (ایم این این): ایف آئی ایچ ہاکی پرو لیگ ۲۵-۲۰۲۴ء میں سنیچر کی رات ہندوستانی مرد ہاکی ٹیم کو آسٹریلیا کے خلاف ۲-۳ سے شکست کا سامنا کرنا پڑا۔ انٹورپ میں کھیلے گئے میچ میں جگراج سنگھ نے میچ کے ابتدائی تیسرے منٹ میں گول کر کے ہندوستانی ٹیم کو ۰-۱ گول کی برتری دلائی تاہم اس کے ایک منٹ بعد آسٹریلیا کے ٹم برانڈ نے گول کر کے اسکور ۱-۱ سے برابر کر دیا۔ اگلے ہی منٹ میں بلیک گوورز نے گول کر کے آسٹریلیا کی برتری کو دگنا کر کے اسکور ۱-۲ کر دیا۔ اس کے بعد کوپر برنس نے ۱۸ویں منٹ میں گول کر کے اسکور ۱-۳ کر دیا۔ اس گول کے بعد ہندوستانی ٹیم دباو میں نظر آئی اور آسٹریلوی ٹیم نے جارحانہ کارکردگی کا مظاہرہ جاری رکھا۔ اس دوران دونوں ٹیموں کو پنالٹی کارنر ملے لیکن وہ اس کا فائدہ اٹھانے میں ناکام رہیں۔ پہلے ہاف کا اختتام آسٹریلیا کی دو گول سے برتری کے ساتھ ہوا۔ ۱۰ منٹ کے وقفے کے بعد ہندوستانی ٹیم نے نئے جوش کے ساتھ میدان میں واپسی کی۔

ٹیمبا باوما صرف ایک کرکٹر نہیں بلکہ جنوبی افریقہ کی 'امید' ہیں

نئی دہلی (ایم این این): ٹیمبا باوما سے کبھی یہ نہ پوچھنا کہ نام میں کیا رکھا ہے۔ کبھی ان کی بلے بازی اوسط پر طنز کیا گیا، کبھی ان کے قد کو لے کر تو کبھی ان کے رنگ کو لے کر تنقید کی گئی لیکن ٹیمبا باوما نے ہر تنقید کا جواب اپنے کھیل اور قیادت سے دیا۔ آج وہی ٹیمبا جنوبی افریقہ کے پہلے عالمی ٹیسٹ چمپئن کپتان بن کر تاریخی لارڈس کی بالکونی میں کھڑے ہیں، ہاتھ میں سنہری میز، آنکھوں میں آنسو اور سینے میں فخر۔ آج تک جنوبی افریقہ کا کوئی کپتان جو نہیں کر پایا تھا، وہ باوما نے کر کے دکھایا ہے۔ ٹیمبا یہ نام ان کی دادی نے رکھا تھا، جس کا زولو زبان میں مطلب ہوتا ہے "امید" اور امید ہی تھی جو انہیں لانگا (کیپ ٹاون میں ایک جگہ) کی تنگ گلیوں سے لارڈس کے میدان تک لائی۔ باوما نہ صرف جنوبی افریقہ کے پہلے سیاہ فام کپتان بنے جنہوں نے کوئی عالمی خطاب جیتا بلکہ انہوں نے اپنے ملک کی کرکٹ تاریخ کو نئی سمت دی۔ جب کائل ویرن نے فاتحانہ شاٹ لگایا تو باوما نے اپنا چہرہ ڈھانپ لیا، شاید وہ اپنے آنسو چھپانا چاہتے تھے۔ ان کی قیادت میں ملی یہ جیت صرف ایک ٹرافی نہیں بلکہ ان لاکھوں سیاہ فام جنوبی افریقی کی جیت ہے، جن کی جدوجہد کی آواز آج لارڈس میں گونج رہی تھی۔ ٹیمبا باوما نے ایک بار کہا تھا کہ لانگا کی میری گلی میں ایک حصہ ایسا تھا جسے ہم لارڈس کہتے تھے۔

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,