WATTAN
The Urdu Daily

روزنامہ **وطن** بڈگام

جمعرات
24 جولائی 2025
THURSDAY
24 JULY -2025

صفحہ 08 انگلینڈ کے خلاف ہرمن پریت کور کی شاندار سنچری

صفحہ 08 اسٹرانگ مین آف انڈیا راجندر رہیلو نے کئی میڈل جیتے

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ ■ جلد: 15 ■ شمارہ نمبر: 173 ■ صفحات: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■

پارلیمنٹ کا مانسوان اجلاس 28 جولائی کو آپریشن سندھور پر بحث ہونے کا امکان

سرینگر // 23 جولائی // سی این آئی // پارلیمنٹ کے مانسوان اجلاس کے دوران 28 جولائی کو آپریشن سندھور پر بحث ہونے کا امکان ہے۔ حکومت نے جاری مانسوان اجلاس میں دونوں ایوانوں میں خصوصی بحث کے لیے 16 گھنٹے مختص کیے ہیں۔ سی این آئی کے مطابق پہلگام حملے کے بعد پاکستان میں موجود دہشت گردوں کیخلاف کیے گئے آپریشن سندور پر پارلیمنٹ کے مانسوان اجلاس کے دوران 28 جولائی کو بحث ہونے کا امکان ہے۔ بدھ کو راجیہ سبھا کی بزنس ایڈوائزری کمیٹی (بی اے سی) کی میٹنگ ہوئی، جس کے دوران 29/ 101

وزیراعلیٰ کا پبلک سروسز گارنٹی ایکٹ کے تحت خدمات کی بروقت فراہمی کو یقینی بنانے پر زور اور

ماہانہ محکمانہ جائزہ میٹنگ لینے کی ہدایت

پبلک سروسز گارنٹی ایکٹ 2011 کی عمل آوری کا جائزہ

سری نگر // انفو // وزیراعلیٰ عمر عبداللہ نے جموں وکشمیر میں شفاف اور جوابدہ عوامی خدمات کی فراہمی کو مؤثر بنانے کے لئے تمام انتظامی سیکرٹریوں کو ہدایت دی ہے کہ وہ ہر ماہ لازمی جائزہ میٹنگ منعقد کریں تاکہ جموں وکشمیر پبلک سروسز گارنٹی ایکٹ (پی ایس جی اے) 2011 کی عمل آوری کا تفصیلی جائزہ لیا جاسکے۔ وزیراعلیٰ نے عوامی خدمات کی بروقت فراہمی پر زور دیتے ہوئے واضح کیا کہ تاخیر کی صورت میں متعلقہ افسران پر جرمانہ عائد کیا جائے گا۔ انہوں

نے انتظامی سستی کے خلاف حکومت کی زیرو ٹالرنس پالیسی کا اعادہ کیا۔ ان باتوں کا اظہار انہوں نے ایک اعلیٰ سطحی میٹنگ کی صدارت کرتے ہوئے کیا۔ اس میٹنگ میں چیف سیکرٹری اٹل ڈولو، ایڈیشنل چیف سیکرٹریوں اور تمام انتظامی سیکرٹریوں نے شرکت کی۔ دوران میٹنگ عمر عبداللہ نے/ 102

آئی جی پی کشمیر نے این ایل ایس اے پروگراموں اور یونیورسٹی آف کشمیر الومنائی میٹ کے لیے سیکیورٹی انتظامات کا جائزہ لیا

سرینگر // 23 جولائی // روی او آئی // انسپکٹر جنرل آف پولیس (آئی جی پی) کشمیر زون، شری وی کے برڈی (آئی پی ایس) نے آج پولیس کنٹرول روم (پی سی آر) کشمیر میں ایک اعلیٰ سطحی اجلاس کی صدارت کی، جس میں نیشنل لیگل سروسز اتھارٹی (این ایل ایس اے) کے زیر اہتمام ہونے والے پروگراموں اور کشمیر یونیورسٹی کے الومنائی میٹ کے لیے سیکیورٹی انتظامات کا تفصیلی جائزہ لیا گیا۔ اجلاس میں ڈی آئی جی سی کے آر سرینگر، ڈی آئی جی آرمڈ کشمیر، سی آر پی ایف کے نارتھ اور ساؤتھ رینجز کے ڈی آئی جیز، ڈائریکٹر ایس ایس ایف، ایس ایس پی سرینگر، ایس ایس پی ٹریفک سرینگر، کمانڈنگ آفیسر اے پی 5 ویں بٹالین، ایس پی ایسٹ، ایس پی ساؤتھ، ایس پی حضرت بل کے علاوہ کشمیر یونیورسٹی، ایئر فورس، بی ایس ایف اور سی آر پی ایف کے نوڈل افسران نے شرکت کی۔ وائس آف انڈیا کے مطابق/ 103

سپیکر نے سری نگر میں اعلیٰ سطحی اپیکس کمیٹی میٹنگ کی صدارت کی

نیشنل اِی۔ ودھان ایپلی کیشن منصوبے کی عمل آوری کا جائزہ لیا

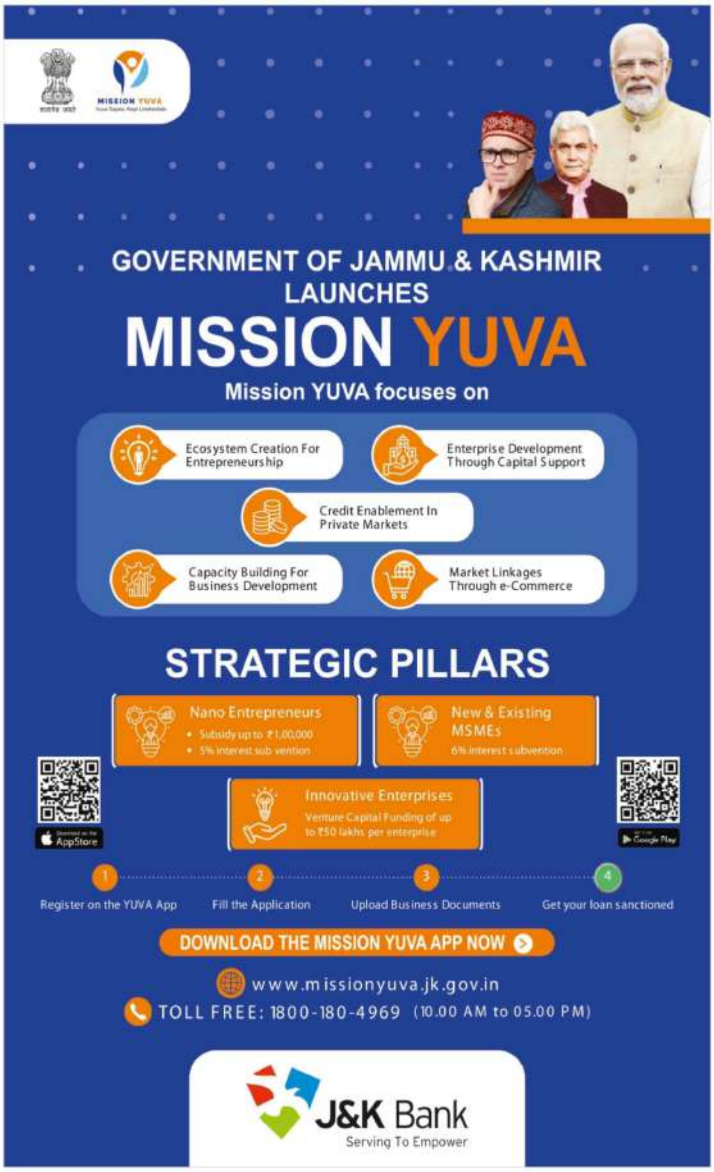
سری نگر // انفو // سپیکر جموں وکشمیر قانون ساز اسمبلی ایڈووکیٹ عبدالرحیم راتھر نے اسمبلی کمپلیکس میں اعلیٰ سطحی اپیکس کمیٹی (ایچ ایل اے سی) میٹنگ کی صدارت کی جس میں جموں وکشمیر قانون ساز اسمبلی میں نیشنل ای۔ ودھان ایپلی کیشن (این ای وی اے) منصوبے کی عمل آوری کی پیش رفت کا جائزہ لیا گیا۔ میٹنگ میں رُکن قانون ساز اسمبلی جسٹس (ریٹائرڈ) حسنین مسعودی، نظام الدین بٹ، تنویر صدیق، ارجن سنگھ راجو،

ڈاکٹر سنیل بھردواج اور ڈاکٹر بھارت بھوشن کے علاوہ سیکرٹری انفارمیشن ٹیکنالوجی ڈیپارٹمنٹ ڈاکٹر پیوش سنگلا، سیکرٹری قانون ساز اسمبلی منوج کمار پنڈتا اور ایچ ایل اے سی کے ممبران نے شرکت کی۔ اس کے علاوہ سیکرٹری قانونا اچل سیٹھی، ڈائریکٹر جنرل بجٹ، ایس آئی او این آئی سی جے اینڈ کے/ 105

شمالی کمان کے فوجی کمانڈر لیفٹننٹ جنرل پراتیک شرما کا ڈوڈہ، رام بن اور کشتواڑ کا دورہ

سیکورٹی اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا، فوجیوں اہلکاروں کی حوصلہ افزائی بھی کی

سرینگر // 23 جولائی // سی این آئی // ادھم پور میں مقیم شمالی کمان کے فوجی کمانڈر لیفٹننٹ جنرل پراتیک شرما نے جموں خطے کے ڈوڈہ، رام بن اور کشتواڑ اضلاع کا دورہ کرکے وہاں سیکورٹی اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا۔ اس دوران انہوں نے سرحدی دفاعی انفراسٹرکچر کے بارے میں بھی تفصیلی جانکاری حاصل کر لی جبکہ فوجیوں کو متحرک رہنے کی ہدایت دی۔ سی این آئی کے مطابق شمالی کمان کے فوجی کمانڈر لیفٹننٹ جنرل ایم لیفٹننٹ جنرل پراتیک شرما نے ڈوڈہ، کشتواڑ اور رام بن علاقوں کا دورہ کیا اور وہاں سیکورٹی صورتحال اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا۔ اس موقعہ پر انہوں نے زمینی سطح پر موجود فوجیوں کے ساتھ بات چیت کی اور سیکورٹی اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا۔ دورے کی تفصیلات فراہم کرتے ہوئے شمالی کمان نے ایکس پر لکھا ''لیفٹننٹ جنرل پراتیک شرما آرمی کمانڈر شمالی کمان نے ڈوڈہ/ 104



ریاسی کے مہورے علاقے میں مٹی کے تودے گرنے کا واقعہ

خیمے میں سوئے 2 نوجوان کی المناک موت

پولیس نے دونوں کی نعشوں کو کیا برآمد، مزید تفتیش شروع: حکام

سری نگر // ۲۳، جولائی // جے کے این ایس // ریاسی ضلع کے بدورا مہورے علاقے میں ایک افسوسناک واقعہ میں شیوگفا (شیوا غار) کے قریب منگل اور بدھ کی درمیانی رات میں مٹی کے تودے گرنے سے 2 نوجوانوں کی موت واقع ہوگئی۔ جے کے این ایس کے مطابق حکام نے بتایا کہ دونوں نوجوان غار کے مقام کے قریب ایک خیمے میں سو رہے تھے کہ اچانک قریبی پہاڑ سے ملبہ (مالوا) نیچے آکر گرا، جس سے خیمہ ملبے کے وزن میں دب گیا۔ دونوں افراد موقع پر ہی دم توڑ گئے۔ مرنے والوں کی شناخت 26 سالہ رشپال سنگھ ولد سوبا رام ساکن ٹولی کلاوان، تحصیل چسانہ، ضلع ریاسی اور 23 سالہ روی کمار ولد پرشوتم کمار ساکن چنانی، ضلع ادھم پور کے طور پر کی گئی ہے۔ راشپال مبینہ طور پر جے سی بی آپریٹر کے طور پر کام کر رہا تھا۔ انہوں نے بتایا کہ دونوں غار کے مزار پر آنے والے مذہبی پروگرام کی تیاری کررہے تھے جب یہ مہلک واقعہ پیش آیا۔ اطلاع ملنے پر/ 106

جاوید رانا نے جموں میں

واٹر سپلائی مینجمنٹ اور بنیادی ڈھانچے کی ترقی کا جائزہ لیا

جموں // انفو // وزیر برائے جل شکتی، جنگلات و ماحولیات اور قبائلی امور جاوید احمد رانا نے جموں صوبے میں واٹر سپلائی مینجمنٹ اور بنیادی ڈھانچے کی ترقی کا جائزہ لینے کے لئے ایک میٹنگ کی صدارت کی۔ دوران میٹنگ پانی کی فراہمی کی سکیموں کی موجودہ صورتحال کا تفصیلی جائزہ لیا گیا اوران/ 107

کون ہوگا ملک کا نیا نائب صدر

الیکشن کمیشن آف انڈیا نے نئے نائب صدر کی تقرری کیلئے عمل شروع کردیا

سرینگر // 23 جولائی // سی این آئی // جگدیپ دھنکر کے بطور نائب صدر مستعفی ہونے کے بعد الیکشن کمیشن آف انڈیا نے نئے نائب صدر کی تقرری کیلئے عمل شروع کردیا ہے۔ سی این آئی کے مطابق الیکشن کمیشن آف انڈیا نے اعلان کیا کہ انہوں نے نائب صدر جگدیپ دھنکر کے استعفیٰ کے بعد نائب صدر کے انتخاب کیلئے عمل شروع کردیا ہے۔ کمیشن کے جاری کردہ ایک بیان/ 109

جموں وکشمیر کے 12 اضلاع میں سیلابی ریلوں کی وارننگ کے بیچ بارش جاری

کئی علاقوں میں تیز اور موسلادار بارش متوقع

25 تا 27 جولائی: موسم گرم اور مرطوب موسم، 28 تا 30 جولائی: پھر موسم گیلا

سری نگر // ۲۳، جولائی // جے کے این ایس // جموں وکشمیر کے 12 اضلاع میں فلیش فلڈ یا سیلابی ریلوں کی وارننگ کے بیچ منگل اور بدھ کی درمیانی رات ملک کے آر پار ہلکی سے درمیانی درجے کی بارش ریکارڈ کی گئی۔ بدھ کو پورے دن سری نگر سمیت بیشتر علاقوں میں دھوپ چھاؤں کا کھیل جاری رہا جبکہ اس دوران وقفے وقفے سے ہلکی بارش بھی ہوتی رہی۔ جے کے این ایس کے مطابق ہندوستان کے محکمہ موسمیات (آئی ایم ڈی) نے منگل کی شام ایک فلڈ گائیڈنس بلیٹن جاری کیا ہے، جس میں جموں وکشمیر کے کٹھوعہ، سانبہ، ادھم پور، ڈوڈہ، کشتواڑ، رام بن، ریاسی، جموں، راجوری، پونچھ، بارہمولہ اور اننت ناگ سمیت 12 اضلاع میں اگلے 24 گھنٹوں کے دوران سیلاب کے کم سے درمیانے درجے کے خطرے کی وارننگ دی گئی۔ اس کے جواب میں، ڈسٹرکٹ ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹیز (DDMAs) پر زور دیا گیا ہے کہ وہ عوامی تحفظ کو یقینی بنانے اور خطرات کو کم کرنے کے لیے قائم کردہ پروٹوکول کے مطابق/ 108

آپ بھی کامیاب ہو سکتے ہیں

سالار سلیمان دنیا کے کامیاب ترین انسانوں میں آپ کا شمار بھی ہو سکتا ہے

ہم میں سے ہر انسان ہی کامیاب ہونا چاہتا ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ اس کی زندگی آسودہ حال ہو۔ کم ازکم اس کی جیب میں اتنے پیسے تو ہوں کہ بغیر قرض چڑھے اس کے معاملاتِ معاش چل سکیں۔ وہ زندگی میں آگے بڑھ سکے۔ اب یہ تو لازمی نہیں کہ آپ جیف بیزوز، بل گیٹس یا مارک زکر برگ بن جائیں لیکن اگر کوشش کی جائے اور اپنی عادات میں تبدیلی لاتے ہوئے کامیاب انسانوں کے رہنما طرزِ عمل کو اپنایا جائے تو دنیا کے کامیاب ترین انسانوں میں آپ کا شمار بھی ہوسکتا ہے۔

یاد رکھیے کامیابی کی راہ میں عمل کرنا مشکل تو ضرور ہے لیکن ناممکن نہیں۔ آج کے بلاگ میں ہم کچھ ایسے رہنما نکات بیان کریں گے جن پر عمل کر کے آپ خود کو کامیابی کے ٹریک پر لا سکتے ہیں۔

سب سے پہلا کام تو یہ کیجیے کہ خود پر سرمایہ کاری کریں، اپنے آپ پر انویسٹمنٹ کیجیے۔ اپنے آپ پر سرمایہ کاری سے مراد یہ ہے کہ کوئی کتاب پڑھیے، نئے علوم کو جانیے، اس کی معلومات لیجیے۔ ایک وقت تھا جب نئے علوم سیکھنے کے لیے بہت تگ و دو کرنی پڑتی تھی، لمبی مسافت طے کرنی پڑتی تھی، لیکن آج سوشل میڈیا کے دور میں نئے علوم سیکھنا ایسا بھی مشکل کام نہیں رہا۔ آپ باآسانی یہ کام انٹرنیٹ کے ذریعے گھر بیٹھے کر سکتے ہیں۔ یوٹیوب سے نئے علوم حاصل کیے جا سکتے ہیں، آن لائن اساتذہ سے مستفید ہوا جا سکتا ہے، آن لائن کتب پڑھی جا سکتی ہیں۔ میں ایسے کئی گرافک ڈیزائنرز کو جانتا ہوں جنہوں نے آن لائن اسکلز سیکھیں اور پھر ان میں مہارت حاصل کی۔ ڈیجیٹل مارکیٹنگ میں بھی اکثریت ان افراد کی ہے جنھوں نے باقاعدہ کسی ادارے سے تعلیم حاصل نہیں کی لیکن آن لائن مختلف ویب سائٹس اور ایجوکیشنل پورٹلز سے علم حاصل کیا اور آج پاکستان میں رہ کر ایک ڈیڑھ لاکھ روپے ماہانہ آسانی سے کما رہے ہیں۔

کامیابی کے حصول میں ایک اور اہم بات یہ ہے کہ کبھی اپنا موازنہ کسی سے اور سے نہ کیجیے۔ جو کچھ اللہ نے آپ کو دیا ہے، اس پر خوش رہنا سیکھیے۔ نیکی کے کاموں میں ضرور اپنا موازنہ دوسروں سے کریں لیکن دنیاوی اور مادی کاموں میں ہرگز دوسروں سے موازنہ مت کیجیے۔ یہ اپنی سب سے بڑی توہین ہے۔ ہمیشہ اپنی نوکری، اپنی صحت، اپنے خاندان، اپنے گھر اور اپنی زندگی کیلیے اللہ کے شکر گزار رہیے۔ میں ایک شخص کو جانتا ہوں جسے یہ لگتا تھا کہ انسانی جسم تو بس خدا کی عطا ہے، اس میں احسان کیسا، سب ہی کے پاس تو ہے لیکن پھر جب اس کے دماغ میں یہ خیال آیا کہ میں آج معذور نہیں ہوں لیکن کوئی حادثہ ہوا تو خدانخواستہ مجھے زندگی بھر کی معذوری دے ہی سکتا ہے۔ تو اس نے اللہ سے توبہ کی۔ بظاہر چھوٹی چھوٹی عطائیں، حقیقت میں بہت بڑی ہوتی ہیں۔

انسان بھی ایک حد سے آگے نہیں جاسکتا۔ ہر انسان کی ایک کپیسٹی ہوتی ہے۔ کسی میں کم اور کسی میں زیادہ، لیکن حد ہوتی ضرور ہے۔ اکیلا انسان ایک حد تک ہی کامیابی سمیٹ سکتا ہے لیکن ایک اچھی ٹیم کے ساتھ آپ کامیابی کی مزید منازل طے کر سکتے ہیں۔ دنیا میں جتنے بھی کامیاب لوگ ہیں وہ ٹیم کے ساتھ کامیاب ہوئے۔ ڈاکٹر عبدالقدیر خان مرحوم کے انٹرویوز دیکھ لیجیے، وہ ہمیشہ کہتے تھے پاکستان کو میں نے اور میری ٹیم نے ایٹمی قوت بنایا۔ اسٹیو جابز بہت اچھا ٹیم لیڈر اینڈ پلیئر تھا۔ مارک زکر برگ بھی ہمیشہ اپنی ٹیم کی تعریف کرتا ہے۔ لہٰذا اچھے اور قابل لوگوں کے درمیان رہیے۔ اپنے اردگرد ایسے لوگ اکٹھا کیجیے جو مثبت سوچ کے حامل ہوں، جو ایمان دار، مخلص، مہربان اور دیانتدار ہوں۔

کبھی بھی اپنے ماضی کے قیدی نہ بنیے، بلکہ ماضی کو قبول کرتے ہوئے آگے بڑھ جائیے۔ یہ یاد رکھیے کہ زندگی آگے بڑھنے کا نام ہے، ماضی کو سوچتے ہوئے اپنے مستقبل کو تباہ نہ کیجیے۔ ماضی صرف "تھرو" اور اپنی غلطیوں سے سبق حاصل کرنے کیلیے ہوتا ہے۔ جب کوئی انسان ماضی میں اٹک جاتا ہے تو اس کا حال بھی ٹھہر جاتا ہے۔ وہ آگے نہیں بڑھ سکتا۔ اس کا خود پر اختیار نہیں رہتا اور لامحالہ اس کا ماضی حال پر بھی اثر انداز ہونے لگتا ہے۔ جو ہو چکا وہ بیت گیا۔ بس اب آگے بڑھیے۔ نہ تو آپ ماضی میں واپس جا سکتے ہیں اور نہ ہی ماضی کے نتائج بدل سکتے ہیں۔ لہٰذا ماضی سے سبق لیجیے اور اپنے حال میں جینا شروع کیجیے تاکہ آپ کا مستقبل آپ کے ماضی سے بہتر ہو سکے۔

ایک اور رہنما اصول اپنی عزت کرنا ہے۔ آج ہی سے اپنی عزت کرنا شروع کیجیے۔ دوسرے آپ سے کیسا سلوک کریں گے، اس کا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ خود سے کیسا سلوک کرتے ہیں۔ رات کو سونے سے قبل خود احتسابی کیجیے۔ حقیقت پسندی کے ساتھ اپنا جائزہ لیجیے۔ جو خوبیاں آپ میں موجود ہیں، یہ اللہ کی عطا کردہ ہیں، اس میں آپ کا کوئی کمال نہیں ہے، اس پر اللہ کے شکر گزار ہوں اور آپ میں جو خامیاں موجود ہیں، ان کو ٹھیک کرنے کی نیت کیجیے۔ کبھی بھی خود کو ڈی گریڈ نہ کیجیے۔ ناکامیاں بھی انسانوں کو ہی ملتی ہیں، گرتے بھی انسان ہی ہیں، بس رکنا نہیں ہے، چلتے رہنا ہے۔

آخر میں سب سے اہم بات کہ آپ کے مستقبل کا بہت بڑا انحصار آپ کی آج کی سوچ پر ہوتا ہے۔ ہمیشہ اچھا اور مثبت سوچیے۔ اللہ کی رحمت سے کبھی بھی مایوس نہ ہوں۔ انسان کو اس کے گمان کے مطابق ہی ملتا ہے۔ ایک قانون فطرت ہے جس کو ہم "لاءآف اٹریکشن" کہتے ہیں۔ اس کے مطابق انسان اگر مثبت سوچتا ہے تو کائنات کی مثبت انرجی اس کے گرد آ جاتی ہے اور اگر انسان منفی سوچتا ہے تو منفی انرجی اس کے پاس آ جاتی ہے۔ یہ طاقت ہی انسان کی شخصیت سازی میں بنیادی کردار ادا کرتی ہے۔

اسلام همیں اچھا گمان کرنے کا حکم دیتا هے، الله کی رحمت سے پرامید رهنے کا حکم دیتا هے۔ لهذا همیشه مثبت سوچیے۔ انسان کو اپنی سوچ کے تابع نهیں هونا چاهیے، سوچ کو انسان کے تابع هونا چاهئے۔ یه محنت طلب کام هے لیکن ایک مرتبه آپ نے اپنی سوچوں کو قابو میں کرلیا تو بهت سے مسائل حل هوجائیں گے۔ کامیابی کے راستے آسان هوتے جائیں گے۔

تحریر...
سالار سلیمان

کفایت شعاری کا مشورہ؟

کم آمدنی میں خرچے ہی پورے نہیں ہوتے، بچت کا تو تصور بھی محال ہے

تحریر...
شیر محمد خان

چند دن پهلے ایکسپریس اخبار میں ایک مشهور کالم نگار کی تحریر "سادگی اور بچت" نظر سے گزری، جس میں انهوں نے کفایت شعاری اپنانے کے ساته آمدنی کے اضافی ذرائع تلاش کرنے کا مشوره دیا هے۔

فاضل کالم نگار کی نصیحتیں بجا، لیکن یوں لگتا ہے کہ محترم بہت سے حقائق دانستہ نظر انداز کر گئے، کیونکہ یہ وہ حقائق ہیں جن سے ہر آدمی واقف ہے، اس لیے کالم نگار کی بے خبری بھی نہیں کہہ سکتے۔ جب کہ مصنف نے سادگی کے حوالے سے جس دور کا تذکرہ کیا ہے، وہ حالات آج کے دور پر لاگو نہیں ہو سکتے، جبکہ مہنگائی کا تناسب حد درجہ تبدیل ہو چکا ہے۔

سادگی اور بچت دونوں ہی مثبت طرز زندگی کا حصہ ہیں لیکن حالیہ دور میں ایک کم آمدنی والا کتنی ہی سادگی اختیار کر لے اس کیلیے حالات پریشان کن ہی رہتے ہیں، اور بچت کا تو تصور ہی محال ہے۔ ایلیٹ کلاس کو چھوڑیے یہاں ہم متوسط طبقے کی ماہانہ آمدنی کی بات کرتے ہیں۔ روزانہ سات، آٹھ سو کی دیہاڑی پر مزدوری کرنے والے کو بھی چھوڑ دیجیے کیونکہ وہ پہلے ہی غربت کی سطح پر زندگی گزار رہے ہیں۔

کسی بھی ادارے میں چپڑاسی یا کلرک یا اسی طبقے کے کسی اور ملازم کی مثال لے لیجیے جو دس گھنٹے روزانہ سے زیادہ ڈیوٹی دیتا ہے، یا پھر کوئی چھوٹا دکاندار۔ اکثریت کی ماہانہ آمدنی یا تنخواہ بمشکل پچیس سے چالیس پچاس ہزار تک ہوتی ہے۔ دکانداروں اور اپنا کاروبار کرنے والوں کی آمدنی تو پھر بھی اوپر نیچے ہوتی رہتی ہے لیکن ملازمت پیشہ افراد کی ماہانہ آمدنی یکساں ہی رہتی ہے۔

اب ذرا بتایئے کہ ایک عام آدمی کے کچن کا خرچہ وہ بھی انتہائی کنجوسی اور "کفایت شعاری" کے ساتھ کم از کم بیس سے تیس ہزار روپے ماہانہ تو بنتا ہی ہے۔ کھانے پکانے کے لیے گیس یا کسی اور ذریعے کا استعمال مزید خرچ بڑھاتا ہے۔ اس پر مستزاد اگر گھر کرائے کا ہو تو کم از کم دس ہزار روپے اسی مد میں درکار ہوتے ہیں، جبکہ شہر کے کچی آبادی والے علاقوں میں بھی اس سے کم کرایے پر گھر دستیاب نہیں۔ بجلی کا بل صرف ایک پنکھا اور دو بلب جلانے پر بھی کم از کم دو سے تین ہزار روپے آتا ہے۔ ٹرانسپورٹ کرایوں کی مد میں پانچ ہزار الگ رکھ لیجیے، بچوں کے اسکول کی فیسیں الگ ہیں۔ بہت ہی زیادہ سادگی کا مظاہرہ کرتے ہوئے اگر کوئی صرف عید تہوار پر ہی اپنے اور بیوی بچوں کے کپڑے بناتا ہو، تب بھی سال میں صرف ایک بار کپڑے بنانے پر پندرہ، بیس ہزار خرچ ہو جاتے ہیں، اس طرح کپڑوں کی مد میں ہی ماہانہ اوسط دو ہزار رکھ لیجیے۔ کسی ناگہانی بیماری کی صورت میں ڈاکٹروں کی فیسیں اور دواؤں کا خرچ الگ ہے۔

خرچہ ساٹھ، ستر ہزار اور آمدن صرف تیس چالیس ہزار؟ غریب آدمی کہاں سے پورا کرے؟ آمدنی کے کون سے اضافی ذرائع تلاش کرے، جبکہ دن کے چوبیس گھنٹوں کا بیشتر حصہ وہ پہلے ہی محنت مزدوری کرنے اور جائے ملازمت تک پہنچنے کیلیے سفر میں خرچ کر رہا ہے۔ یہ تخمینہ بھی ایسے گھرانے کا ہے جس میں صرف میاں بیوی اور دو بچے ہوں، جن گھرانوں میں افراد کی تعداد زیادہ اور کمانے والا صرف ایک ہو، تو سوچیے ان کا کیا حال ہوگا؟ ان کے اندر جو آتش فشاں اندر ہی اندر کھول رہا ہے اگر وہ ابل پڑا تو کیا ہوگا؟

مجھ کم عقل اور ناسمجھ نے تو اس پر بہت سوچا مگر کوئی جائز یا قانونی طریقہ نہیں سوجھ سکا، کیونکہ دس سے چودہ گھنٹے ایک کام کرنے کے بعد کوئی دوسرا کام یا ملازمت بھی کم از کم چار پانچ گھنٹے کی تو لازمی ہوگی۔ سولہ سے بیس گھنٹے کوئی ابتدا میں تو کام کر بھی لے گا لیکن مستقل ایسا ممکن نہیں۔ کیونکہ مستقل چلنے پر تو مشینیں بھی خراب ہو جاتی ہیں، یہ تو پھر بھی انسان ہیں۔

اب رہ گیا آمدنی بڑھانے کا صرف ایک طریقہ کہ دکاندار دو نمبر مال بیچے یا پھر کوئی اور غیر قانونی راہ اختیار کریں۔ فاضل کالم نگار کے پاس اگر کوئی مناسب راہ ہے تو لازمی ان لوگوں کی مدد کیجیے جو پاکستان کی آبادی کا نوے فیصد سے بھی زیادہ ہیں۔

محترم کالم نگار کی ہدایت کے پیش نظر ہم نے اس تخمینے میں پٹرول کا خرچ شامل نہیں کیا کیونکہ پیدل چلنا چاہیے جو صحت کے لیے بھی مفید ہے۔ اور پھر باہر جا کر چائے پینا یا کبھی کبھار دل کو بہلانے کیلیے باہر کھانا وغیرہ کھا لینا بھی شامل نہیں کیونکہ یہ بھی بے جا اسراف اور فضول خرچی میں شمار ہوگا۔ جب کہ یہ غریب تو بے چارے پھل وغیرہ بھی صرف دکانوں پر دیکھ کر فرض کر لیتے ہیں کہ کھا لیے، منہ سے نہ سہی آنکھوں سے ہی سہی۔

غزہ فاقہ کشی سے بے حال، بھوک کی بنا پر 24 گھنٹوں میں 51 فوت

نئی دہلی (ایم این این): غزہ میں فاقہ کشی نے سنگین شکل اختیار کر لی ہے۔ گزشتہ لوگ بھوک سے مر رہے ہیں اور ڈاکٹرس تک غش کھا کر گر رہے ہیں۔ غزہ کی وزارت صحت کیمطابق گزشتہ ۲۴ گھنٹوں میں بھوک اور فاقہ کشی کی وجہ سے ۵۱ افراد نے دم توڑ دیا جن میں سے ۴ بچے ہیں۔ جو لوگ زندہ ہیں ان میں بڑی تعداد ایسے لوگوں کی ہیجو تغذیہ کی کمی کا شکار ہیں۔ ان کے جسم ہڈی کے ڈھانچوں میں تبدیل ہو رہے ہیں۔ بچوں کے ڈبہ بند فوڈ کی سپلائی بھی تل ابیب نے روک دی ہے جس کی وجہ سے ایسے بچوں کی تعداد بڑھ گئی ہیجو تغذیہ کی شدید کمی سے جوجھ رہے ہیں۔ اقوام متحدہ کی ایجنسی برائے فلسطینی مہاجرین نے خود اس بات کی تصدیق کی ہے کہ عام شہری ہی نہیں طبی خدمات میں مصروف ڈاکٹرس تک کو پیٹ بھر کر کھانا نصیب نہیں ہو رہا ہے۔ اس بیچ امداد کے حصول کیلئے پہنچنے والے ایسے افراد کی تعداد ہزار سے تجاوز کر گئی ہے جنہیں امدادی مراکز پر اسرائیلی فورسیز نے مار دیا۔ اقوام متحدہ کی ایجنسی 'انروا' نے خبردار کیا ہے کہ غزہ میں اس کے اپنے ملازمین بھی شدید بھوک کے باعث بے ہوش ہو رہے ہیں۔ انروا نے فیس بک پر ایک پوسٹ میں کہا کہ لوگ بھوک سے نڈھال ہو چکے ہیں۔ ایجنسی نے مطالبہ کیا ہے کہ محاصرہ ختم کیا جائے اور انروا کو خوراک اور ادویات پہنچانے کی اجازت دی جائے۔ اسی ضمن میں اقوام متحدہ کے ادارہ برائے اطفال (یونیسیف) نے کہا ہے کہ غزہ میں بچوں کے درمیان مہلک غذائی قلت تیزی سے پھیل رہی ہے اور یہ سطح اب تباہ کن حد تک جا پہنچی ہے۔ یونیسف نے 'ایکس' پر جاری بیان میں کہا کہ غزہ میں بھوک کا راج ہے، لوگ جان سے جا رہے ہیں، خوراک نہایت خطرناک حد تک کم ہو چکی ہے اور صاف پانی کی فراہمی ایمرجنسی سطح سے بھی نیچے ہے۔ ادارے کا کہنا تھا کہ امداد تک رسائی نہایت محدود ہے اور اس میں جان جانے کا خطرہ بھی ہے کیوں کہ امداد اسرائیل کے ماتحت تقسیم ہو رہی ہے جہاں اس کے فوجی امداد لینے کیلئے پہنچنے والوں کو پر کسی بھی وقت اندھادھند فائرنگ کردیتے ہیں۔ فلسطینی خبر رساں ایجنسی 'وفا' کے مطابق منگل کو طبی ذرائع نے تصدیق کی ہے

ڈونلڈ ٹرمپ نے پاک بھارت جنگ رکوانے اور 5 طیارے گرنے کا بیان دہرادیا

نئی دہلی (ایم این این): امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے پاک بھارت جنگ رکوانے اور جنگ میں 5 طیارے گرائے جانے کا بیان دہرا دیا۔ غیر ملکی خبر رساں ادارے کے مطابق ڈونلڈ ٹرمپ نے یہ بات ری پبلکن اراکین سے خطاب کرتے ہوئے کہی۔ ڈونلڈ ٹرمپ نے ایک بار پھر جنگ رکوانے کا کریڈٹ لیتے ہوئے کہا کہ وہ جنگ نہ رکواتے تو ایٹمی جنگ چھڑ سکتی تھی۔ انہوں نے کہا کہ میں نے دونوں ملکوں سے کہا کہ جنگ نہ روکی تو امریکا آپ سے تجارت نہیں کرے گا۔ واضح رہے کہ کچھ روز قبل امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے کہا تھا کہ بھارت اور پاکستان کے درمیان حالیہ جھڑپوں میں 5 لڑاکا طیارے مار گرائے گئے۔ ٹرمپ نے یہ بات وائٹ ہاؤس میں ریپبلکن قانون سازوں کے عشائیے کے دوران کہی۔ انہوں نے کہا کہ درحقیقت، طیارے مار گرائے جا رہے تھے۔ پانچ، پانچ، چار یا پانچ، لیکن میرا خیال ہے کہ پانچ طیارے واقعی گرائے گئے تاہم انہوں نے مزید کوئی تفصیل نہیں دی۔

برطانیہ سمیت 27 ممالک نے اسرائیل کی شدید مذمت کی

نئی دہلی (ایم این این): برطانیہ اور ۲۷ دیگر ممالک نے غزہ میں فوری جنگ بندی کا مطالبہ کیا ہے۔ ان ممالک کا کہنا ہے کہ غزہ کے شہریوں کی تکلیفیں ناقابل برداشت ہیں۔ ایک مشترکہ بیان میں کہا گیا ہے کہ اسرائیل کا امداد کی ترسیل کا ماڈل خطرناک ہے اور وہ اس کی مذمت کرتے ہیں۔ بی بی سی کی رپورٹ کے مطابق غزہ کی حماس کے زیر انتظام وزارت صحت نے کہا کہ ہفتے کے آخر میں کھانے کا انتظار کرتے ہوئے ۱۰۰ سے زائد فلسطینی اسرائیلی فائرنگ سے ہلاک ہوئے اور ۱۹ دیگر غذائی قلت کے سبب ہلاک ہوئے ہیں۔ تاہم اسرائیل کی وزارت خارجہ نے ان ممالک کے بیان کو مسترد کیا اور کہا کہ ان کے بیان حقیقت سے پرے ہیں اور حماس کو غلط پیغام دیتے ہیں۔ اس نے حماس پر جنگ بندی اور یرغمالوں کی رہائی کے نئے معاہدے پر اتفاق کرنے کے بجائے جھوٹ پھیلانے اور امداد کی تقسیم کو کمزور کرنے کا الزام لگایا ہے۔ حماس کے ساتھ گزشتہ ۲۱ مہینوں کی جنگ کے دوران غزہ میں اسرائیل کے ہتھکنڈوں کی مذمت کرنے والے بہت سے بین الاقوامی بیانات کے برعکس، یہ اعلان صاف گوئی کیلئے سراہا جا رہا ہے۔ اس بیان پر دستخط کرنے والے ممالک میں برطانیہ آسٹریلیا، کینیڈا، فرانس، اٹلی، جاپان، نیوزی لینڈ اور سوئزر لینڈ سمیت ۲۷ ممالک کے وزرائے خارجہ شامل ہیں۔

ٹرمپ کی الیکشن 2016ء میں روسی مداخلت کی تحقیقات پر اوباما پر تنقید

نئی دہلی (ایم این این): امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ کی جانب سے 2016ء کے انتخابات میں مبینہ روسی مداخلت کے معاملے پر تحقیقات کروانے پر سابق صدر اوباما کو تنقید کا نشانہ بنایا گیا ہے۔ امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ کی جانب سے 2016ء کے انتخابات میں مبینہ روسی مداخلت کی تحقیقات پر سابق صدر اوباما کو تنقید کا نشانہ بنایا گیا ہے۔ صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے کہا ہے کہ اس سازش میں اوباما کو رنگے ہاتھوں پکڑا گیا ہے، اوباما کا عمل غداری کے برابر ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ انتخابات میں مداخلت کے جھوٹے دعوے کرنے والے لوگوں کے خلاف سخت اقدامات ہوں گے۔

اگر غزہ کے بچے بھوکے مریں گے تو ہم بھی! عرب ممالک میں بھوک ہڑتال کا سلسلہ

نئی دہلی (ایم این این): غزہ میں اسرائیل کے ذریعے پیدا کی گئی قحط سالی کی جانب عالمی توجہ مبذول کرانے کی غرض سے عرب ممالک میں فلسطینی اور عرب کارکنان نے بھوک ہڑتال کے سلسلے کا آغاز کر دیا۔ جس کا مقصد غزہ پر اسرائیل کی جاری ناکہ بندی کے خلاف احتجاج کرنا ہے۔ اسی دوران فلسطینی صحت حکام نے خبردار کیا ہے کہ غزہ میں قحط کے سبب بچے تشویشناک حد کی شرح سے ہلاک ہو رہے ہیں۔ غزہ سول ڈیفنس کے ترجمان محمود بصل، جنہوں نے ۲۰ جولائی کو مکمل بھوک ہڑتال شروع کی، نے کہا کہ "اگر غزہ کے بچوں کے پاس کھانے کو کچھ نہیں ہے تو سب کو بھوک ہڑتال پر چلے جانا چاہیے۔" مصر کے القاہرہ نیوز چینل سے بات کرتے ہوئے انہوں نے کہا "میں اس وقت تک کھانا نہیں کھاؤں گا جب تک میری قوم کھانا نہیں کھاتی، اور امداد انسانی وقار کا احترام کرتے ہوئے مناسب طریقے سے نہیں پہنچائی جاتی۔" بصل نے غزہ کی صورتحال کو "منظم اجتماعی سزا" قرار دیتے ہوئے عرب حکومتوں، یورپی پارلیمنٹ اور مذہبی رہنماؤں سے کہا کہ وہ صرف الفاظ سے آگے بڑھ کر ٹھوس اقدامات کریں۔ انہوں نے مزید کہا: "اگر غزہ کے بچوں کے پاس خوراک نہیں ہے، تو سب کو یکجہتی میں ہڑتال کر دینی چاہیے۔" سابق تیونسی صدر منصف المرزوقی بھی اس مہم میں شامل ہو گئے ہیں، جنہوں نے پیر کو ایکس (سابقہ ٹوئٹر) پر علامتی بھوک ہڑتال میں شرکت کا اعلان کیا۔ تیونسی صحافی بسام بونی بھی اس میں شامل ہوئے جنہوں نے اعلان کیا کہ وہ بھوک ہڑتال شروع کر رہے ہیں۔ ان کا کہنا تھا کہ "یہ احتجاج اسرائیل کے بھوک کو ہتھیار کے طور پر استعمال کرنے اور انسان دوست امداد کے فوجی کاری کرنے کے خلاف ہے۔" بونی نے ہیش hungerstrikeforgaza (غزہ کیلئے بھوک ہڑتال) متعارف کروایا اور دوسروں سے بھی شرکت کی اپیل کی۔ انہوں نے کہا کہ غیر متعلقہ مواد سے پرہیز کیا جائے اور عالمی آگاہی کے لیے اپ ڈیٹس کئی زبانوں میں شیئر کی جائیں۔

اسرائیل کا 'متنازع امدادی نظام' فلسطینیوں کو انسانی وقار سے محروم کر رہا ہے: یو کے

نئی دہلی (ایم این این): برطانیہ کے خارجہ سکریٹری نے اسرائیل کے "غیر انسانی" اور "خطرناک" امدادی نظام کے خلاف اپنے ملک کی سخت مخالفت کا اعادہ کیا اور غزہ کے باشندوں کے قتل کی "شدید مذمت" کی۔ ہاؤس آف کامنز میں پیر کو اپنے خطاب کے دوران، ڈیوڈ لیمی نے نشاندہی کی کہ غزہ پٹی میں اسرائیل کی مہلک کارروائی کو دوبارہ شروع ہو کر تقریباً چار ماہ ہو چکے ہیں جس میں کم و بیش ۲۰ ہزار افراد جاں بحق ہو چکے ہیں۔ یہ کہتے ہوئے کہ اسرائیلی فورسیز نے فلسطینیوں کو غزہ کے ۶۸ فیصد سے باہر نکال دیا ہے اور تقریباً ۲۰ لاکھ افراد کو ۲۰ مربع میل کے علاقے میں محصور کر دیا ہے، انہوں نے نوٹ کیا کہ اسرائیلی حکومت جو بھی دعویٰ کرے، اتنے شہریوں کی بار بار نقل مکانی انہیں محفوظ نہیں رکھ رہی، "حقیقت میں یہ بالکل الٹ ہے۔" انہوں نے کہا کہ "اسرائیل کا نیا امدادی نظام غیر انسانی ہے، یہ خطرناک ہے، اور یہ غزہ کے لوگوں کو انسانی وقار سے محروم کرتا ہے۔ یہ مایوس شہریوں، ان میں سے بچوں کو، زندگی کی ضروریات کیلئے غیر محفوظ طریقے سے فرار پر مجبور کرتا ہے۔ یہ ایک "حیرت انگیز تماشا ہے، جس سے ایک خوفناک انسانی قیمت چکانی پڑ رہی ہے۔" انہوں نے کہا کہ مئی سے اب تک امداد کی تلاش میں تقریباً ایک ہزار شہریوں کا قتل کیا جا چکا ہے جن میں سے ۱۰۰ گزشتہ ہفتے نشانہ بنے ہیں۔ اسرائیلی طیاروں نے ہیلتھ کلینک کے کھلنے کے منتظر خواتین اور بچوں کو نشانہ بنایا ہے۔ میں اپنی بنیادی ضروریات کو پورا کرنے کی کوشش کرنے والے شہریوں کے قتل کی شدید مذمت کرتا ہوں۔ ان حملوں کا کیا ممکنہ فوجی جواز ہو سکتا ہے، جس نے مایوس اور بھوکے بچوں کو ہلاک کیا ہو؟" اس بات کا اعادہ کرتے ہوئے کہ وہ "اسرائیل کی سلامتی اور وجود کے حق کے ثابت قدم حامی ہیں"،

یورینیم افزودگی قومی عزت کا سوال ہے، دستبردار نہیں ہوں گے، ایرانی وزیر خارجہ

نئی دہلی (ایم این این): ایرانی وزیر خارجہ عباس عراقچی کا کہنا ہے کہ یورینیم افزودگی قومی عزت کا سوال ہے، ایران جوہری افزودگی پروگرام سے دستبردار نہیں ہوگا۔ امریکی میڈیا کو انٹرویو میں انھوں نے کہا امریکی حملوں سے ایران کی جوہری تنصیبات کو شدید نقصان پہنچا، بین الاقوامی پابندیوں کی دھمکیوں کے باوجود افزودگی رکوانے کے امریکی عزائم پورے ہونے کا امکان نہیں۔ انھوں نے کہا کہ جس میں سب کی جیت ہو ایسے حل پر امریکا سے بات چیت کے لیے تیار ہیں۔ ادھر امریکی صدر ٹرمپ نے ایرانی جوہری تنصیبات کو نقصان پہنچنے کے بیان پر ردعمل میں کہا کہ یقیناً ایسا ہوا، میں نے تو بتایا تھا۔

امریکہ یونیسکو سے تیسری مرتبہ علاحدہ، فلسطین کی رکنیت کا حوالہ دیا

نئی دہلی (ایم این این): امریکہ نے یونیسکو کی جانب سے فلسطین کو بطور رکن تسلیم کرنے اور ٹرمپ انتظامیہ کی "امریکہ فرسٹ" خارجہ پالیسی سے متصادم ہونے کا حوالہ دیتے ہوئے منگل ۱۳ دسمبر ۲۰۲۶ء کو یونیسکو سے اپنی تیسری دستبرداری کا اعلان کیا۔

COURT OF THE SPECIAL MOBILE MAGISTRATE PT& E AT SRINAGAR
PROCLAMATION REQUIRING OBJECTIONS FROM GENERATION PUBLIC
CNR: JKSG 02-003202-2024
FILE NO. 1734/2024

DATE OF FILLING 13-07-2024
SHABIR AHMAD TELLI S/O GHULAM RASOOL TELLI R/O PATHAN MOHALLA NASEEM BAGH HAZRATBAL SRINAGAR
VERSUS PLAINTIFF
UT OF J&K ORS
DEFENDANTS

WHEREAS A SUIT FOR DECLARATION AND MANDATORY INJUNCTION HAS BIEN MADE BEFORE THIS COURT BY THE PLAINTIFF CLAIMING THEREIN THAT THE BROTHER OF THE PLAINTIFF NAMELY NAZIR AHMAD TELLI, NOW DECEASED, SOLD HIS VEHICLE MINI BUS (TATA MODAL, 407) HAVING CHASIS NO. 357251CSZ807503 AND ENGINE NO. 497SPTC36CSZ827620 BEARING REGISTRATION NO. JK01K 8492 TO THE PAINTIFF IN THE YEAR 2019. HOWEVER DUE TO PREVAILING CIRCUMSTANCE IN THE VALLEY HE COULD NOT TRANSFER THE SAID VEHICLE UNTO HIS NAME, WHILE THE REGISTRATION OWNER OF THE VEHICLE DIED SKIMS SOURA. IT IS THEN STATED THAT THE DEFENDANTS 3 TO 6 ARE THE ONLY LEGAL HEIRS OF THE SAID NAZIR AHMAD AHMAD TELLI. THE PAINTIFF IS SEEKING DECREE OF DECLARATION IN HIS FAVOUR, DECLARING HIM AS THE OWNER OF THE VEHICLE IN QUESTION.
DEFENDANTS HAVE ADMITTED THE SUIT OF THE PLAINTIFF AND HAVE STATED THAT THEY HAVE NO OBJECTION IN CASE THE ABOVE MENTIONED VEHICLE IS TRANSFERRED IN THE NAME OF PLAINTIFF.
PROCLAMATION IS HEREBY MADE THAT THE ANY PERSON HAVING ANY PERSON HAVING OBJECTION S TO THE ABOVE TITED SUIT MAY APPEAR BEFORE THIS COURT OR BEFORE ME TO FILE OBJECTIONS WITHIN 15 DAYS OF THIS PUBLICATION

SDI- MASSARAT JABEEN [SUB JUDGE]
SPL.MOBILE MAGISTRATE PT&E AT SRINAGAR

اتر ریلوے

ای۔ پروکیورمنٹ سسٹم کے ذریعہ سے ٹینڈر نمبر 62255130 کے آئیٹم تفصیلات، ڈرائنگ اور کھولنے کی تاریخ میں تبدیلی کیلئے تصحیح نامہ

اس دفتر کے ٹینڈر نوٹس نمبر 26-02/2025 مورخہ 10-06-2025 کے تحت ترمیم شدہ گارڈ چیئر (نئے ڈیزائن) کی خرید کیلئے ٹینڈرز طلب کئے گئے تھے۔ اس ٹینڈر نوٹس میں کچھ ترمیم شائع کی جاری ہے جن کا ذکر نیچے کیا گیا ہے۔

عنوان	موجودہ	نیا
آئیٹم کی تفصیلات	Modified Guard Chair (New Design) for BVCM Wagon. Drg. No. WD-15009-S-13 Item-25, Alt.-3 or latest & WD-24025-S-01 tSheet-1 & Sheet-2 Alt-Nil or lates	Modified Guard Chair(New Design) for BVCM Wagon. Drg. No. WD-15009-S-13 Item-25, Alt.-4 & WD-24025-S-01 Alt-1.Sheet-1 & Sheet-2
ڈرائنگ	WD-15009-S-13, Alt-03	WD-15009-S-13, Alt-04
	WD-24025-S-01.SHT-1 Alt-Nil	WD-24025-S-01.SHT-1 Alt-1
	WD-24025-S-01.SHT-2 Alt-Nil	WD-24025-S-01 ,SHT-2 Alt-Nil
کھولنے کی تاریخ	07-07-2025	05-08-2025

نوٹ: ٹینڈر دستاویز میں مذکورہ تبدیلی تصحیح کی ذریعہ سے IREPS کی ویب سائٹ www.ireps.gov.in پر دستیاب اور اپ لوڈ کئے گئے ہیں۔ ای۔ٹینڈر میں حصہ لینے کی خواہشمند فرموں کو صلاح دی جاتی ہے کہ وہ مذکورہ ویب سائٹ پر الیکٹرونک شکل سے رجسٹریشن کرائیں جس کیلئے انہیں بھارت سرکار کے ذریعہ آئی ٹی ایکٹ 2000 کے تحت آتھورائزڈ ایجنسیوں کے ذریعہ تصدیق شدہ تھرڈ کلاس کا ڈیجیٹل سرٹیفکیٹ حاصل کرنا ہوگا۔ ای۔ٹینڈروں کیلئے مینوئل آفر منظور نہیں کئے جائیں گے۔ ٹینڈر نوٹس نمبر 26-02/A/2025 مورخہ 23-07-2025 2230/2025

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

اتر ریلوے

ای۔ ٹینڈر نوٹس

Sr.DEN-IV/JATz بھارت کے راشٹرپتی کیلئے اور ان کی جانب سے کام کرتے ہوئے نیچے دی گئی ٹینڈروں کیلئے کھلی ٹینڈرز (ای۔ ٹینڈرز) طلب کرتے ہیں۔ اور اختتام کی تاریخ کے ساتھ www.ireps.gov.in پر دستیاب ہے۔ 11-08-2026 اور 14-08-2025 تک 15.00 گھنٹے۔ بولی دہندگان اپنی اصل/ترمیم شدہ بولیاں اختتام کی تاریخ اور وقت تک ہی جمع کر سکیں گے۔ اس ٹینڈر کے خلاف مینوئل آفر کی اجازت نہیں ہے اور موصول ایسے کسی بھی مینوئل آفر کو نظرانداز کر دیا جائے گا۔ ٹھیکیداروں کو اس ٹینڈر کیلئے ٹینڈر دستاویز کی لاگت اور بیعانہ کی رقم کا بھگتان صرف www.ireps.gov.in پر دستیاب بھگتان موڈ کے ذریعہ سے کرنے کی اجازت نہیں ہے۔ نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ اور کریڈٹ کارڈ وغیرہ جیسے پورٹل، ڈیمانڈ ڈرافٹ بنکر چیک، جمع رسیدیں، ایف ڈی آر وغیرہ کے ذریعے سے مینوئل بھگتان کی اجازت نہیں ہے۔ مزید معلومات کیلئے لاگ آن کریں www.ireps.gov.in

ٹینڈر ڈراپ	کھلا	ٹینڈر ریٹنگ	کام	ٹینڈر سسٹم	سنگل بولی سسٹم
ٹینڈر ڈراپ لوڈ کرنے کی تاریخ	16-07-2025 & 22-07-2025	ٹینڈر شروع ہونے کی تاریخ	28-07-2025 & 31-07-2025	ٹینڈر بند کرنے کی تاریخ و وقت	11-08-2025 & 14-08-2025

نمبر شمار	ٹینڈر نمبر	ٹینڈر کی تفصیلات
1	13-2025-26 MCTM-DRM-JAT	جنرل مرمت اور رکھ رکھاؤ کے کام جس میں سروس بلڈنگ رہائشی کوارٹر، ریسٹ ہاؤس بیرک، سٹیشن بلڈنگ، واٹر ریچ ورکس اور دیگر متفرق اور معاون کام شامل ہیں جو کہ ADEN-MCTM کے دائرہ اختیار علاقہ میں واقع JAT-UHP سیکشن کے کلومیٹر 1.00 سے 54.00 تک کے ایریا میں کئے جائیں گے۔

مشتہر قیمت	بیعانہ کی رقم	آفر کی ویلڈٹی	مدت تکمیل کام
73,99,603.70	1,50,000/-	60 دن	12 مہینے

نمبر شمار	ٹینڈر نمبر	ٹینڈر کی تفصیلات
2	14-2025-26 MCTM-DRM-JAT	جنرل مرمت اور رکھ رکھاؤ کے کام جس میں سروس بلڈنگ رہائشی کوارٹر، ریسٹ ہاؤس بیرک، سٹیشن بلڈنگ، واٹر ریچ ورکس اور دیگر متفرق اور معاون کام شامل ہیں جو کہ ADEN-MCTM کے دائرہ اختیار علاقہ میں واقع UHP-SVDK سیکشن کے کلومیٹر 54.00 سے 79.724 تک کے ایریا میں ADEN/UHP کے تحت SSE/W/SVDK سیکشن میں کئے جائیں گے۔

مشتہر قیمت	بیعانہ کی رقم	آفر کی ویلڈٹی	مدت تکمیل کام
74,99,624.82	1,50,000/-	60 دن	12 مہینے

ای نوعیت کا کام: "ٹریک ورک کے علاوہ کوئی بھی سول ورک۔"

نوٹ: 1. بولی لگانے سے پہلے بولی لگانے والوں کی جانچ کرنی ہوگی۔ ٹینڈر کے خلاف جاری کسی بھی وقت تصحیح نامہ کیلئے 2۔ اگر ہندی اور انگریزی ایڈیشن کے بیچ مطلب میں کوئی خامی ہے تو انگریزی ایڈیشن کو صحیح اور قطعی مانا جائے گا۔

ٹینڈر نمبر 13، 14-2025-26-MCTM-DRM-JAT مورخہ 22-07-2025 2225/2025

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

از دفتر نائب تحصیلدار جڈی بل

عنوان: درخواست از جانب پیرزادہ نورالاشفاق ولد پیر غلام محمد ساکنہ چائے دب صفاکدل سرینگر نسبت اجرائی لیگل ہیر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اس کا والد متوفی پیر غلام محمد ولد پیر علی شاہ جو کہ مورخہ 08/06/2025 کو فوت ہوا ہے۔ اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے مطابق رپورٹ پٹواری متوفی کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	رشتہ	پیشہ	آمدنی
مسماۃ حفیظہ	۷۵	زوجہ	ریٹائرڈ ملازم	LPC
نورالمشتاق	۵۳	پسر	تجارت	
پیرزادہ نورالطیف	۵۱	پسر	سرکاری ملازم	LPC
پیرزادہ نورالاشفاق	۴۸	---	..	...
ہمیرہ حفیظہ	۵۵	دختر	..	...

قبل اسکے کہ درخواست سائل پر مزید کارروائی عمل میں لائی جائے ہر خاص و عام کو مطلع کیا جاتا ہے کہ اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ہذا 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 جڈی بل

گیتا گوپی ناتھ کی اگست میں آئی ایم ایف چھوڑ کر ہارورڈ میں بطور پروفیسر واپسی

نئی دہلی (ایم این این): بین الاقوامی مالیاتی فنڈ (آئی ایم ایف) کی دوسری سب سے بڑی عہدیدار گیتا گوپی ناتھ اگست ۲۰۲۵ء کے اختتام پر اپنے عہدے سے سبکدوش ہو جائیں گی۔ آئی ایم ایف نے پیر کو جاری کئے گئے ایک بیان میں اس بات کی تصدیق کی۔ گوپی ناتھ ہارورڈ یونیورسٹی میں معاشیات کی پروفیسر کے طور پر واپس لوٹیں گی۔ آئی ایم ایف کی مینیجنگ ڈائریکٹر کرسٹالینا جیورجیوا نے کہا کہ گوپی ناتھ کی جگہ لینے والے شخص کا اعلان بروقت کیا جائے گا۔ واضح رہے کہ گوپی ناتھ جو ۲۰۱۹ء میں آئی ایم ایف میں پہلی خاتون چیف اکانومسٹ کے طور پر شامل ہوئی تھیں، ۲۰۲۲ء میں پہلی نائب مینیجنگ ڈائریکٹر کے عہدے پر ترقی پا گئی تھیں۔ جیورجیوا نے کہا کہ گوپی ناتھ نے غیر یقینی اور تیزی سے بدلتی عالمی معیشت کے مشکل دور میں واضح سوچ کے ساتھ فنڈ کے تجزیاتی اور پالیسی کاموں کی رہنمائی کی، اور اعلیٰ ترین معیارات کے سخت تجزیے کے لیے کوشاں رہیں۔ آئی ایم ایف کے ذرائع کے مطابق گوپی ناتھ کا فیصلہ بہت سے لوگوں کے لیے حیرت انگیز تھا اور یہ ان کا ذاتی اقدام لگتا ہے۔ امریکی خزانہ، جو عام طور پر پہلی نائب مینیجنگ ڈائریکٹر کے عہدے کے لیے امیدواروں کی سفارش کرتا ہے (کیونکہ امریکہ آئی ایم ایف کا سب سے بڑا حصہ دار ہے)، کی طرف سے فوری طور پر کوئی ردعمل سامنے نہیں آیا۔ گوپی ناتھ نے آئی ایم ایف میں اپنے دورانیے میں عالمی چیلنجز، بشمول کرونا وبا اور روس کی یوکرین پر حملے سے پیدا ہونے والے معاشی اثرات سے نمٹنے میں ادارے کی رہنمائی میں کلیدی کردار ادا کیا۔ وہ مالیاتی و مالیاتی پالیسی، قرضہ اور بین الاقوامی تجارت جیسے شعبوں میں اپنی مضبوط علمی بنیاد اور تجزیاتی کام کے لیے جانی جاتی تھیں۔ جیورجیوا نے گوپی ناتھ کو "ایک شاندار فکری لیڈر" قرار دیتے ہوئے کہا کہ انہوں نے عالمی غیر یقینی کے دور میں گہرے تجزیے سے کام لیا۔ ہندوستان میں پیدا ہونے والی امریکی شہری گوپی ناتھ نے پہلے ہارورڈ سے رخصت لے کر آئی ایم ایف میں شمولیت اختیار کی تھی۔ انہوں نے اپنے بیان میں اس موقع کو "زندگی بھر کا ایک موقع" قرار دیتے ہوئے شکریہ ادا کیا اور کہا کہ اب وہ بین الاقوامی مالیات اور کلیدی معاشیات (مائکرو اکنامکس) میں تحقیق کو آگے بڑھانے اور نئے معیشت دانوں کی رہنمائی کی منتظر ہیں۔ انہوں نے کہا "میں اب اپنی علمی جڑوں کی طرف لوٹ رہی ہوں،

دیر آید درست آید

تحریر
فائزہ مشتاق

جمیلہ بیگم اپنے کھلے ہاتھ کی وجہ سے بہت مشہور تھیں، کوئی مانگنے والا ہو یا کوئی پریشان حال، اُس کی مدد کیے بغیر انہیں سکون نہیں ملتا' بچوں سے بھی ان کی جیب خرچی میں سے کچھ حصہ مانگنے والوں کے لیے ضرور رکھواتیں، یہی وجہ تھی کہ مانگنے والیاں ان کے در پر حاضری لازمی دیتیں اور ان کا دروازہ ہر غریب کے لیے کھلا رہتا۔

ایک ہی گھر کے دو حصے ہوئے تھے۔ ساتھ والا گھر ان کی دیورانی کا تھا۔ دیوار سے دیوار ملی ہوئی تھی، جہاں سیما اپنے دو بچوں ماریہ اور وجاہت کے ساتھ رہتی تھی' شوہر کا عرصہ ہوا معمولی سی بیماری کے بعد انتقال ہوگیا تھا۔ سسر بھی جب تک زندہ رہے خاموشی سے کفالت کرتے رہے پھر آخری وقت میں اس گھر کے دو حصے کر کے اپنے مرحوم بیٹے کی بیوی بچوں کا رہنے کا سامان کر گئے۔

جمیلہ بیگم کے شوہر یعنی سیما کے جیٹھ بھی اپنی بیگم ہی کی طرح کافی ہمدرد انسان تھے مگر اپنے بزنس کو زیادہ سے زیادہ کامیابیوں سے ہمکنار کرنے میں مصروف رہتے تھے۔ غرض یہ کہ گھر کا سارا کرتا دھرتا اور کل مختار جمیلہ بیگم ہی تھیں۔

آج بھی کونے کے گھر میں رہنے والی رشیدہ غربت کے ہاتھوں مجبور ہو کر جمیلہ بیگم کے پاس بڑی آس لگائے بیٹھی تھی اور آس کیوں نہ لگاتی جمیلہ بیگم نے کبھی خالی ہاتھ جو نہ جانے دیا تھا۔

''جمیلہ! اللہ پاک تجھے خوش رکھے، جس طرح تو میری مدد کرتی ہے میرا دل تجھے دعائیں دیتے نہیں تھکتا۔ میں جب بھی تیرے پاس آئی ہوں خالی ہاتھ نہیں گئی۔''

رشیدہ بیگم کی باتوں سے جمیلہ بیگم کے اندر سکون سا اتر جاتا۔ وہ دوسروں کی مدد کرنے سے خوش ہوتی تھیں مگر ایک بے کلی سی تھی جو کبھی کبھی انھیں آن گھیرتی تھی۔

''نیلم باجی، نیلم باجی کیا پکایا ہے بڑی مزے کی خوشبو آرہی ہے آپ کے یہاں سے؟'' ماریہ نے نیلگوں آسمان کے نیچے اپنی کتابوں میں ڈوبی نیلم کو دیکھتے ہی چھت سے اچکتے ہوئے کہا۔

''ارے! تم یہاں کیا کر رہی ہو؟'' نیلم کی ماریہ پر نظر پڑتے ہی نیلم جلدی سے اس کے پاس پہنچ گئی۔

''قسم سے نیلم باجی گھر کی بنی دال کھانے کا بالکل دل نہیں ہے اور تمہارے یہاں سے آنے والی خوشبو نے پھر دال کو ہاتھ بھی لگانے نہیں دیا، کیا پکایا ہے تم لوگوں نے کوفتے؟''

ماریہ نے نادیدوں کی طرح سوال کر کے خود ہی جواب دے ڈالا تو نیلم کی ہنسی ہی نہ رکی۔

''رکو تم، میں ابھی تمہارے لیے لے کر آتی ہوں'' نیلم کے کہنے پر ماریہ کی آنکھیں چمک اٹھیں۔

''اچھا نیلم باجی! میری امی کو پتا نہ چلے اور نہ ہی بڑی امی کو۔'' ماریہ نے نیلم کو پیچھے سے آواز لگائی جو کہ جلدی جلدی زینہ اتر رہی تھی۔

مسلسل مشین پر کپڑے سینے سے سیما کی کمر کافی درد تھا' رات دیر تک جاگنے سے اس کو کچھ بخار بھی تھا، ماریہ سے جہاں تک ہوتا باورچی خانے کے کاموں میں سیما کی مدد کر دیتی اور تھوڑی سی بھی فراغت پاتے ہی اپنے بستر پر دراز ہو کر اپنے من پسند خوابوں میں کھو جاتی، جہاں صرف اس کی حکومت ہوتی' ہر خوشی اس کے قدموں میں بچھی ہوتی' کبھی چوری چوری سپنوں میں اپنی بڑی امی کے گھر بھی ہو آتی جہاں دنیا جہاں کے ہر چیز میسر تھی اور وہاں کی شہزادی بننے کا خواب آنکھوں میں بند کیے رہتی۔ چاہتی تو سیما بھی یہی تھی مگر کبھی بھی بڑی بھابھی کے آگے ہاتھ پھیلانا اچھا نہ لگا۔ گو کہ وہ ہر ایک کی مدد فراخدلی سے کرتیں مگر کچھ سیما جیسے سفید پوش بھی ہوتے ہیں، جن کا بھرم ان کی ضروریات سے بڑا ہوتا ہے، گھر بالکل برابر ہونے سے خصوصاً کھانوں کی مہک سیما کے گھر پہنچتی تو بھوکے پیٹ صبر کرنا ناقابل برداشت ہوجاتا، مگر سیما سختی سے اپنے بچوں کو دال روٹی کھانے پر ہی زور دیتی۔ ماریہ بھی چپ چاپ نیلم سے فرمائش کر کے کچھ کھا لیتی جس کی سیما کو کانوں کان خبر بھی نہ ہوتی۔

غرض یہ کہ دنیا جہاں کا درد اپنے حساس دل میں سمونے والی جمیلہ بیگم اپنے پڑوس میں رہنے والے اپنے دیورانی کے دکھ سے واقف نہ تھی، تو زیادہ واقفیت رکھنے کی روادار بھی نہ تھیں۔ ان کے نزدیک دروازہ بجا کر مانگنے والا یا سوال کرنے والا ہی مدد کا حق دار ہے لیکن جو سفید پوش اپنی خودداری کا بھرم رکھے بھوکے پیٹ سوتے ہیں، ان کا ان سے کوئی سوال نہیں ہوگا۔

''ارے ارے نیلم! یہ کوفتے تو میں نے مہمانوں کے لیے بنائے ہیں، تم کس کے لیے پیک کر رہی ہو؟'' جمیلہ بیگم نے نیلم کو کوفتے پیک کرتے دیکھ سوال کیا تو نیلم کے جلدی جلدی چلتے ہاتھ اچانک رک گئے۔

''وہ مما! میں نے سوچا کہ ہم چچی جان کی دعوت تو کبھی کرتے ہی نہیں کیوں نہ آج دعوت کا کھانا ان کے گھر بھی دے آئیں، دیوار سے دیوار ملی ہے اور ہمارے کھانے کی خوشبو وہاں بھی جاتی ہوں گی۔'' نیلم نے پیار بھرے انداز میں کہا تو کچھ پل کے لیے جمیلہ بیگم ساکت رہ گئیں۔

''ارے بیٹا! ان سے زیادہ ضرورت مند لوگ ہیں اور ہم تو آئے روز کسی نہ کسی کی مدد کرتے ہی رہتے ہیں' کتنے ہی لوگ ایسے ہیں جن کے گھر چولہا نہیں جلتا، میں تو چاہتی ہوں کہ سب کی مدد کروں۔''

''لیکن مما! ہمیں مدد کی شروعات بھی اپنے قریبی رشتہ دار سے ہی کرنی چاہیے کیوں کہ ہماری مدد کے سب سے زیادہ مستحق قریبی رشتہ دار ہیں۔''

نیلم نے جواز پیش کیا تو جمیلہ بیگم کچھ بول ہی نہ پائیں اتنا تو وہ بھی جانتی تھیں لیکن کبھی اس طرح نہیں سوچا تھا۔

اللہ سے ناتا جوڑنے والے

تحریر
-افروز عنایت-

ہمارے آس پاس بہت سے لوگ اپنے اندر ایک کہانی رکھتے ہیں' ان بندوں پر بیتے لمحات صرف ان کے قریبی لوگ ہی جانتے ہیں۔ یہ لوگ اپنے اندر غم وخوشی کی داستانیں چھپائے بظاہر عام لوگوں کی طرح نظر آتے ہیں حالانکہ ان میں سے بہت سے بڑی بڑی آزمائشوں میں سے گزر کر ''کندن'' بن چکے ہوتے ہیں' صبر وتحمل اور شکر کے ساتھ اپنا ناتا اپنے رب سے مضبوطی سے جوڑے رکھتے ہیں۔ ایسے ہی اللہ کے ساتھ جڑے ہوئے لوگوں میں ''آفتاب قریشی'' بھی ہیں۔

آفتاب قریشی کی بیٹی میری پیاری چچازاد بہن ایک دن مجھ سے کہنے لگی ''باجی! آپ تو آس پاس لوگوں پر بیتے لمحوں کو اپنی تحریر میں جگہ دیتی ہیں' آپ نے کبھی میرے والد کے بارے میں کچھ تحریر نہیں کیا۔''

چنانچہ اس تحریر میں' میں اپنے پیارے چچا آفتاب قریشی کی زندگی کے چند صفحے آپ سے شیئر کروں گی۔

...☆...

یاور: مصطفیٰ سے (جو اس کا بہترین دوست تھا) ''یار کب تک اس طرح تنہا زندگی گزارو گے۔ بھابھی کے انتقال کو لمبا عرصہ گزر چکا ہے اور ماشاء اللہ تمہارا بیٹا حبیب بھی جوان ہو چکا ہے۔''

مصطفیٰ: ''نہیں میرے دوست وقت گزر رہا ہے اور گزر ہی جائے گا' اب تو بیٹا میٹرک کر لے تو پھر اس کے بارے میں سوچوں گا' میں تو ویسے ہی بڑھاپے میں قدم رکھنے والا ہوں۔'' (ایک قہقہہ لگایا)

یاور: (بڑے غور سے مصطفیٰ کی طرف دیکھتے ہوئے) ''یار! ایک بات کہوں؟ تم ایک بڑے مشترکہ خاندان کے کفیل ہو' تمہارے چچا' اس کے بیوی' بچے' تمہارے بھائی' اس کے بیوی بچے' سب تمہاری ذمہ داری ہیں۔''

مصطفیٰ: ''تو...؟''

یاور: ''میرا مطلب ہے تمہارے چچا کی دونوں بیٹیاں بھی اب جوان ہو رہی ہیں' ویسے ہی ان کی تمام ذمہ داری تمہارے اوپر ہے' گھر کی بات گھر میں رہے گی' میرا مطلب تم سمجھ رہے ہو...؟ بڑی سے تم شادی کر لو اور چھوٹی... تم کہو تو تمہارے چچا سے میں بات کروں؟''

مصطفیٰ: ''میں نے کبھی اس طرف سوچا ہی نہیں اور وہ لڑکی تو مجھ سے کافی چھوٹی ہوگی میں اس کا کفیل ہوں لیکن کبھی میں نے یہ سوچا بھی نہیں۔'' (مصطفیٰ نہایت شریف اور خواتین سے دور رہنے والا شخص تھا۔)

یاور نے مصطفیٰ کو کسی نہ کسی طرح راضی کر لیا اس طرح تمام کنبے کی رضا مندی سے حاکم زادی کی شادی مصطفیٰ سے ہوگئی۔ حاکم زادی نہایت شریف ونفیس اور خوب صورت دوشیزہ تھی۔ مصطفیٰ نے گرچہ ایک چھت تلے اکٹھے رہنے کے باوجود حاکم زادی پر ایک نظر نہیں ڈالی تھی لیکن شادی کے بعد وہ اپنے آپ کو خوش نصیب سمجھنے لگا کہ اللہ نے اسے ایک نیک اور خوب سیرت زوج عطا کی ہے۔ حاکم زادی بیماری کے بعد سات آٹھ ماہ کے بچے کو اس دنیا میں چھوڑ کر اپنے مالک حقیقی سے جا ملی۔ یہ ایک بڑا سانحہ تھا اس گھرانے کے لیے' جس سے پورا کنبہ متاثر ہوا لیکن اللہ کی رضا کے آگے سب بے بس تھے' بچے کی دیکھ بھال کے لیے تو پورا ننھیال اس گھر میں موجود تھا لیکن حاکم زادی کی موت نے حاجی صاحب پر بڑا اثر کیا' پہلی بیوی بھی چند سال کی رفاقت کے بعد انہیں جدائی کا داغ دے گئی تھی' وہ بھی نہایت ذہین' خوب صورت و خوب سیرت' پڑھی لکھی' تعلیم وتدریس وابستہ خاتون تھی لیکن دوسری بیوی بھی اس کے لیے اللہ کی نعمت تھی لیکن اللہ کی مصلحت اللہ ہی جانے۔

اس ساری صورت حال کی وجہ سے اس کنبے نے حبیب کی شادی حاکم زادی کی چھوٹی بہن کنیز سے کر دی۔ حبیب کو میٹرک کے بعد تعلیم کو خیر باد کرنا پڑا کیوں کہ باپ کا کاروبار اب حبیب کو سنبھالنا تھا جو کہ ان دو بیویوں کے انتقال کے بعد کافی افسردہ ہو گئے تھے' اپنا زیادہ وقت سیر وسیاحت اور عبادت میں گزارنے لگے۔ اس شادی سے مصطفیٰ کے چھوٹے بیٹے کو گویا خالہ کی صورت میں ماں اور بھائی کی سرپرستی ومحبت بھی مل گئی۔ حبیب اور کنیز نے اپنے بیٹے کی پیدائش کے بعد بھی آفتاب کو اسی پیار ومحبت سے نوازا اور توجہ دی۔ آفتاب بھی اپنے باپ سے زیادہ ماں اور بھابھی (خالہ) سے زیادہ مانوس تھا جس کی وجہ سے آنے والے وقت میں اس نے اپنی بھابھی کے ساتھ اس کے دوسرے بچوں کی پرورش ودیکھ بھال میں بڑا ساتھ دیا کیوں کہ حبیب کا زیادہ وقت باپ کے ''گرے ہوئے کاروبار'' کو منظم ومستحکم کرنے میں لگ رہا تھا حبیب اور آفتاب دونوں کی ماؤں کی یہ نیکی تھی کہ دونوں بھائی نیک صالح تھے گھر میں محبت واتفاق تھا' کاروبار نے ترقی کی تو حبیب نے اپنے والد کی رضا سے چچا اور سسرال والوں کو الگ الگ مکان خرید کر دیے۔ آفتاب اپنی تعلیم سے فارغ ہو چکا تھا گھر کے تمام بچے جو اس کے بھتیجے بھتیجیاں تھیں انہیں یہی معلوم تھا کہ یہ ہمارے بڑے بھائی ہیں' سب امی سے اسی طرح محبت واحترام کا رویہ رکھتے جو اپنے بڑے بھائی سے رکھتے تھے اسی لیے گھر کے سارے بچے اسے چاچا نہیں بلکہ ''ادا'' کہتے۔

حاجی مصطفیٰ نے بیٹے کو تعلیم سے فارغ پا کر اس کی شادی اپنی بھانجی سے کر دی سمجھو کہ اسے بھی آفتاب کی وجہ سے اس گھر کی بڑی بھابھی کا درجہ حاصل ہو گیا۔ حسینہ کو سب ہی بچے بھابھی ہی کہتے ہیں شادی کے وقت گھر کے چھوٹے بچوں کو پہلی مرتبہ معلوم ہوا کہ آفتاب ان کے بھائی نہیں بلکہ چچا ہیں۔ شادی کے ایک سال کے بعد آفتاب کی بیوی کے یہاں پہلے بچے کی ولادت ہوئی تو سارا آشیانہ مہک اٹھا یہ ننھا بچہ سب کی آنکھوں کا تارا تھا لیکن اللہ کی مرضی کہ اللہ نے دو سال کے بعد اس تحفے کو اپنے پاس بلا لیا۔ یہ وقت پورے کنبے کو افسردہ کر گیا لیکن آفتاب اور اس کی بیوی نے نہایت تحمل وصبر سے اس دکھ کو سہا۔ اللہ نے کچھ عرصے بعد دوبارہ اولاد سے نوازا تو دکھ میں کمی آگئی۔ بڑے بیٹے کے بعد تین بیٹیاں اور پھر بیٹا ماشاء اللہ۔

پورا گھرانہ الحمدللہ مل جل کر محبت سے زندگی گزار رہے تھے۔ حبیب کے بچے بھی جوان ہو گئے ان کی شادیوں کا وقت بھی قریب آگیا۔

آفتاب قریشی کی اپنے کنبے کے ہر فرد سے بے لوث محبت تھی لیکن فیملی ممبر بڑھتے گئے۔ حبیب کے بڑے بیٹے کی شادی ہو گئی تو یہ 5 کمروں کا اپارٹمنٹ گھر کے مکینوں کے لیے چھوٹا پڑ گیا آفتاب کی ملازمت بہت اچھی تھی اس لیے بھائی' بھابھی اور والد کی اجازت سے اس نے نزدیکی علاقے میں نیا اپارٹمنٹ خرید لیا جہاں وہ اپنے بچوں کے ساتھ شفٹ ہو گیا لیکن اس دوری اور فاصلوں نے ان کی آپس کی محبت کم نہیں کی بلکہ بڑھا دی۔

یہ دنیا ویسے ہی عارضی ٹھکانہ ہے' ہر انسان کو اپنی ابدی گھر کی طرف لوٹنا ہے مصطفیٰ اور پھر حبیب کی بیوی کا بھی رضائے الٰہی سے انتقال ہو گیا۔ لیکن آفتاب کے لیے اس کے جواں سال بیٹے آفاق کی ناگہانی موت ایک بڑا سانحہ تھا۔ تھیلیسیما کا شکار آفاق بظاہر ٹھیک ٹھاک تھا اپنی پڑھائی میں مشغول معمول کے مطابق زندگی گزار رہا تھا لیکن میرے رب کی مصلحت وہی جانے۔ اس غم نے آفتاب اور حسینہ کو وقت سے پہلے بوڑھا کر دیا لیکن دونوں صبر وتحمل کے پیکر تھے' تینوں بچیوں کی اچھی جگہوں پر شادی ہو گئی تو کچھ غم ٹھنڈے پڑ گئے لیکن نہیں ابھی اور امتحان بھی باقی تھے' چھوٹا بیٹا جو جوانی کی دہلیز پار کر رہا تھا' تھیلیسیما کا شکار ہو گیا۔ ابھی بڑے بیٹے کی موت نہیں بھلا پائے تھے کہ ایک نئی آزمائش نے دستک دی۔ آفتاب تو مرد تھا لیکن حسینہ ہمت ہار بیٹھی' تیسرے جواں سال بیٹے کی موت برداشت کرنے سے پہلے ہی اپنے آخری سفر پر روانہ ہو گئی۔

ادب اور ہمارا معاشرہ

تحریر
فائزہ مشتاق

ادب تہذیب وثقافت کی سمت کی نشان دہی کرتے ہیں، معروف خواتین قلمکاروں کے تاثرات

کہا جاتا ہے کہ کسی بھی معاشرے کو جاننا ہو تو اُس کے ادب کو پڑھ کر دیکھو۔ ادب کسی بھی قوم کی تہذیب، ثقافت، سوچ اور رویوں کا بہترین آئینہ دار ہے۔ خیالات اور افکار کو نئی راہیں، نئی سمتیں، نئی جہتیں فراہم کرنے والے قلم کار ہوتے ہیں۔ معاشرے کے فکری انتشار اور بگاڑ کو ادیب اپنی کاوش کے ذریعے سمیٹ کر نایاب موتی میں پرو دیتا ہے۔ ادیب ہو یا شاعر اس کا ہاتھ معاشرے کی نبض پر ہوتا ہے، جو معاشرے کے بگاڑ کو روکنے کے لیے اپنے خیالات، تجربات اور تخیلات کے ذریعے سد باب کرتا ہے۔ کیا موجودہ ادب معاشرے میں کلیدی کردار ادا کر رہا ہے؟ اس سلسلے میں ہم نے ایک سروے کیا جو قارئین کے لیے پیش خدمت ہے۔

1) کیا موجودہ ادب معاشرے کی صحیح ترجمانی کر رہا ہے؟
2) کمرشلزم تحریروں پر کس طرح اثر انداز ہوا؟
3) آج کا ادیب اپنی ذمہ داریاں بہتر طور پر پوری کر رہا ہے؟
4) کیا آپ سمجھتی ہیں کہ موجودہ شاعری انقلابی ہے؟
5) آپ کے خیال میں موجودہ قلم کار نسل نو کو اپنی تہذیب سے جوڑنے میں کامیاب رہا؟

...☆...

ڈاکٹر میمونہ حمزہ (مصنفہ ومترجم)

1) میں سمجھتی ہوں کہ ادب کسی بھی معاشرے کی تصویر ہوتا ہے۔ ادیب اپنے حساس قلم سے قارئین کے سامنے وہ موضوعات اور زندگی کے پہلو پیش کرتا ہے جو اس پر لاشعوری طور پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

ہمارا معاشرہ تیزی سے مادیت پرستی کا شکار ہو رہا ہے اور یہی رنگ مختلف ادیبوں میں بھی دکھائی دیتا ہے۔ دیرپا اثرات کے حامل ادب کے بجائے وقتی موضوعات کا چناؤ اس تیزی سے ہو رہا ہے کہ بعض اوقات تحریر رپورتاژ کا تاثر پیش کرتی ہے۔

2) معاشرے میں ادیبوں کی معاشی حالت اکثر وبیشتر دگرگوں رہی ہے۔ ان کے چولھے ٹھنڈے بھی رہے تو انہوں نے ادب کو ٹھنڈا نہیں ہونے دیا لیکن آج جس کے ہاتھ میں قلم ہے اس کے سامنے خود کو منوانے کے نت نئے انداز بھی ہیں۔

ایک جانب وہ ادبا ہیں جو ایک نظریے اور فکر کی ترویج کے لیے لکھتے ہیں اور دوسری جانب ایسے ادیبوں کی بھی کمی نہیں جو قلم کو روزی اور مال بنانے کا ذریعہ بناتے ہیں۔

آج ادیب کے ہاتھ میں ایسے ذرائع بھی ہیں جہاں اس کی تحریروں کی لائیکس اور شیئرز کی بنیاد پر اس کے ادب کا قد مقرر کیا جاتا ہے۔ لیکن ایسا حقیقت میں نہیں ہوتا۔ بعض ادبا اور خاص طور پر خواتین ادیب قارئین کو نہ صرف جذباتی طور پر اپنے ساتھ اس طرح باندھ لیتی ہیں کہ قارئین ان کی تحریر ہی نہیں بلکہ سوچ اور نظریہ کو اپنا تا ہے ایسے میں ادیب کی ذمے داری بڑھ جاتی ہے۔

3) ہر دور میں حق کے گو موجود ہوتے ہیں اور یہی حال ادیب برادری کا ہے۔ بچوں کا ادب ہو یا خواتین کا، یا مقبول ادب جو ہر طبقے کا نمائندہ ہو۔ اس میں آج کا ادیب کافی پیچھے دکھائی دیتا ہے۔ میرا خیال ہے کہ موجودہ حالات میں قارئین کو خودی کا سبق پڑھانے' ملکی سالمیت اور اتحاد واتفاق سکھانے والے قلیل التعداد ہیں جبکہ اپنا حق اور حق سے بھی بڑھ کر چھین لینے والے غالب ہیں۔ ادیب معاشرے کا بہترین رہنما ہوتا ہے، اندھیرے میں روشنی کا دیا تھام کر تاریک ٹوئیاں مارنے سے بچاتا ہے لیکن آج کا غالب ادب بھیڑ چال اور ''وہ کہو جسے پذیرائی ملے'' پر مشتمل ہے۔

4) حبیب جالب اور فیض کے شاگرد کہیں جا سوئے ہیں۔ فی الحال ایسی کوئی آواز سنائی نہیں دے رہی جس کی آواز میں پورا مجمع اپنی آواز ملا لے یا جو خون میں حدت پیدا کرے وہ سنائی نہیں دی۔

5) نئی نسل پرانی اقدار وروایات اور تہذیب سے بے زار ہے۔ خاندان کے بجائے اکائی کا تصور بڑھ رہا ہے۔ سونے' جاگنے' کام کرنے کے اوقات تک بدل گئے ہیں۔ پوری رات جاگنا اور شام تک سونا نسل نو کی عادت بن گئی ہے۔ ہر چیز کو پیسے میں تولنا بھی بہت بڑھ گیا ہے اور رشتے اور تعلق ہوا کے رخ پر رکھے چراغ کی مانند لرز رہے ہیں۔

جہاں خاندان کی گرفت اور نسل نو سے روابط مضبوط تھے وہاں تہذیب، روایات منتقل ہوئی ہیں۔ لیکن جہاں قدیم سے عدم اطمینان کی صورت تھی وہاں تہذیبی ارتقا بھی نمو نہ پا سکا اور نئی روایات اور اقدار نے جنم لیا ہے مثلاً پچھلی نسل میں اساتذہ کا احترام ذہنوں میں راسخ تھا اور استاد وشاگرد کے درمیان ایک مضبوط تعلق تھا جب کہ آج کی نسل اساتذہ کو تنخواہ دار ملازم سے زیادہ نہیں سمجھتی۔ ادبا نے بھی معاشرے کے مسائل کا حل بطریق احسن پیش کرنے میں کمی کی ہے۔

قانتہ رابعہ (مصنفہ، کالم نویس)

1) میرا خیال ہے جزوی طور پر درست کہا جا سکتا ہے، کلی طور پر نہیں۔ ہر دور میں گنے چنے افراد ہی اپنے دور کی ترجمانی کرتے ہیں، سارے کر ہی نہیں سکتے کہ ادیب کے پاس تصوراتی دنیا بھی ہوتی ہے جس میں وہ رہنا پسند کرتا ہے اور اسی کی جھلک دکھاتا ہے۔ ہاں ترجمانی کس نمبر کی عینک لگا کر کر رہا ہے؟ ظاہر ہے جو اس کے اندر کی دنیا ہے وہ اسی کی ترجمانی کرے گا۔ اگر کوئی برائی کا دلدادہ ہے تو اسے اپنے ارد گرد برائی نظر آئے گی اور وہ چسکے لے کر اسی کی ترجمانی کرے گا۔ اس کے برعکس بھلائی اور خیر کا طالب جہاں خیر دیکھے گا اسی کی عکاسی کرے گا۔ میں سمجھتی ہوں کہ بات مثبت اور منفی ترجمانی کی ہے۔

2) کمرشلزم تحریر پر بہت برے طریقے سے اثر انداز ہوا۔ اچھا بھلا لکھنے والا بھی جب لفظوں کی قیمت وصول کرنے کا عادی ہوجاتا ہے یا یہ قیمت وصول کرنا اس کی ضرورت اور مجبوری ہوتی ہے تو دو طرح سے اس کے اثرات مرتب ہوتے ہیں، بے جا طوالت اور بے مقصدیت۔

3) مختلف پہلو ہیں، بات تو احساس کی ہے' مقصد زندگی کے شعور اور قلم کی حرمت کی ہے لیکن کچھ افراد ابھی بھی اس کام کو فرض سمجھ کر ادا کر رہے ہیں۔ فی زمانہ اکثریت تو نفسا نفسی اور ہنگامی حالت کا شکار رہتی ہے۔ افراتفری کا دور ہے۔ ادیب بھی اسی معاشرے کا فرد ہے وہ بھی انہی حالات میں پھنسا ہوا ہے۔

4) میں بس اچھا شعر پڑھ کر خوش ہونے والوں میں شامل ہوں اس کے علاوہ شاعری سے زیادہ تعلق نہیں۔

5) میرا خیال ہے جو اس نوجوان نسل کو اقبال کا شاہین بنانا چاہتا ہے، وہ ادیب تو اس کا شعور بھی رکھے گا اور عمل پیرا بھی ہوگا۔ دوسری صورت میں جسے خود ہی اس بات کا احساس نہیں وہ اصلاح تو جوان کی ذمے داری کو کیوں ضروری سمجھے گا؟ جو سمجھتے ہیں وہ ہر حیثیت میں کرے گا، قلم کار ہو یا مدیر اسے ہی فرض منصبی قرار دے گا' جو کمانے کے لیے لکھ رہا ہے یا محض لفظی کھیل تماشے میں مصروف ہے اسے کیا ادراک کہ نسل کیوں بگڑ رہی ہے اور کیسے سدھارنا ہے؟

زروہ احسن (مدیرہ، مصنفہ):

1) یہ دوطرفہ ٹریفک ہے۔ میں سمجھتی ہوں کہ ادب معاشرے پر اپنا اثر ڈالتا ہے تو دوسری طرف معاشرے کی ناہمواریاں، اچھائیاں اور برائیاں بھی ادب کو متاثر کرتی ہیں۔ دونوں میں جس کا اثر یا تاثیر زیادہ اور دیرپا ہوگی، وہ اثر چھوڑے گا۔

افسوس آج کل ادب معاشرے کی ترجمانی نہیں کرتا کیوں کہ بیرونی ثقافت کی یلغار نے ادب کے آئینے کو دھندلا دیا ہے۔ ادب صرف کتاب تک محدود نہیں بلکہ سوشل اور الیکٹرونک میڈیا پر جو کچھ ہو رہا ہے وہ بھی ادب میں شامل کر کے دیکھنا ہوگا۔

کتاب کم پڑھی جا رہی ہے اور 75 فیصد وقت دوسرا میڈیا لے جاتا ہے۔ ان کے لیے زبان، لٹریچر، ثقافت اور مغربی دنیا کے حوالے اس قدر معتبر ہیں کہ ادب سمٹ کر ایک دائرے میں محدود ہو گیا۔ اس لیے ادب کی ترجمانی نہیں کرتا۔

2) یہ ادب ہی ہے جو قوموں کی تہذیب کرتا ہے، نئی نسل کو راستہ دکھاتا ہے لیکن افسوس کمرشلزم کے سیلاب نے بصیرت اور صداقت کا راستہ روک دیا۔ بہت کم لوگ ادب اور کمرشلزم میں فرق کرنے کا ادراک رکھتے ہیں۔

3) میں محسوس کرتی ہوں کہ یہاں ادب کی آبیاری کرنے والے بہت کم ہیں اور اس طرح یہ پارٹ ٹائم جاب بن کر رہ گیا۔ مگر اب بھی فطری اور حقیقی صلاحیتیں رکھنے والے بہت اعلیٰ ادب تخلیق کر رہے ہیں لیکن ضرورت اس سے کہیں زیادہ ہے۔

4) تاریخ گواہ ہے کہ انقلابی شاعری تب وجود میں آتی ہے جب آزادیٔ رائے کی اجازت نہ ہو جیسے، مخلوق خدا کے حقوق سلب کیے جا رہے ہوں۔ فیض احمد فیض، حبیب جالب اور مولانا مودودی اس کی درخشاں مثال ہیں۔

اب کوئی ایسی توانا آواز سنائی نہیں دیتی، ایک سناٹا ہے۔ جو شاعری تخلیق ہو رہی ہے وہ گل وبلبل، چاندنی اور میخانے سے ضرور آگے بڑھی لیکن صرف ذہنی آسودگی، کتابوں کی اشاعت اور مشاعروں میں شرکت تک محدود ہے۔ پیغام تو موجود لیکن اس کی سرایت اور پذیرائی کم ہوگئی ہے۔

5) میرے خیال میں نہیں۔ اس کی اہم وجہ یہ ہے کہ ہم نے نئی نسل کو صرف اسکولوں کے حوالے کر دیا نہ نصاب کی خبر ہے، نہ والدین کو ان کی فکر۔ افسوس تو یہ ہے کہ آج تک نصاب کا تعین نہیں ہو سکا۔ مختلف نصاب ایک ساتھ چل رہے ہیں۔ کوئی نہیں پوچھتا کہ غیر ملکی نصاب کس کا ایجنڈہ ہے؟ ہم اس نصاب کو نئی نسل میں منتقل کر کے فخر محسوس کرتے ہیں۔ ایسے میں نئی نسل اپنی تہذیب سے کیسے جڑ سکے گی؟

فرحی نعیم (افسانہ نگار، مصنفہ)

1) صحیح تو نہیں کہہ سکتے لیکن کسی حد تک معاشرے کے مسائل کو ضرور اجاگر کر رہا ہے۔ شہری اور دیہی مسائل لاتعداد ہیں، جن میں سے آج بھی بہت سارے مسائل پر کھل کر نہیں لکھا جا سکا۔

2) یہ نعرہ کہ ''جو بکتا ہے وہ دکھتا ہے'' نے تحریر کے معیار کو بری طرح متاثر کیا۔ ھل من مزید کی چاہت نے معیار پر سمجھوتا نہ ہونا، جیسے معاہدے کو پس پشت ڈالا اور ان موضوعات پر بھی کھل کر لکھنا شروع کیا جس پر ہماری مذہبی، سماجی واخلاقی حدود ہمیں روکتی ہیں جس کے باعث معاشرہ زوال پذیر ہو رہا ہے۔

3) میں سمجھتی ہوں کہ فی زمانہ تو کچھ ادیب پوری ذمہ داری سے یہ فریضہ انجام دے رہے ہیں مگر اکثریت بے مقصد، لاحاصل اور بے نشاں منزل کے راہی بن کر قاری کا صرف وقت اور پیسہ ضائع کر رہے ہیں بلکہ افسوس ان کے اخلاق کی خرابی کی وجہ بھی یہی مواد ہے۔

4) ذاتی طور پر موجودہ شاعری میں انقلاب قطعی نظر نہیں آرہا، اگر انقلاب آ بھی رہا ہے تو منفی اقدار میں۔

5) اول تو پڑھنے کے رجحان میں نمایاں کمی آئی ہے اور ہم جو انہیں دے رہے ہیں اس سے وہ جڑ کم اور بھاگ زیادہ رہے ہیں۔ بجائے ہم ان کو اپنی تاریخ وتہذیب سے روشناس کرانے کے، ہم نے تو انہیں اس سے دور، بدگمان اور کنفیوز کر دیا ہے۔ فرقہ پرستی نے ہوا دی اور ہماری نسل مغرب کے بچھائے جال میں قید ہو کر اپنے ماضی سے ناواقف، حال کی فکر اور مستقبل کو سنوارنے میں منہمک ہے۔ ایک طبقہ یہ کوشش کر تو رہا ہے۔ دیکھیں وہ بھی کب تک اس چہار جانب جنگ لڑتا ہے۔

وطن سرینگر

لفافہ بند غذاؤں کا قہر
ہمارے بچے پلاسٹک کھا رہے ہیں

دنیا بھر میں حکومتوں کی ترجیحات میں یہ بات بھی شامل ہے کہ شہریوں کو صاف وشفاف غذا میسر ہو اور اس میں کسی قسم کی ملاوٹ یا پھر غیر معیاری اجزأ کا استعمال نہیں ہونا چاہئے۔صاف وشفاف اور معیاری کھانے پینے تک رسائی انسان کے بنیادی حقوق میں سے ایک ہے اور کوئی بھی شخص انسان سے یہ حق نہیں چھین سکتا۔دنیا کے دیگر ممالک کی طرح بھارت میں بھی غذاوں کے معیار پر نظر گزر رکھنے اور لوگوں کو ملاوٹ سے پاک کھانے پینے کی فراہمی یقینی بنانے کے لئے ایف ایس ایس اے آئی نام سے باضابطہ طور پر ایک محکمہ کام کر رہا ہے تاہم نا معلوم وجوہات کی بنا پر یہ محکمہ اپنے فرائض کی انجام دہی میں زیادہ سنجیدہ دکھائی نہیں دے رہا ہے جس کے نتیجہ بھارت بھر کے ساتھ ساتھ جموں وکشمیر میں بھی لوگوں کو غیر معیار غذائی اجناس فراہم کر کے ان کی صحت کے ساتھ کھلے عام کھلواڑ کیا جا تا ہے۔سرینگر شہر کے ساتھ ساتھ وادی کے اطراف واکناف میں بھی لوگوں خاص کر نوعمر بچوں کو غیر معیاری لفافہ بند چیزیں کھلائی جا رہی ہیں اور ان کی صحت کے ساتھ کھلواڑ کیا جا رہا ہے۔سچ پوچھیں تو یہ چیزیں غذائیں کم اور پلاسٹک زیادہ ہیں۔ستم ظریفی کی بات یہ ہے کہ والدین بھی اس حوالے سے انتہائی بے حسی کا مظاہرہ کرتے ہوئے اپنے بچوں کو مختلف نوعیت کی بیماریوں کا شکار بنانے مین مد ثابت ہو رہے ہیں۔عام طور پر بھی اگر دیکھا جائے تو وادی کے دور دراز دیہات تو دور یہاں کے شہروں اور قصبوں میں بھی مختلف غذائی اجناس جن میں سبزیاں، گوشت، میوے اور دیگر کئی چیزیں شامل ہیں سڑ گل جانے کے بعد بھی گاہکوں کو بیچی جاتی ہیں اور ان اس کے عوض ان سے موٹی موٹی رقومات وصول کی جاتی ہیں۔محکمہ خوراک اور عوامی رسدات اور فوڈ سیفٹی وسٹنڈ ارڈس اتھارٹی آف انڈیا کی جانب سے شاذ و نادر ہی بازاروں کا معائینہ کر کے قصوروار تاجروں کے خلاف کاروائی عمل میں لائی جاتی ہے جس کا ایک منفی نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ اس غیر قانونی کاروبار میں ملوث لوگ اس صورتحال کا ناجائز فائدہ اٹھا کر لوگوں کو ٹھگنے کا سلسلہ روا رکھتے ہیں۔سرینگر شہر اور وادی کے دیگر قصبہ جات میں غیر مقامی افراد کی ایک بڑی تعداد کرائے کے کمروں میں مختلف قسم کی کھانے پینے کی چیزیں تیار کر لیتے ہیں۔ان لوگوں کے پاس نہ ہی ایف ایس ایس اے آئی کی رجسٹریشن ہے اور نا ہی یہ لوگ کسی اور متعلقہ محکمہ کی کوئی سند رکھتے ہیں بلکہ انہوں نے اپنا کاروبار بڑی آسانی کے ساتھ اور حکومت کی نظروں سے اوجھل کچھ ایسے سجا رکھا ہے کہ روزانہ یہ لوگ ہزاروں روپے کی کمائی کرتے ہیں مگر حکومت کی نظروں میں کبھی بھی نہیں آتے۔ان لوگوں نے کرائے کے کمروں کے اندر ہی مختلف قسم کی مشینیں لگا کر طرح طرح کی مٹھائیاں اور آٹے سے بنی ہوئی اشیاء تیار کرنے کا سلسلہ شروع کر رکھا ہے اور ان چیزوں کی تیاری کے دوران صحت وصفائی کا کوئی ادنٰی سے بھی خیال نہیں رکھا جاتا۔یہ لوگ مشینوں کے ذریعہ تیار کردہ غذائی اجناس کو گرما گرم ہی لفافوں میں پیک کر دیتے ہیں جس کے نتیجہ میں یہ انتہائی زہر آلود اور مضر صحت بن جاتے ہیں۔یہ لوگ صبح سویرے ہی ایک ایسے وقت میں دیہات کا رخ کرتے ہیں جبکہ سرکاری افسران وحکام اپنے گھروں میں ہوتے ہیں لہذا انہیں قانون کے ہتھے چڑھ جانے کا خدشہ نہیں ہوتا ہے۔ستم ظریفی کی بات یہ ہے کہ یہ لوگ ایسی اشیاء تیار کر لیتے ہیں جن کا استعمال صرف چھوٹے چھوٹے بچے کرتے ہیں اور اس طرح سے ان بچوں کی صحت کو زبردست خطرات لاحق ہو جاتے ہیں مگر حکومت اس طرف کوئی توجہ نہیں دیتی۔ضرورت اس بات ہے کہ حکومت اس بدعت کا قلع قمع کرنے کی غرض سے ضروری اقدامات کرے تاکہ ہمارے بچوں جو ہمارا مستقبل ہے کو مختلف بیماریوں سے بچایا جا سکے۔

جاپان کے اغوا ہونے والے شہری:
جاپان کے ساحلوں سے نوجوانوں کو اغوا کر کے شمالی کوریا کیوں لے جایا گیا؟

ریبکا سیلز اور ہائیدی ہاروتا مورہ

نومبر کی ایک سرد شام میں سورج غروب ہو رہا تھا جب میگومی یوکوتا نے اپنی بیڈمنٹن پریکٹس ختم کی۔اس شام نیگاتا کی بندرگاہ پر سخت سرد ہوائیں چل رہی تھیں۔یہاں سے میگومی کا گھر صرف سات منٹ کے فاصلے پر تھا۔**13** سالہ میگومی نے اپنا بستہ اور بیڈمنٹن کا ریکٹ اٹھایا اور اپنے گھر سے محض آٹھ سو فٹ کی دوری پر اپنی دو سہیلیوں کو الوداع کہا۔لیکن پھر وہ کبھی گھر واپس نہیں پہنچ سکیں۔جب شام کے سات بجے تو ان کی والدہ ساکئی یوکوتا اپنی بیٹی کے گھر نہ آنے پر پریشان ہونے لگیں۔وہ ان کے سکول میں واقع جم کی طرف دوڑیں، یہ سوچتے ہوئے کہ راستے میں انھیں اُن کی بیٹی مل جائے گی۔لیکن سکول کے چوکیدار نے انھیں بتایا کہ وہ تو بہت دیر پہلے سکول سے روانہ ہو چکی ہے۔واقعے کی رپورٹ پولیس کو کی گئی۔پولیس کھوجی کتوں اور تیز روشنیوں کی مدد سے انھیں قرب وجوار کے علاقوں میں اندھیرے میں تلاش کرتی رہی۔وہ قریبی جنگل میں بھی تلاش کرتے ہوئے میگومی کا نام اونچی آواز سے پکارتے رہے۔میگومی کی والدہ انھیں ساحل پر جانے والی سڑک پر تلاش کرنے لگیں اور جھنجھلاہٹ کے زیر اثر وہ وہاں پارک کی گئی ہر گاڑی کو متلاشی نظروں سے دیکھتی رہیں۔ساحل کی پٹی پر تلاش کرنا قابلِ فہم بات تھی لیکن اس رات ایک ماں کو کسی طاقتور اور ناقابل بیان چیز نے پانی کے دہانے کی جانب کھینچا۔بحر جاپان میں ساکئی کی نظروں سے کوسوں دور شمالی کوریا کے ایجنٹوں کی ایک کشتی کوریا کے خطے کی جانب تیزی سے رواں دواں تھی جس میں ایک خوفزدہ سکول کی طالبہ کو قید کیا گیا تھا۔انھوں نے کوئی ثبوت نہیں چھوڑا تھا اور نہ ہی کوئی گواہ۔یہ جرم اتنا بے باک اور عجیب تھا کہ اس کی گتھی سلجھانا تو دور کئی لوگ اس کا تصور بھی نہ کر پاتے۔لیکن برسوں بعد پتا چلا کہ میگومی اس جرم کا شکار ہونے والی تنہا لڑکی نہیں تھیں۔جاپانی حکومت کا کہنا ہے کہ سنہ **1977** سے **1983** تک شمالی کوریا کے ایجنٹوں نے کم از کم **17** جاپانی شہریوں کو اسی انداز میں اغوا کیا تھا۔چند تجزیہ کاروں کا کہنا ہے کہ اصل تعداد شاید **100** سے زیادہ ہے۔میگومی **13** سال کی عمر میں اور بعد میں شمالی کوریا کی طرف سے مہیا کی گئی ایک تصویر جس میں انھیں **20** سال کا بتایا گیا۔

میگومی کی گمشدگی کے ایک سال بعد تک پولیس کی تین ہزار کے قریب نفری نے اُن کی تلاش جاری رکھی۔اغوا کی وارداتوں سے متعلق ایک یونٹ نے یوکوتا کے گھر پر ڈیرہ ڈالے رکھا۔گشت کرنے والی کشتیاں انھیں سمندر میں تلاش کرتی رہیں۔یہ تحقیقات تکلیف دہ انداز میں بے سود رہی۔میگومی کے والد ہر روز اسے تلاش کرتے اور رات کو غسل خانے میں جا کر روتے۔ساکئی بھی تنہائی میں روتیں اور کوشش کرتیں کہ میگومی کے چھوٹے بھائی انھیں روتے ہوئے نہ دیکھیں۔یہ یوکوتا فیملی کے لیے ایک تاریک دور تھا۔برسوں تک وہ اس خلا کو پُر نہ کر سکے۔لیکن لاپتہ میگومی زندہ تھیں۔شمالی کوریا کے ایک جاسوس آن میونگ جو منحرف ہو کر سنہ **1993** میں جنوبی افریقہ آئے تھے، انھوں نے جاپان کی ایک مغوی خاتون کے بارے میں بتایا جو میگومی سے ملتی جلتی تھی۔آن میونگ جو نے کہا 'مجھے وہ واضح طور پر یاد ہے، وہ نوجوان اور خوبصورت تھی۔'انھیں ایک اغوا کار نے، جو ایک سینئر جاسوس تھا، سنہ **1988** میں اس سے متعلق ایک کہانی سنائی تھی۔ان کا کہنا تھا 'یہ اغوا ایک ایسی غلطی تھی جو بلا ارادہ ہوئی۔کوئی بھی ایک بچی کو اٹھانا نہیں چاہتا تھا۔اس وقت دو ایجنٹس نیگیتا میں ایک خفیہ مشن کے خاتمے کے بعد ساحل پر کشتی کا انتظار کر رہے تھے۔جب انھیں احساس ہوا کے انھیں کسی نے سڑک سے دیکھا ہے تو انھوں نے خوف کے عالم میں دیکھنے والے کو شک کی بنیاد پر پکڑ لیا۔میگومی اپنی عمر کے لحاظ سے دراز قد تھیں۔اندھیرے میں انھیں پتا نہیں چلا کہ وہ ایک بچی ہے۔'انھیں **40** گھنٹے تک تاریک کمرے میں رکھنے کے بعد شمالی کوریا پہنچایا گیا۔آن کہتے ہیں کہ باہر نکلنے کا راستہ تلاش کرنے کی کوشش میں اس کے ہاتھوں کے ناخن اکھڑے ہوئے اور خون آلود تھے۔اسے اغوا کرنے والے ایجنٹوں کی سرزنش بھی کی گئی کیونکہ وہ بہت کم عمر تھی اور 'اس چھوٹی لڑکی کا شمالی کوریا نے کیا کرنا تھا؟'قید کے دوران میگومی اپنی والدہ کو یاد کر کے روتی رہیں اور کھانا کھانے سے انکار کر دیا۔انھیں پُرسکون رکھنے کے لیے اغوا کاروں نے وعدہ کیا کہ اگر وہ کوریئن زبان بولنا سیکھیں گی تو انھیں گھر جانے کی اجازت دے دی جائے گی۔

وہ صرف ایک پریشان بچے کو بیوقوف بنانے کے لیے بولا گیا جھوٹ تھا۔اس کے اغوا کاروں کا ایسا کرنے کا کوئی ارادہ نہیں تھا۔اس کے بجائے وہ میگومی سے جاسوسوں کو تربیت دلوانے کا کام لینا چاہتے تھے تاکہ وہ جاسوسی کے ایک سکول میں جاپانی زبان اور رویوں کے بارے میں جاسوسوں کو سکھائیں۔ملک کے مستقبل کے رہنما کم جونگ اِل اس وقت انٹیلیجنس سروس کے سربراہ تھے، وہ اپنے جاسوسی کے پروگرام کو وسعت دینا چاہتے تھے۔اغوا کیے جانے والے صرف غیر ملکی استاد ہی نہیں تھے۔وہ خود بھی جاسوس بن سکتے تھے یا پیانگ یانگ ان کی شناخت کو جعلی پاسپورٹ کے لیے استعمال کر سکتا تھا۔وہ دوسرے غیر ملکیوں سے شادی کر سکتے تھے (جو شمالی کوریئن نہیں کر سکتے) اور ان کے بچے بھی حکومت کے کام آ سکتے ہیں۔جاپان کے ساحل عام لوگوں سے بھرے ہوتے ہیں اور یہ عام طور پر اغوا کی آماجگاہیں ہیں جہاں آلہ تربیت یافتہ ایجنٹس سے بچنے کا امکان بہت کم ہوتا ہے۔لوگوں کو ایسا لگتا ہے کہ مجھے اپنی بہن کے بارے میں کچھ یاد نہیں ہے، لیکن مجھے وہ اچھی طرح یاد ہے، حالانکہ میں اس وقت سکول میں تیسری یا چوتھی جماعت میں تھا۔'جب میگومی کے چھوٹے بھائی تاکویو یوکوتا اور ان کے جڑواں بھائی تیتسویا نو برس کے تھے تو پولیس والے انھیں مارشل آرٹس کی ویڈیوز دکھاتے تھے اور کہتے تھے کہ 'ہارنا نہیں ہے۔مضبوط رہنا ہے۔'گذشتہ **43** برس کے دوران ہر روز انھوں نے اس مشورے پر عمل کرنے کی کوشش کی ہے۔اب وہ **52** برس کے ہیں اور وہ اپنے کاروباری لباس میں بیٹھے اپنی بہن کی جانب سے اغوا سے قبل دیے گئے پوسٹ کارڈ کو تھامے بیٹھے ہیں۔اس کے آخر میں میگومی نے لکھ رکھا تھا، 'میں جلد گھر لوٹ آؤں گی۔میرا انتظار کریں۔'وہ اپنی بہن کے بارے میں بتاتے ہیں کہ 'وہ بہت باتونی تھیں، بہت پھرتیلی اور ذہین۔وہ ہمارے گھر والوں کے لیے سورج مکھی کے ایک پھول جیسی تھیں۔'"ان کے بغیر ڈائننگ ٹیبل پر بات چیت بہت محدود ہو گئی تھی۔ماحول بہت تاریک ہو جایا کرتا تھا۔میں بہت پریشان رہتا تھا لیکن پتہ نہیں کیسے میں ہر روز رات کو بستر پر لیٹ جاتا اور صبح اٹھ جاتا یہ جانتے ہوئے کہ وہ ابھی تک لاپتہ ہیں۔میں اٹھتا اور میں انھیں اپنے آس پاس نہ پاتا۔'میگومی کی گمشدگی کے بعد اگلی دو دہائیوں تک یوکوتا فیملی کا کیس خاصا منجمد رہا اور وہ خود بھی یہ جاننے کی کوشش کر رہے تھے کہ آخر اس دن ہوا کیا تھا؟ انھوں نے یہ سوچنے کی کوشش کی وہ عمر بیتنے کے ساتھ کیسی لگ رہی ہوں گی۔وہ **13** برس کی عمر میں ہی اتنی لمبی تھیں، کیا اب بھی اتنی ہی لمبی ہوں گی؟ کیا ان کے گالوں پر پڑنے والے گڑھے اب بھی ویسے ہی ہوں گے؟ لیکن ہر سوال پر ایک سایہ منڈلا رہا ہوتا تھا۔اور وہ یہ کہ کیا وہ اس نومبر کی رات زندہ بچ بھی پائی تھیں؟

70 کی دہائی کے آخر میں ساحلی شہروں میں افواہوں کا بازار خاصا گرم تھا۔مقامی افراد اجنبی کشتیوں پر سے آنے والے سگنلز اور روشنیوں کے بارے میں بات کرتے تھے اور ان کوریائی سگریٹ پیکٹس کے بارے میں بھی جو ساحل پر پڑے ہوتے ہیں۔اگست **1978** میں ایک جوڑا تویاما کے ساحل پر ڈیٹ کے لیے نکلا تھا لیکن کچھ افراد نے انھیں دبوچا اور ان کے منہ پر کپڑا ڈال کر انھیں ہتھکڑیاں لگائیں۔کم ہیون ہوئی کو اپریل **1989** میں ایک مسافر بردار طیارہ اڑانے کے جرم میں سزائے موت سنائی گئی تھی۔وہ افراد ایک ایسے جاپانی لہجے میں بات کر رہے تھے جو خاصا غیر روایتی تھا۔ان کی یہ کوشش اس وقت ناکام ہو گئی جب اپنے کتے کو سیر کروانے کے لیے آنے والا شخص وہاں سے گزرا اور اس کے کتے نے زور سے بھونکتے ہوئے انھیں ڈرا کر وہاں سے بھگا دیا۔تاہم ان کے علاوہ دیگر افراد خاصے بدقسمت رہے۔سات جنوری **1980** کو جاپان کے سانکی شمبن اخبار نے اپنے سرورق پر یہ کہانی چھاپی: 'فوکوئی، نیگاتا اور کاگوشیما کے ساحلوں سے ڈیٹ کے دوران تین جوڑے غائب، کیا کوئی غیر ملکی خفیہ ادارہ ملوث ہے؟' تاہم اس سب کے درمیان ایک سزا یافتہ دہشتگرد کے ذریعے ہی شمالی کوریا سے تانے بانے جوڑے گئے۔کم ہیون ہوئی **115** افراد کے قتل کے ذمہ دار تھے کیونکہ انھوں نے **1987** میں جنوبی کوریا کے ایک طیارے میں بم سمگل کرنے میں مدد کی تھی۔اب سیول میں جب انھیں موت کی سزا ملنے والی تھی تو انھوں نے گواہی دی کہ وہ شمالی کوریا کی ایجنٹ ہیں اور انھوں نے یہ سب ریاستی حکم پر کیا تھا۔انھوں نے بتایا کہ انھوں نے جاپانی زبان اور رویوں کے بارے میں شمالی کوریا میں ہی سیکھا تھا تاکہ وہ خفیہ طور پر کام کر سکیں۔انھوں نے بتایا کہ ان کی استاد دراصل ایک اغوا شدہ جاپانی خاتون تھی جن کے ساتھ انھوں نے تقریباً دو برس تک کا وقت گزارا تھا۔

یہ گواہی خاصی حیران کن تھی۔تاہم جاپانی حکومت سرکاری طور پر یہ تسلیم کرنے کے لیے تیار نہیں تھی کہ شمالی کوریا ان کے لوگوں کو اغوا کر رہا ہے۔دونوں ممالک کا ماضی خاصا کشیدہ تھا اور ان کے سفارتی تعلقات نہ ہونے کے برابر تھے۔یہی وجہ تھی کہ ثبوتوں کو نظر انداز کرنا آسان تھا۔جب جاپانی مذاکراتی ٹیم نے اس حوالے سے شمالی کوریا سے نجی حیثیت میں بات کی تو انھوں نے غصے میں آ کر ایسے کسی بھی اغوا کی تردید کی اور مذاکرات ختم کر دیے۔یہ **1997** کی بات ہے، میگومی کے لاپتہ ہونے کے **20** برس بعد پیانگ یانگ نے آخر کار اسے حوالے سے تفتیش کرنے کی حامی بھری۔'ہمارے پاس یہ مصدقہ معلومات موجود ہیں کہ آپ کی بیٹی شمالی کوریا میں زندہ ہے۔'شگیر و سکتے میں آ گئے۔تیتسوچی ہیوموٹو نامی ایک جاپانی افسر نے، جو ایک رکن پارلیمان کے ذاتی سیکریٹری بھی تھے، یوکوتا خاندان کو اچانک کال کی تھی۔وہ ایک دہائی سے پیانگ یانگ کی جانب سے اغوا کیے جانے والوں کی تحقیقات کر رہے تھے اور ان سے جلد از جلد ملاقات کرنا چاہتے تھے۔

حیرت کے اس گہرے احساس کے ساتھ ساتھ یوکوتا گھرانے کے دلوں میں امید کی ایک کرن بھی پھوٹ پڑی تھی۔حکومت کو اس بارے میں یقین تھا کہ میگومی زندہ ہے۔اب سوال یہ تھا کہ اسے واپس کیسے لایا جائے؟ یوکوتا خاندان نے اغوا کی اس کہانی کے بارے میں میڈیا کو بتایا۔انھیں ڈر تھا کہ شمالی کوریا اس واقعے کو چھپانے کے لیے میگومی کو قتل نہ کر دے، تاہم ان کے والد کا ماننا تھا کہ اگر ان کا نام نہ لیا گیا تو اس کیس کو سنی سنائی بات سمجھ کر نظر انداز کر دیا جائے گا۔انھیں اس خبر کو جاپان کے ہر کونے تک پہنچانے کی کوشش کرنی تھی اور سب سے مدد کی اپیل بھی۔وہ فیملی پرائم ٹائم ٹی وی پر آئی۔جاپانی پارلیمان میں سوالات اٹھائے گئے۔مئی میں حکومت نے اس بار باضابطہ طور پر اقرار کیا کہ میگومی کا کیس واحد نہیں تھا، یوکوتا خاندان جیسے اور بھی خاندان تھے جو اپنی بیٹیوں، بیٹوں، بہنوں، بھائیوں اور ماؤں کی گمشدگی کے باعث افسردہ تھے۔ان سات خاندانوں نے مل کر ایک سپورٹ گروپ قائم کیا اور اپنے پیاروں کی بحفاظت واپسی کا مطالبہ کیا۔انھوں نے تفصیل سے ایک دوسرے سے بات کی اور جو کچھ وہ جانتے تھے اسے اکٹھا کیا۔یہ اغوا ویسے تو بظاہر موقع کا فائدہ اٹھا کر کیے گئے تھے لیکن جلد ہی ان سب میں مماثلت نظر آنے لگی۔زیادہ تر لاپتہ افراد **20** سال کی عمر کے نوجوان تھے۔جاپان میں تمام ہی ساحل اب جائے وقوعہ کا نقشہ پیش کر رہے تھے۔**12** اگست **1978** کو میگومی کے اغوا کے نو ماہ بعد **24** سالہ آفس کلرک رومیکو میسوموٹو اپنے **23** سالہ بوائے فرینڈ کے ساتھ غروب آفتاب کا منظر دیکھنے کیگوشیما پریفیکچر کے ایک ساحل پر گئیں۔ایک روز پہلے ہی انھوں نے کھانے کی میز پر شرماتے ہوئے اپنے اس رشتے کے بارے میں اپنے گھر والوں کو بتایا تھا۔

جائے وقوعہ پر ان کی کار ملی جس کی پسینجر سیٹ پر رومیکو کا بٹوا اور دھوپ کی عینک پڑی تھی۔ان کا کیمرہ بھی وہاں ملا جس میں اس دن جوڑے نے جو تصاویر بنائیں موجود تھیں۔پولیس کو ذرا دور ساحل کے قریب ہی شوچی کا ایک سینڈل بھی ملا۔جب رومیکو غائب ہوئیں تو پولیس کو ان کی کار جو لاک تھی، ساحلِ سمندر پر ملی۔ان کا بٹوا اور ڈرائیونگ لائسنس بھی اندر موجود تھا۔جب رومیکو غائب ہوئیں تو پولیس کو ان کی کار جو لاک تھی، ساحلِ سمندر پر ملی۔ان کا بٹوا اور ڈرائیونگ لائسنس بھی اندر موجود تھا۔ہر اغوا ایک نجی المیہ ہوتا ہے۔ایک پیارا جو بغیر کسی وجہ کے دنیا سے غائب ہو جائے۔اور پیچھے رہ جانے والوں میں سے کچھ تو دکھ کی وجہ سے اپنا ذہنی توازن کھونے کے دہانے پر پہنچ جاتے ہیں۔پریس اور عوام ہمیشہ ہمدرد ثابت نہیں ہوئے۔خبروں میں اغوا کو اکثر 'مبینہ' کہا گیا۔متعدد جاپانی سیاست دانوں کا خیال تھا کہ یہ دعوے شمالی کوریا کو بدنام کرنے کے لیے جنوبی کوریا کی غلط خبریں ہیں۔لیکن جب اہل خانہ نے درخواستیں دیں، ٹی وی اور ریڈیو پر آئے اور حکومت سے لابنگ کی، تو سچائی سامنے آتی گئی۔پانچ سال بعد، شمالی کوریا میں یہ سچائی خود کم جونگ اِل تک پہنچ گئی۔

شمالی کوریا کے رہنما نے کہا کہ بحیثیت ایک میزبان، مجھے افسوس ہے کہ ہماری وجہ سے جاپان کے وزیراعظم کو اتنی صبح پیانگ یانگ آنا پڑا۔لیکن ان کے ساتھیوں کے غصے کا وقت سے کوئی تعلق نہیں تھا۔وزیراعظم جونچیر وکوزومی شمالی کوریا کے ساتھ جاپان کے تعلقات کو معمول پر لانے کے لیے وہاں پہنچے اور تبادلہ خیال کیا، انھیں امید تھی کہ اس اقدام سے ان کے متعلق رائے عامہ بہتر ہو گی۔لیکن اس کے برعکس وہ سفارتکاری کی جال میں آ گئے۔**1990** کی دہائی کے وحشیانہ قحط میں ایک اندازے کے مطابق **20** لاکھ سے زیادہ شمالی کوریائی باشندے ہلاک ہوئے تھے اور کم جونگ اِل چاہتے تھے کہ جاپان شمالی کوریا میں خوراک پہنچانے میں مدد اور سرمایہ کاری کرے، اور ساتھ ہی جاپان کوریا کو **35** سال تک نوآبادی بنانے پر بھی معافی مانگے۔جاپان چاہتا تھا کہ پیانگ یانگ ان سب جاپانی شہریوں کی تفصیلات بتائے جو اس کے جاسوسوں نے اغوا کیے تھے۔اس نے ان تفصیلات کے بغیر بات کرنے سے انکار کر دیا۔اس تاریخی میٹنگ سے آدھا گھنٹہ پہلے ان ناموں کی ایک فہرست سامنے آئی۔شمالی کوریا نے **13** جاپانی شہریوں کو اغوا کرنے کا اعتراف کیا گیا۔لیکن صرف پانچ افراد کے زندہ ہونے کی تصدیق کی گئی۔انھوں نے دوسرے آٹھ افراد کی موت کی وجوہات میں ڈوبنا، کوئلے کے خراب ہیٹر کے دھوئیں سے دم گھٹنا، ایک **27** سالہ عورت کو دل کا دورہ پڑنا اور دو افراد کی موت کار کے حادثات کی وجہ سے بتائی اور وہ بھی ایسے ملک میں جہاں نجی شہری شاذ و نادر ہی اپنی ذاتی گاڑی رکھتے ہیں۔پیانگ یانگ نے دعوی کیا کہ وہ ان کی باقیات فراہم نہیں کر سکتا ہے کیونکہ سیلاب ان کی تقریباً تمام قبریں بہا کر لے گیا ہے۔کوزومی حیرت میں رہ گئے۔

انھوں نے کم جونگ اِل کو بتایا کہ 'جو معلومات فراہم کی گئیں اس سے میں سخت پریشان ہوں، اور بطور ایک وزیر اعظم جو جاپانی عوام کے مفادات اور سلامتی کا ذمہ دار ہے، میں سخت احتجاج کرتا ہوں۔میں یہ تصور بھی نہیں کر سکتا کہ خاندانوں کے باقی افراد اس خبر کے متعلق کیا سوچا گے۔'کم نے خاموشی سے میمو پیڈ پر نوٹ لیے اور پھر پوچھا کیا: 'کیا اب ہم وقفہ لے لیں؟' کمرے سے باہر اس پریشان کن صورتِ حال پر بات کرتے ہوئے کابینہ کے نائب ترجمان شنزو آبے نے، جو بعد میں جاپان کے سب سے طویل عرصے تک رہنے والے وزیر اعظم بنے، کوئزومی پر زور دیا کہ وہ تعلقات معمول پر لانے کی بات چیت پر اس وقت تک دستخط نہ کریں جب تک کہ پیانگ یانگ باضابطہ طور پر اغوا کے لیے معذرت نہیں کرتا۔جب مندوبین نے مذاکرات دوبارہ شروع کیے تو کم نے ایک میمو اٹھا کے پڑھتے ہوئے کہا: 'ہم نے اس معاملے کی اچھی طرح چھان بین کی ہے، بشمول اپنی حکومت کے اس میں کردار کے۔ہمارے دونوں ممالک کے مابین دہائیوں کے معاندانہ تعلقات نے اس واقعے کا پس منظر فراہم کیا۔اس کے باوجود یہ ایک خوفناک واقعہ تھا۔'' جہاں تک مجھے معلوم ہوا ہے یہ واقعہ خصوصی مشن بنانے والی تنظیموں نے **1970** اور **1980** کی دہائی میں شروع کیا تھا۔

وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے جموں و کشمیر میں کوآپریٹیو بینکوں کی کارکردگی کا جائزہ لیا

سری نگر// انفو// وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے سول سیکرٹریٹ میں ایک اعلیٰ سطحی میٹنگ کی صدارت کی جس میں جموں و کشمیر کے کوآپریٹیو بینکوں کی کارکردگی کا جائزہ لیا گیا۔ میٹنگ میں وزیر برائے امداد باہمی جاوید احمد ڈار، چیف سیکرٹری اٹل ڈولو، وزیر اعلیٰ کے ایڈیشنل چیف سیکرٹری دھیرج گپتا، ریجنل ڈائریکٹر ریزرو بینک آف انڈیا (جموں و کشمیر اور لداخ)، پرنسپل سیکرٹری فائنانس، ایم ڈی و سی ای او جے کے بینک، کمشنر سیکرٹری کوآپریٹیوز اور نبارڈ کے سینئر نمائندوں نے شرکت کی۔ میٹنگ میں مختلف کوآپریٹیو بینکوں کی موجودہ صورتحال اور کارکردگی کا تفصیلی جائزہ لیا گیا۔ وزیر اعلیٰ نے جموں اور اننت ناگ ضلعی کوآپریٹیو بینکوں کی بہتر مالی کارکردگی کو سراہا جنہوں نے آپریشنل منافع حاصل کیا ہے۔ اُنہوں نے خسارے میں چلنے والے دیگر کوآپریٹیو بینکوں سے وصولی کے لئے ایک روڈ میپ تیار کرنے پر زور دیا تاکہ حکومت اس کا جائزہ لے کر ممکنہ مداخلت کر سکے۔ میٹنگ میں پی اے سی ایس کمپیوٹرائزیشن پروجیکٹ اور نئے ایم۔ پی اے سی ایس کی تشکیل جیسے اقدامات کا بھی جائزہ لیا گیا جن کا مقصد نچلی سطح پر مالی شمولیت اور کریڈٹ کی فراہمی کو مضبوط بنانا ہے۔ وزیر اعلیٰ نے ادارہ جاتی استحکام، مالی استحکام اور ویبی بااختیار بنانے کو یقینی بنانے کے لئے مستقل اصلاحات کی ضرورت پر زور دیا۔ اس سے قبل کمشنر سیکرٹری کوآپریٹیوز

مشن ڈائریکٹر جل جیون مشن نے جموں و کشمیر میں زمینی پانی پر مبنی سکیموں کی پیش رفت کا جائزہ لیا

سری نگر// انفو// مشن ڈائریکٹر جل جیون مشن خورشید احمد شاہ نے سول سیکرٹریٹ سری نگر میں اپنے دفتر میں صوبہ کشمیر کے جل شکتی (پی ایچ ای) سرکلوں اور ڈویژنوں کے ساتھ ایک جائزہ میٹنگ طلب کیا۔ یہ میٹنگ صوبہ کشمیر میں زیر زمین پانی پر مبنی سکیموں کی پیش رفت پر تبادلہ خیال کے لئے بلائی گئی تھی۔ میٹنگ میں ہائیڈرولک سرکلز کے سپرانٹنڈنگ انجینئروں، نارتھ اور ساؤتھ کشمیر کے میکینکل سپرانٹنڈنگ انجینئروں، سول ڈویژنوں کے ایگزیکٹیو انجینئروں اور ان کے میکینکل ہم منصب، گراؤنڈ واٹر ڈویژن، مشن ڈائریکٹوریٹ کے ٹیکنیکل ایڈوائزر کشمیر اور دیگر افسران نے شرکت کی۔ ایگزیکٹیو انجینئر گراؤنڈ واٹر ڈویژن سری نگر نے اس حوالے سے تفصیلی رپورٹ پیش کی۔ اُنہوں نے میٹنگ کو جانکاری دی کہ زیادہ تر کامیابی سے کھودے گئے زیادہ تر ٹیوب ویل متعلقہ فیلڈ ڈویژن کے حوالے کر دیئے گئے ہیں جبکہ باقی الاٹ شدہ ٹیوب ویلوں پر کام جاری ہے۔ مشن ڈائریکٹر نے گراؤنڈ واٹر ڈویژن سری نگر کے افسران کو ہدایت دی کہ وہ ان اضلاع میں مزید ڈرلنگ رگز تعینات کریں جہاں زمینی پانی پر مبنی سکیموں کی تعداد زیادہ ہے۔ چیئر نے ایگزیکٹیو انجینئر گراؤنڈ واٹر ڈویژن سری نگر کو یہ بھی ہدایت دی کہ وہ ان مقامات پر رگز اور افرادی قوت کو متحرک کریں جہاں سول ہم منصبوں کی طرف سے نشاندہی کی گئی نئی جگہوں پر ٹیوب ویلوں کی کھدائی کے لئے الاٹمنٹ کیے گئے ہیں۔ میٹنگ کو جانکاری دی گئی کہ کچھ اضلاع میں مشینری اور عملہ تعینات کیا گیا ہے اور آنے والے ہفتوں میں مزید رگز بھیجے جائیں گے تاکہ سردیوں کی آمد سے قبل ان ٹیوب ویلوں

Government of Union Territory Jammu & Kashmir
Executive Engineer PWD (R&B) Division Bandipora.

NOTICE INVITING TENDERS

e-NIT No.16/ET/R&B/Bandiporaof 2025-26 Dated:-22-07-2025.

(Single Cover System)

For and on behalf of the Lieutenant Governor, UT J&K, e-tenders (In single cover system) are invited on Percentage basis from approved and eligible Contractors registered with J&K State Govt., CPWD, Railways and other State/Central Governments for the following work:-

S. No	Name of work	Advt. Cost (Rs. In Lacs)	Cost of T/Doc. (In Rupees)	Earnest money	Time of completion	Project Authority/ Intending Department	M.H of Account	Class of contractor
1	Construction of Fencing and installation of cement pipes at under construction Masjid Wooder Mohalla Zubair Abad Papchan Bandipora.	1.96	200 (indicate name of work with NIT serial no. on TR)	3920.00	30 Working days.	ULB Kashmir	Normal Resources of MC Bandipora	"DEE"
2	Construction of Chain Link Fencing of Graveyard at Dobhi Mohalla Kaloosa W.No. 12.	1.49	200 (indicate name of work with NIT serial no. on TR)	2980.00	30 Working days.	ULB Kashmir	Normal Resources of MC Bandipora	"DEE"
3	Construction of Chain Link Fencing of Graveyard Sharief - Abad at WooderBaghW.No. 06 MC Bandipora.	1.45	200 (indicate name of work with NIT serial no. on TR)	2900.00	30Working days.	ULB Kashmir	Normal Resources of MC Bandipora	"DEE"

Position of AA: - Accorded.
Position of TS :- Accorded

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

1	Date of Issue of Tender Notice	22-07-2025
2	Period of downloading of bidding documents	23-07-2025 from 10:00 AM
3	Bid submission Start Date.	23-07-2025. from 2:00 PM
4	Pre Bid Meeting	26-07-2025 from 11:00 AM in the office of Executive Engineer R&B Division Bandipora
5	Bid Submission End Date.	29-07-2025 up to 4.00 P.M.
6	Date & time of opening of Bids (Online)	30-07-2025 at 10.00 A.M in the office of Executive Engineer R&B Division Bandipora.

2. Bids must be accompanied with cost of tender documents under MH-0059 in shape of Treasury Receipt favoring to Executive Engineer (R&B) Division Bandipora (tender inviting authority).Indicating S.No of Nit No, Name of work and Earnest Money / Bid Security in shape of CDR / FDR pledged to Executive Engineer (R&B) Division Bandipora (Tender receiving authority)
3. All bidders have to submit/upload 2% EMD of Advertised cost in shape of CDR/FDR pledged to Executive Engineer R&B Division Bandipora. All bidders have to submit/upload 2% EMD of Advertised cost in shape of CDR/FDR pledged to Executive Engineer R&B Division Bandipora.(The date of CDR should be between the date of start of bid and Bid submission end date).
4. The 1st lowest Bidder has to produce an amount equal to 5% of contract cost as performance security in shape of CDR/FDR/BG Pledged to Executive Engineer R&B Division Bandipora within 02 Days before fixation of contract and shall be released after completion of DLP.

No.EE/R&B/Bpr/2180-89 Dated: -22-07-2025.

Sd/=Executive Engineer
(R&B) Division Bandipora

DIPK No:4153/25

Government of Jammu & Kashmir
OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER R&B DIVISION GUREZ

SHORT TERM NOTICE INVITING TENDERS

(R&B) E-NIT No. 26/2025-26/EE/R&B/Grz/2075-83/E-tendering/Dated:-22-07-2025

For and on behalf of theLt. Governor, Union Territory of J&Ke-tenders (In single cover system) are invited onPercentage basisfrom approved and eligible Contractors registered with J&K Govt. CPWD, Railways and other State/Central Governments for each of the following works:-.In view of the urgency and shot preparation period, the shot-term NIT are invited specifically for the upcoming National Tribal Festival.

S. No	Name of Work	Estimated Cost (Rs in Lacs)	Cost of T/Doc. (in Rs)	Time of Completion	Earnest Money	Major Head of Account	Class of Contractor
1	Providing and fixing of western type WC in private houses at village Chorwan Gurez (Celebration of National Tribal Festival at Gurez on 5th and 6th august 2025)	3.96	200 (indicate name of work with NIT serial no. on TR)	04 days	7920	CSS	DEE Class

Position of AAA:-(Accorded)

1. The NITConsisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Bill of quantities (B.O.Q), Set of terms- and conditions of contract and other details can be seen/downloaded from the departmental website www.jktenders.gov.in as per schedule of dates given below:

S. No.	Particulars	Dated
1	Date of Issue of Tender Notice.	22-07-2025
2	Period of Downloading of bidder documents	From 23-07-2025 (10:00 AM) To 28-07-2025 (04:00PM)
3	Bid submission Start Date	From 23-07-2025 (10:00 AM)
4	Bid Submission End Date	To 28-07-2025 (04:00PM)
6	Date and time of opening of bid (online)	28-07-2025 (05:00 PM) In the office of Executive Engineer R&B Division Gurez

Sd/-Executive Engineer
R&B Division Gurez

DIPK No: 4122/25

باقیات

101

جولائی کو ایوان بالا میں آپریشن سندھور پر بحث کرنے کا فیصلہ کیا گیا۔ ذرائع کے حوالے سے رپورٹ میں کہا گیا ہے کہ لوک سبھا میں ایک خصوصی بحث اگلے ہفتے شروع ہونے کا امکان ہے جس میں اتفاق رائے کے بعد آپریشن کے لیے **16** گھنٹے مختص کیے گئے ہیں۔ اپوزیشن جماعتوں نے یہ بھی مطالبہ کیا ہے کہ آپریشن سندھور پر بحث کے دوران وزیر اعظم مودی کو موجود ہونا چاہیے۔ ذرائع کے حوالے سے پی ٹی آئی کی رپورٹ میں کہا گیا ہے کہ حکومت نے وزیر اعظم کے جواب کے لیے اپوزیشن کے مطالبے پر کوئی وعدہ نہیں کیا۔ تاہم، اس نے اس بنیاد پر اگلے ہفتے بحث کی تجویز کا حوالہ دیا کہ مودی اس وقت تک اپنے چار روزہ غیر ملکی دورے سے واپس آ جائیں گے، جس کے لیے وہ بدھ کو روانہ ہوئے تھے۔ یہ پیشرفت ایسے وقت میں سامنے آئی ہے جب امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے ایک بار پھر بھارت اور پاکستان کے درمیان جنگ بندی کا سہرا اپنے سر لینے کا دعویٰ کیا، جس پر اپوزیشن کی جانب سے شدید ردعمل سامنے آیا۔ کانگریس نے مرکز پر تنقید کرتے ہوئے کہا کہ جب کہ ٹرمپ اپنے دعووں پر چوتھائی صدی کے نشان پر پہنچ چکے ہیں۔ کانگریس کے رہنما راہول گاندھی نے کہا کہ وزیر اعظم جنگ بندی کے بارے میں ٹرمپ کے دعووں کا ایک بھی جواب نہیں دے سکے ہیں، جس کا وہ اب تک **25** بار اعادہ کر چکے ہیں۔

102

اس بات پر تشویش ظاہر کی کہ بعض محکموں میں پی ایس جی اے پر مسلسل نگرانی نہیں ہو رہی ہے۔ اُنہوں نے کہا،"انتظامی سیکرٹریوں کی سطح پر ماہانہ جائزہ لیا جانا چاہیے محکموں کو اس بات کو یقینی بنانا چاہیے کہ ایکٹ کو مضبوطی سے عملایا جائے۔ اگر کسی خدمت میں بلا جواز تاخیر ہو، تو قانون کے مطابق سزا دی جائے۔" وزیر اعلیٰ نے بجٹ کی رکاوٹوں اور پورٹل کے مسائل سے متعلق چیلنجوں کو تسلیم کرتے ہوئے کہا کہ ان کا الگ سے جائزہ لیا جائے گا اور اسی کے مطابق فیصلے کئے جائیں گے۔ اُنہوں نے کہا،"جہاں درخواستیں مسترد کی جائیں، وہاں مسترد کرنے کی واضح وجوہات بیان کی جائیں تاکہ شہری اپیل کا حق برقرار رکھ سکیں۔" وزیر اعلیٰ عمر اللہ نے افسران کی صوابدیدی اختیارات کے غلط استعمال پر بھی سخت تنقید کرتے ہوئے کہا کہ پی ایس جی اے کا مقصد ایسے اختیارات کا خاتمہ ہے۔ انہوں نے خدمات کی بروقت فراہمی اور تاخیر کی صورت میں سخت جرمانے پر زور دیا۔ اُنہوں نے مزید کہا،"اس ایکٹ کی روح وقت پر خدمات کی فراہمی ہے۔ اگر وقت کی خلاف ورزی ہو تو کسی رعایت کے بغیر جرمانہ کیا جائے۔ نرمی نہ برتی جائے۔" وزیر اعلیٰ نے نگرانی کے طریقہ کار کو مزید مضبوط بنانے کے لئے اعلان کیا کہ پی ایس جی اے پر عمل درآمد کا جامع جائزہ ہر تین ماہ بعد وزیر اعلیٰ سطح پر لیا جائے گا کہا کہ پی ایس جی اے کا مقصد ایسے اختیارات کا خاتمہ ہے۔ انہوں نے خدمات کی بروقت فراہمی اور تاخیر کی صورت میں سخت جرمانے پر زور دیا۔ اُنہوں نے مزید کہا،"اس ایکٹ کی روح وقت پر خدمات کی فراہمی ہے۔ اگر وقت کی خلاف ورزی ہو تو کسی رعایت کے بغیر جرمانہ کیا جائے۔ نرمی نہ برتی جائے۔" وزیر اعلیٰ نے نگرانی کے طریقہ کار کو مزید مضبوط بنانے کے لئے اعلان کیا کہ پی ایس جی اے پر عمل درآمد کا جامع جائزہ ہر تین ماہ بعد وزیر اعلیٰ سطح پر لیا جائے گا جس کی بنیاد پر چیف سیکرٹری کے دفتر سے اشتراک کی گئی محکمانہ رپورٹس ہیں۔ میٹنگ میں تمام محکموں کی جانب سے پی ایس جی اے کی عمل آوری کی موجودہ صورتحال اور طریقہ کار پر تفصیلی پریزنٹیشنز دی گئیں۔ اس ایکٹ کا مقصد تمام سرکاری خدمات کی شفاف، وقت پر اور جوابدہ فراہمی ہے۔ یہ بھی بتایا گیا کہ اب تک **493** سرکاری خدمات پی ایس جی اے کے تحت نوٹیفائی کی جا چکی ہیں جن میں سب سے زیادہ خدمات محکمہ بجلی (**98**)، ریونیو (**58**)، فائنانس (**58**)، ٹرانسپورٹ، مکانات و شہری ترقیاتی محکمہ (**47** ہر ایک)، صنعت و حرفت (**40**) اور صحت، تعلیم، جنگلات، زراعت سمیت دیگر شامل ہیں۔

103

آئی جی پی کشمیر نے افسران کو ہدایت دی کہ این ایل ایس اے کے پروگراموں کے دوران مکمل چوکسی برتی جائے تاکہ عوام کو انصاف تک رسائی کے لیے کیے جا رہے ان اقدامات کو محفوظ ماحول فراہم کیا جا سکے۔ انہوں نے کشمیر یونیورسٹی کے الومنائی میٹ کو بھی ایک اہم علمی اور پیشہ ورانہ اجتماع قرار دیتے ہوئے اس کے لیے جامع سیکیورٹی پلان بنانے پر زور دیا۔ انہوں نے متعلقہ افسران کو ہدایت دی کہ اہم مقامات پر نگرانی مزید سخت کی جائے اور ٹریفک کی موثر نگرانی کے ذریعے شرکاء اور عام شہریوں کی نقل و حرکت کو سہل بنایا جائے۔ شری وی کے بردی نے اس بات کو دہرایا کہ این ایل ایس اے کے پروگرام اور یونیورسٹی آف کشمیر کا الومنائی میٹ دونوں نہایت اہمیت کے حامل ہیں اور پولیس ان تقریبات کو ہر ممکن تحفظ فراہم کرنے کے لیے پرعزم ہے۔ اجلاس کا اختتام اس مشترکہ عزم کے اظہار پر ہوا کہ تمام متعلقہ ادارے اور افسران دونوں پروگراموں کے پُرامن اور منظم انعقاد کو یقینی بنانے کے لیے قریبی تعاون کریں گے۔

104

، کشتواڑ، اور رام بن کے علاقوں میں آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لینے علاقوں کا دورہ کیا"۔ انہوں نے مزید لکھا"جنرل شرما نے آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لینے کیلئے علاقوں کا دورہ کیا"۔ آرمی کمانڈر نے فوجیوں کی پیشہ وارانہ مہارت کو سراہا اور مشکل حالات میں آپریشنل تاثیر کے اعلیٰ ترین معیار کو برقرار رکھنے میں ان کی انتھک کوششوں کی تعریف کی۔ شمالی کمان نے دور دراز کے فرنٹ لائن علاقوں میں تعینات فوجیوں کو ناگوار خطوں کے باوجود جنگی تیاری کے بہترین معیار کیلئے مبارکباد دی اور ان پر زور دیا کہ وہ بہترین کارکردگی کے لیے کوششیں جاری رکھیں۔ تینوں اضلاع میں فوج، پولیس اور نیم فوجی دستوں کی مشترکہ ٹیموں کی طرف سے ایک ماہ سے زیادہ عرصے سے خطے میں سرگرم دہشت گردوں کا سراغ لگانے کے لیے کئی آپریشنز جاری ہیں۔ آرمی کمانڈر نے فوجیوں کی پیشہ وارانہ مہارت کو سراہا اور مشکل حالات میں آپریشنل تاثیر کے اعلیٰ ترین معیار کو برقرار رکھنے میں ان کی انتھک کوششوں کی تعریف کی۔ شمالی کمان نے دور دراز کے فرنٹ لائن علاقوں میں تعینات فوجیوں کو ناگوار خطوں کے باوجود جنگی تیاری کے بہترین معیار کیلئے مبارکبادی اور ان پر زور دیا کہ وہ بہترین کارکردگی کے لیے کوششیں جاری رکھیں۔ تینوں اضلاع میں فوج، پولیس اور نیم فوجی دستوں کی مشترکہ ٹیموں کی طرف سے ایک ماہ سے زیادہ عرصے سے خطے میں سرگرم دہشت گردوں کا سراغ لگانے کے لیے کئی آپریشنز جاری ہیں۔

105

، این آئی سی ایس آئی کے نمائندگان اور دیگر متعلقہ افسران نے بھی میٹنگ میں حصہ لیا۔ سپیکر موصوف جو اعلیٰ سطحی ایپکس کمیٹی (ایچ ایل اے سی) کے چیئرمین بھی ہیں، نے اس فلیگ شپ پروجیکٹ پر تفصیلی جائزہ لیا جس کا مقصد مقننہ کو ڈیجیٹل اور پیپر لیس بنانا ہے۔ سپیکر عبدالرحیم راتھر نے افسران سے خطاب کرتے ہوئے نیشنل ای۔ ودھان ایپلی کیشن (این ای وی اے) منصوبے کی بروقت تکمیل اور انضمام پر زور دیا تاکہ جموں و کشمیر اسمبلی کی کارروائی کو جدید خطوط پر استوار کیا جا سکے۔ اُجس کا مقصد مقننہ کو ڈیجیٹل اور پیپر لیس بنانا ہے۔ سپیکر عبدالرحیم راتھر نے افسران سے خطاب کرتے ہوئے نیشنل ای۔ ودھان ایپلی کیشن (این ای وی اے) منصوبے کی بروقت تکمیل اور انضمام پر زور دیا تاکہ جموں و کشمیر اسمبلی کی کارروائی کو جدید خطوط پر استوار کیا جا سکیں۔ انہوں نے کہا کہ یہ منصوبہ شفافیت، مؤثریت اور قانون سازی کے عمل میں عوامی رسائی کو بڑھانے کی جانب ایک سنگِ میل ہے۔ اُنہوں نے متعلقہ محکموں کو ہدایت دی کہ وہ باقاعدہ رابطہ رکھیں تاکہ منصوبے پر مؤثر عمل درآمد کو یقینی بنایا جا سکے۔ سپیکر موصوف نے تمام متعلقہ اداروں کو ہدایت دی کہ باقی ماندہ کام جلد از جلد مکمل کریں اور مقررہ وقت کے اندر اس اہم منصوبے کے نفاذ کو ممکن بنائیں۔ اُنہوں نے فائنانس ڈیپارٹمنٹ کو ہدایت دی کہ وہ منصوبے کے تحت مختلف اجزاء کی خریداری کے لئے عمل آوری ایجنسی کو درکار وسائل فراہم کرے۔" اُنہوں نے کہا،" این ای وی اے (نیوا) کے کامیاب نفاذ سے جموں و کشمیر کو ملک کی ڈیجیٹل طور پر بااختیار قانون سازوں کے برابر لایا جائے گا۔" سپیکر نے این آئی سی اور آئی ٹی ڈیپارٹمنٹ کو ہدایت دی کہ وہ ایچ ایل اے سی کو اس پروجیکٹ پر عمل درآمد میں ہونے والی پیش رفت کے بارے میں اَپ ڈیٹ رکھیں۔ دوران میٹنگ ایس آئی او این آئی سی جے اینڈ کے نے منصوبے کی موجودہ صورتحال پر ایک تفصیلی پرزنٹیشن بھی دی۔ یہ بات قابل ذکر ہے کہ این ای وی اے (نیوا) ڈیجیٹل انڈیا انیشی ٹیو کے تحت ایک فلیگ شپ منصوبہ ہے جسے مرکزی وزارت پارلیمانی امور کی زیر قیادت چلایا جا رہا ہے۔ اس کا مقصد مقننہ کو پیپر لیس بنانا ہے۔

106

پولیس کی ایک ٹیم جائے وقوعہ پر پہنچی، لاشوں کو قبضے میں لے لیا اور مزید تفتیش شروع کر دی۔

107

میں بہتری لانے کی حکمت عملی پر تبادلہ خیال کیا گیا تاکہ عوام کو وافر اور دیرپا پانی کی فراہمی یقینی بنائی جا سکے۔ میٹنگ میں چیف انجینئر پی ایچ ای جموں وکاس شرما، سپرانٹنڈنگ انجینئران اُجے شرما اور سنیل گندوترا سمیت دیگر افسران نے شرکت کی۔ وزیر موصوف نے میٹنگ کی صدارت کرتے ہوئے جاری واٹر سپلائی سکیموں کی جلد تکمیل پر زور دیا بالخصوص جل جیون مشن کے تحت جاری سکیموں کی بروقت تکمیل کو ترجیح دینے کی ہدایت دی۔ اُنہوں نے پانی کی فراہمی کے نظام میں کسی بھی رکاوٹ کو دُور کرنے کے لئے فوری اور موثر ردعمل کے طریقہ کار پر زور دیتے ہوئے کہا کہ ہر گھر کو محفوظ اور صاف پانی کی فراہمی کے اہداف کو بروقت حاصل کرنا نہایت ضروری ہے۔ میٹنگ میں پانی کے ذخیرہ کرنے والے ٹینکوں کی باقاعدہ صفائی اور دیکھ ریکھ کی اہمیت پر بھی زور دیا گیا تاکہ پانی کے معیار کو محفوظ رکھا جا سکے اور آلودگی سے بچا جا سکے۔ وزیر موصوف نے متعلقہ حکام کو ہدایت دی کہ فلٹریشن پلانٹس کے مناسب کام کو یقینی بنائیں جو کمیونٹی کو صاف اور محفوظ پانی کی فراہمی میں اہم کردار اَدا کرتے ہیں۔ میٹنگ میں پانی کے وسائل کی دیرپائی کو یقینی بنانے کے لئے مؤثر واٹر ری چارج حکمت عملی پر بھی غور و خوض کیا گیا۔ مزید برآں، وزیر جاوید احمد رانا نے ناکارہ ہینڈ پمپوں کی فوری مرمت کی ضرورت پر زور دیا تاکہ ان کی فعالیت بحال ہو اور پانی کی فراہمی کے نظام کو مضبوط کیا جا سکے۔ اُنہوں نے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ کی قیادت میں حکومت کی ان اقدامات پر مؤثر عمل درآمد کو یقینی بنانے کے عزم کا اعادہ کیا جن کا مقصد پانی کی فراہمی کے نظام کو بہتر بنانا، خدمات کی فراہمی کو مؤثر بنانا اور عوام کو محفوظ اور قابلِ اعتماد پانی کے وسائل تک یقینی رسائی فراہم کرنا ہے۔ وزیر موصوف نے متعلقہ حکام کو ہدایت دی کہ فلٹریشن پلانٹس کے مناسب کام کو یقینی بنائیں جو کمیونٹی کو صاف اور محفوظ پانی کی فراہمی میں اہم کردار اَدا کرتے ہیں۔ میٹنگ میں پانی کے وسائل کی دیرپائی کو یقینی بنانے کے لئے مؤثر واٹر ری چارج حکمت عملی پر بھی غور و خوض کیا گیا۔ وزیر موصوف نے متعلقہ حکام کو ہدایت دی کہ فلٹریشن پلانٹس کے مناسب کام کو یقینی بنائیں جو کمیونٹی کو صاف اور محفوظ پانی کی فراہمی میں اہم کردار اَدا کرتے ہیں۔ میٹنگ میں پانی کے وسائل کی دیرپائی کو یقینی بنانے کے لئے مؤثر واٹر ری چارج حکمت عملی پر بھی غور و خوض کیا گیا مزید برآں، وزیر جاوید احمد رانا نے ناکارہ ہینڈ پمپوں کی فوری مرمت کی ضرورت پر زور دیا تاکہ ان کی فعالیت بحال ہو اور پانی کی فراہمی کے نظام کو مضبوط کیا جا سکے۔ اُنہوں نے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ کی قیادت میں حکومت کی ان اقدامات پر مؤثر عمل درآمد کو یقینی بنانے کے عزم کا اعادہ کیا جن کا مقصد پانی کی فراہمی کے نظام کو بہتر بنانا، خدمات کی فراہمی کو مؤثر بنانا اور عوام کو محفوظ اور قابلِ اعتماد پانی کے وسائل تک یقینی رسائی فراہم کرنا ہے۔

108

ضروری احتیاطی تدابیر اور اقدامات کریں۔ مزید اپ ڈیٹس آئی ایم ڈی ایڈوائزری کی بنیاد پر ہوں گی۔ اس دوران منگل کی شام سے بدھ کی سہ پہر سری نگر اور جموں سمیت بیشتر اضلاع میں وقفے وقفے سے ہلکی سے درمیانی درجے کی بارش ہوئی۔ بدھ کی صبح سورج نکلنے کے بعد بعد دوپہر آسمان پر بادل چھا گئے جبکہ اس کے بعد کئی علاقوں میں بارشوں کا تازہ سلسلہ شروع ہوگیا۔ موسمیاتی مرکز سری نگر نے بدھ کے روز ایک موسمی ایڈوائزری جاری کرتے ہوئے پورے جموں و کشمیر میں ہلکی سے درمیانی بارش اور گرج چمک کیساتھ اگلے **48** گھنٹوں کے دوران الگ تھلگ جگہوں پر خاص طور پر جموں ڈویژن میں بھاری سے بہت زیادہ بارش کی پیش گوئی کی۔ ڈائریکٹر موسمیاتی مرکز سری نگر ڈاکٹر مختار احمد نے کہا کہ **23** سے **24** جولائی تک کئی اضلاع بشمول پونچھ، راجوری، رام بن، ریاسی، ادھم پور، جموں اور کٹھوعہ میں تیز بارش ہونے کی توقع ہے۔ انہوں نے کہا کہ کشمیر ڈویژن کے کچھ علاقوں میں درمیانی سے شدید بارش بھی ہو سکتی ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ **25** سے **27** جولائی تک موسم گرم اور مرطوب رہنے کی توقع ہے، اور الگ تھلگ مقامات پر صرف ہلکی بارش ہوگی۔ ڈاکٹر مختار احمد نے کہا کہ تاہم، **28** سے **30** جولائی تک، وقفے وقفے سے ہلکی سے درمیانی بارش اور گرج چمک کے ساتھ بارش کی پیش گوئی کی گئی ہے، جموں خطہ میں کچھ مقامات پر خاص طور پر دیر رات اور صبح کے اوقات میں شدید بارش ہوگی۔ موسمیاتی مرکز سری نگر نے شدید سیلاب، لینڈ سلائیڈنگ، مٹی کے تودے گرنے، پتھروں کو نشانہ بنانے اور ندیوں اور ندی نالوں میں پانی کی سطح میں اضافے سے خبردار کیا ہے، خاص طور پر خطرناک علاقوں میں۔ نشیبی علاقوں میں پانی جمع ہونے کا بھی خدشہ ہے۔ کاشتکاروں کو مشورہ دیا گیا ہے کہ وہ **25** سے **27** جولائی کے درمیان فارم کا کام دوبارہ شروع کریں جب موسمی حالات نسبتاً مستحکم رہنے کی توقع ہے۔ موسمیاتی مرکز سری نگر نے رہائشیوں، مسافروں اور حکام سے اس گیلے موسم کے دوران چوکس رہنے کی تاکید کی۔

109

کے مطابق، وزارت داخلہ نے **22** جولائی **2025** کو ایک گزٹ نوٹیفکیشن کے ذریعے دھنکر کے استعفیٰ کی باضابطہ اطلاع دی۔ ای سی آئی نے آئین کے دفعہ **324** اور صدارتی اور نائب صدر کے انتخابات ایکٹ **1952** کے تحت اپنے مینڈیٹ کا استعمال کرتے ہوئے نائب صدر کے انتخابات **2025** کی تیاری شروع کر دی ہے۔ بیان میں کہا گیا ہے کہ تیری سرگرمیوں کی تکمیل پر نائب صدر جمہوریہ ہند کے دفتر میں انتخابی شیڈول کا اعلان جلد از جلد کیا جائے گا۔ پہلے سے جاری ہونے والی اہم سرگرمیوں میں الیکٹورل کالج کی تیاری (راجیہ سبھا اور لوک سبھا کے منتخب اور نامزد اراکین پر مشتمل)، ریٹرننگ آفیسر/اسسٹنٹ ریٹرننگ افسران کو حتمی شکل دینا، اور تمام سابقہ نائب صدر کے انتخابات کے پس منظر کے مواد کی تیاری شامل ہے۔ کمیشن نے یقین دہانی کرائی

The Urdu Daily
WATTAN
وطن سرینگر

نابینا افراد کے لیے اسمارٹ چھڑی

ترکی کے نوجوان ماہرین نے روایتی چھڑی میں ٹیکنالوجی شامل کر کے اسے اسمارٹ چھڑی میں تبدیل کر دیا ہے۔ترکی ینگ گرو اکیڈمی کی جانب سے یہ چھڑی بنائی گئی ہے جسے جدید ٹیکنالوجی کا شاہکار کہا جاسکتا ہے۔اس میں سب سے اہم بات اس کا الیکٹرانک ہینڈل ہے جسے کسی بھی عام سفید چھڑی سے جوڑ کر اسے اسمارٹ بنایا جاسکتا ہے۔چھڑی میں موجود الٹراساؤنڈ سینسر آن ہوجاتا ہے جو سرکی سطح تک کی رکاوٹوں، ناہموار زمین، پانی اور کیچڑ وغیرہ کو قدم رکھنے سے پہلے بھانپ لیتا ہے اور ایک آواز کے ذریعے خبردار کرتا ہے۔ ہینڈل میں آگے کی جانب ایک روشن ایل ای ڈی لگائی گئی ہے جسے اندھیرے میں بینائی والے خواتین و حضرات دیکھ کر چوکنا ہو سکتے ہیں۔اس کے ٹچ پیڈ کی بدولت کسی اسمارٹ فون اور ٹیبلٹ کے ذریعے بھی اس چھڑی کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ MNN

پروٹین کی کمی کا شکار خواتین سورج مکھی کے بیج کھائیں

آج کل آپ جہاں کہیں چلی جائیں آپ کو لڑکیاں بالیاں، بڑی، چھوٹی، درمیانی عمر کی خواتین، سورج مکھی کے نمکین اور بھنے ہوئے بیج بڑے مزے سے چھیل چھیل کر کھاتی نظر آئیں گی۔ یہ منظر دیکھنے میں شاید عجیب لگے، مگر یہ ہے بہت مفید عمل، ہم اس کے بارے میں آپ کو بتاتے ہیں۔آپ نے اکثر یہ منظر بھی دیکھے ہوں گے کہ اسکول، کالج گرلز، ورکنگ ویمن اور دیگر خواتین فرصت کے اوقات میں دوستوں کے ساتھ گپ شپ لگاتے ہوئے، سفر میں اور سیر و تفریح کرتے ہوئے اپنے ساتھ سورج مکھی کے روسٹڈ سیڈ بیج رکھتی ہیں تا کہ جب جی چاہے وہ ان سے لطف اندوز ہوسکیں۔ ریڑھی والے، خصوصاً ''لالہ جی'' گلیوں، بازاروں اور مارکیٹوں میں انھیں بھونتے اور فروخت کرتے نظر آتے ہیں۔کھانے میں سوندھے، نمکین اور کرارے یہ بیج بادام، پستے کے ذائقے سے کسی بھی طرح کم محسوس نہیں ہوتے۔ آیئے دیکھتے ہیں کہ سورج مکھی کے ان بیجوں کی افادیت خواتین کے لیے کیا ہے اور یہ جادو بھرا بیج انہیں کیا کیا فائدے پہنچاتا ہے۔پاکستانی خواتین کی اکثریت غذائی قلت اور متوازن غذا کی کمی کا شکار ہے۔ وٹامن، منرل، پروٹین، حیاتین، لحمیات، کاربوہائیڈریٹ اور آئرن (فولاد) وغیرہ کی کمی تو ایک عام بات ہے۔ پروٹین حاصل کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ گوشت ہے جو ہماری آبادی کی اکثریت کی پہنچ سے بہت دور ہے۔ دالیں اور سویابین وغیرہ بھی کچھ کم مہنگی نہیں ہیں۔ چنے اور بینز بھی عام عورت کی پہنچ میں آسانی سے نہیں آتیں جن سے وہ اپنے جسم میں پروٹین کا خزانہ حاصل کرلے اور اس کی کمی کا خاتمہ کرلے، تاہم سورج مکھی کے بیج اور تیل میں پروٹین کا ایک بھرپور خزانہ موجود ہے۔غریب ممالک کی خواتین سورج مکھی کے بیجوں کو بہ طور غذا استعمال کرتی ہیں۔ جب کہ اس کے تیل کو مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔کھائے جانے والے بیجوں میں سورج مکھی کے بیج سب سے زیادہ پسند کیے جاتے ہیں اور ہماری خواتین کو بہت مرغوب ہیں۔ ان کی افادیت اور اہمیت کا اندازہ اس بات سے لگایئے کہ ان سفید و کالے اور لمبے چپٹے بیجوں میں آئرن، فاسفورس اور پروٹین جیسے عناصر کا پورا اور مکمل خزانہ موجود ہے۔ یہ وٹامن بی کے حصول کا ذریعہ بھی ہیں۔سورج مکھی کے بیجوں کی ایک اہم خاصیت یہ بھی ہے کہ یہ کسی بھی کھانے کی غذائیت بڑھادیتے ہیں۔ بڑے بڑے ریستورانوں میں سورج مکھی کے چھوٹے بیج پیس کر دہی، شوربے اور سلاد پر چھڑک کے جاتے ہیں۔ اگر ان بیجوں کو چھیل کر سبزیوں میں ملالیا جائے تو ان میں پروٹین، وٹامنز اور معدنی اجزا کے ساتھ ساتھ آئل بھی شامل ہوجاتا ہے جس کے بعد یہ تیار کردہ سبزیاں غذائیت میں بے پناہ اضافے کا سبب بن جاتی ہیں۔دنیا کے بہت سے ممالک کی خواتین سورج مکھی کے بیجوں کو میٹھے اور نمکین پکوانوں میں اوپر سے پستہ بادام کی ہوائیوں کی طرح باریک پیس کر یا کاٹ کر استعمال کرتی ہیں۔ ڈائٹنگ کرنے والی اور کم زور جسم رکھنے والی خواتین، لاغر و کم زور بچوں اور بڑھتی عمر والے بچوں کو سورج مکھی کے یہ روسٹڈ بیج بھی بہ طور اسنیکس کھانے کے لیے دیں اور پھر اس کے اثرات بھی دیکھیں۔خواتین اور بچوں کے غذائی شیڈول میں سورج مکھی کے بیجوں کا مغز ایک بہترین غذائی پروٹین ثابت ہوگا۔ یہ اپنی جگہ خود ایک مکمل غذا ہے۔ MNN

موٹاپا: انسانی صحت کا دشمن، بچاؤ نہایت آسان

ہماری روزمرہ خوراک نہ صرف ہمارے بدن کی لازمی ضرورت بلکہ تن درستی کا ذریعہ بھی ہے اور امراض کا سبب بھی۔
معیاری، ملاوٹ سے پاک اور قدرتی اشیائے خور و نوش کا انتخاب اور استعمال ہی ہماری صحت مندی، جوانی، خوبصورتی اور طول العمری کا باعث بنتا ہے۔
غیر معیاری، مصنوعی اور ملاوٹ والی خوراک ہمیں لاتعداد بدنی مسائل میں مبتلا کرتی ہے۔ جدید دور میں آئے روز نت نئے امراض کی پیدائش اور افزائش کا سبب بھی یہی خوراک بن رہی ہے۔وہی خوراک جسے ہم تن درستی و توانائی کے حصول کے لیے استعمال کرتے ہیں، بے احتیاطی اور بد پرہیزی کرنے پر ہمارے لیے بیماری اور پریشانی کا ذریعہ بن جاتی ہے۔
فی زمانہ یوں تو کئی ایک خطرناک بیماریاں بے احتیاطی اور بسیار خوری سے ہم پر مسلط ہورہی ہیں لیکن ان میں سب سے خطرناک اور صحت مندی و تن درستی کا سب سے بڑا دشمن موٹاپا ہے۔موٹاپا بذات خود تو ایک موذی اور تکلیف دہ مرض ہے ہی مگر یہ کئی دوسرے نامراد اور خطرناک امراض کو انسان پر مسلط کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ بھی ہے۔ مثلاً شوگر، فشار الدم، زیادتی کولیسٹرول، یورک ایسڈ کی زیادتی، امراض قلب، امراض گردہ اور نقرس وغیرہ۔جسم میں اضافی چربی معلوم کرنے کیلئے اپنی کمر اور بازو پر چٹکی بھریں۔اگر چٹکی میں ایک انچ سے زائد گوشت آئے تو یہ اضافی چربی کی نشان دہی ہے اور یہ کہ آپ کو اپنا وزن قابو میں رکھنے کی طرف دھیان دینے کی ضرورت ہے۔
یاد رہے کہ ایک انچ کے بعد چربی کا ہر چوتھا حصہ 10 پونڈ اضافی چربی کو بیان کرتا ہے۔
طبی نقطہ نظر سے موٹاپے کا مرض اس وقت خیال کیا جاتا ہے جب باڈی ماس انڈیکس (BMI) 30 سے زیادہ ہونے لگے۔خواتین میں چربی کا تناسب 30 فیصد سے زیادہ اور مرد حضرات میں 25 فیصد سے بڑھنے لگے تو اسے موٹاپا گردانا جاتا ہے۔ باڈی ماس انڈیکس ایک معیاری ذریعہ پیمائش ہے جو موٹاپے سے متعلق ہمیں بر وقت آگاہی فراہم کرتا ہے۔
BMI کے ذریعے موٹاپے کی تشخیص درج ذیل طریقے سے کی جا سکتی ہے۔وزن کلوگرام میں

((kgbodymassindex=wt

=BMI------------

قد+قد(میٹرز میں)htm(htm"(

BMI کے ذریعے موٹاپے کی تشخیصی تقسیم کچھ یوں ہے۔

موٹاپے کے خطرے سے باہر 18.5:

صحت مند حالت 18.5:--24.9

موٹاپے کا رجحان 24.9:--29.9

موٹاپا 30:--39.9

خطرناک موٹاپا 40:

طبی ماہرین نے موٹاپے کی کئی اقسام بیان کی ہیں ان میں سے دو بڑی درج ذیل ہیں:

خلیات کی تعداد میں اضافے سے موٹاپا

موٹاپے کی اس قسم میں پیدائشی طور پر نو مولود کے خلیات کی افزائش وافر مقدار میں ہونے سے جسم کے تمام خلیات کی تعداد میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ ایسے بچے پیدائش کے وقت ہی دیگر بچوں کی نسبت بھاری بھر کم ہوتے ہیں۔ جسمانی نشوونما کے ابتدائی مراحل سے ہی جسم میں چربی کے خلیات کی تعداد بڑھنے لگتی ہے جو بعد ازاں مضر اثرات کا باعث بن جاتی ہے۔

خلیات کے حجم میں اضافے سے موٹاپا اس قسم کے موٹاپے کی وجہ خلیات کے حجم میں اضافہ ہوتا ہے۔جسم کے خلیات میں چربیلے ذرات شامل ہوجاتے سے ان کی جسامت بڑھنے لگتی ہے جو بعد ازاں جسم کے میٹابولزم کی کارکردگی میں خرابی کا باعث بن کر شوگر، فشار الدم، زیادتی کولیسٹرول، یورک ایسڈ کی زیادتی، امراض قلب، امراض گردہ اور نقرس جیسے موذی امراض کے حملہ آور ہونے کا ذریعہ بنتے ہیں۔

موٹاپا کیسے ہوتا ہے؟

موٹاپا پیدا ہونے کی کئی ایک وجوہات ہیں۔ ان میں دو قدرے اہم ہیں۔نفسیاتی، جسمانی۔
نفسیاتی: جدید طبی اور نفسیاتی تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ زیادہ ٹی وی دیکھنا بھی موٹاپے کی بڑی وجہ ہے۔ جوں جوں ہم ٹی وی دیکھنے کے دورانیے میں اضافہ کرتے جاتے ہیں، ویسے ہی ہماری جسمانی کارکردگی میں کمی واقع ہونے لگتی ہے۔ایسے بچے جو زیادہ وقت ٹی وی دیکھنے کے عادی ہوتے ہیں، وہ ٹی وی نہ دیکھنے والوں کی نسبت جسامت میں بھاری ہوتے ہیں۔ٹی وی کا دیکھنا بڑوں میں بھی موٹاپے کا باعث بنتا ہے۔اس کی ایک بڑی وجہ ٹی وی دیکھتے ہوئے کچھ کھانے کا رجحان بھی ہے۔
جدید تحقیقات سے یہ بھی سامنے آیا ہے کہ روزانہ دو گھنٹے ٹی وی دیکھنے والوں میں موٹاپا پیدا ہونے کے 23 فیصد امکانات ہوتے ہیں اور 14 فیصد تک ذیابیطس جیسے مہلک مرض کے مسلط ہونے کے خدشات موجود ہوتے ہیں۔علاوہ ازیں بعض افراد میں ذہنی دباؤ کی حالت میں کھانے کی طلب بڑھنے سے بے وقت اور بلا ضرورت کھانے سے بھی موٹاپے کی علامات نمودار ہوجاتی ہیں۔ ذہنی پریشانی میں بھوک میں اضافہ ہونے کی وجہ خون میں serotonin کی کمی ہوتی ہے۔
سیروٹونین کی کمی سے خون میں شوگر کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ جسے متوازن کرنے کیلئے انسولین کی وافر مقدار کی ضرورت ہوتی ہے۔ لہذا جسم اپنی ان ضروریات کو پورا کرنے کیلئے نشاستہ دار غذاؤں کی طلب کرتا ہے۔ یوں ذہنی مرض میں مبتلا فرد بے وقت اور بلا ضرورت کھانے کے مرض میں گرفتار ہوکر موٹاپے کو دعوت دینے لگتا ہے۔
جسمانی: جسمانی میٹابولزم میں خرابی پیدا ہوجانے سے موٹاپا پیدا ہونے کے امکانات 100 فیصد بڑھ جاتے ہیں۔ نشاستہ دار غذاؤں کی بہتات کے استعمال سے خون میں شوگر کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔خون میں شوگر کی مقدار بڑھ جانے سے انسولین کی مقدار میں بھی اضافے کی ضرورت ہوتی ہے تا کہ خون میں شوگر کے تناسب کو متوازن کیا جاسکے۔شوگر کی مقدار گلائیکوجن میں تبدیل ہوکر جگر میں جمع ہوکر توانائی کا ذریعہ بنتی ہے جبکہ شوگر کی زیادتی ٹرائیگلسرائیڈز کی شکل اختیار کر کے چربیلی بافتوں میں اضافے کا باعث بنتی ہیں۔ یہ چربیلے ذرات موٹاپے کا روپ دھار کر انسانی صحت کے دشمن بن جاتے ہیں۔
موٹاپا پیدا ہونے کے بڑے اسباب کے ساتھ ساتھ موٹاپے کے ذیلی اسباب میں درج ذیل امور سامنے آتے ہیں
امراض نسواں: خواتین کے امراض مخصوصہ میں بندش حیض، ورم رحم وغیرہ سے بھی بدن مائل بہ فربہی دکھائی دینے لگتا ہے۔ زیر ناف ورم کی کیفیت ظاہر ہونے لگتی ہے۔ جب زیادہ دیر تک علاج نہ کیا جائے تو ورم کے اثرات کولہوں تک پھیل کر پورے بدن کو بے ڈھنگا اور بے ڈیل بنا دیتے ہیں۔ ماہواری میں بے قاعدگی یا رکاوٹ ہونے سے گندے اور زہریلے خون کے بدن میں سرایت کر جانے سے بھی جسم کئی ایک عوارض کا شکار ہوجاتا ہے۔ بندش حیض میں ماہواری آنا رک جاتی ہے یا پھر کم اور تکلیف سے آتی ہے۔ زنانہ ہارمونز کی افزائش میں خرابی واقع ہو جانے سے بسا اوقات خواتین کے چہروں پر بال بھی اگنا شروع ہوجاتے ہیں۔ پورا بدن پھول کر کپا ہوجاتا ہے۔
مانع حمل ادویات کے اثرات: خاندانی منصوبہ بندی کے تحت آج کل مانع حمل ادویات کا استعمال بھی بے دریغ کیا جا رہا ہے۔ ان ادویات کو استعمال کرنے والی خواتین کئی دیگر جسمانی عوارض کے نرغے میں پھنس رہی ہیں۔ مانع حمل ادویات کے استعمال سے زنانہ خصیۃ الرحم کے ہارمونز ایسٹروجن پروجیسٹرون کی افزائش میں خرابی پیدا ہو جانے سے جسم پر منفی اثرات مرتب ہوکر جسم پھولنے لگتا ہے۔ گوشت لٹک جانے سے بدن کی خوبصورتی خراب ہو جاتی ہے۔ مریضہ احساس کمتری میں مبتلا ہوکر نفسیاتی مسائل کا شکار ہوجاتی ہے۔ مانع حمل ادویات کے منفی اثرات سے محفوظ رہنے کے لئے ضروری ہے کہ ہم فطری رویوں اور اسلامی تعلیمات پر عمل پیرا ہوں۔ بچوں کی پیدائش کے مابین وقفے سے متعلق سورۃ النساء میں واضح ہدایات موجود ہیں۔ بطور مسلمان بھی ان کی پیروی کرنی چاہئے۔ یوں ہم اسلامی و قرآنی تعلیمات پر در آمدگی کا ثواب بھی حاصل کرنے والے بن جائیں گے اور جسمانی عوارض سے بھی محفوظ ہو جائیں گے۔
عظم کبد: جگر پر ورم آنے، جگر کی کارکردگی میں نقص واقع ہونے اور جگر بڑھنے سے بھی موٹاپے کے آثار نمایاں ہونے لگتے ہیں۔جگر پورے جسم کو توانائی مہیا کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ ہے۔ جب اس کے افعال میں خرابی پیدا ہوتی ہے تو پورا بدن کمزوری اور خرابی کا شکار ہوجاتا ہے۔ غذائی اجزاء کے صحیح طور پر جزو بدن نہ بننے سے جسم لاغر ہوجاتا ہے۔ خون میں سرخ ذرات کی کمی ہونے سے جسم بھدا ہوکر پھیلنے لگتا ہے۔
عظم طحال: تلی کا حجم بڑھنے سے بھی پیٹ باہر نکل کر موٹاپا ظاہر ہونے لگتا ہے۔ اس طرح کے موٹاپے میں صرف پیٹ پھولا ہوا دکھائی دیتا ہے جیسے غبارے میں ہوا بھر دی جائے۔ بسا اوقات تلی کی خرابی بعد ازاں امراض قلب، امراض کبد اور امراض تنفس کا باعث بھی بن جاتی ہے۔
تھائیرائیڈ غدود کی خرابی: تھائیرائیڈ غدود کو جسمانی میٹابولزم اور نشو ونما میں

بنیادی اہمیت حاصل ہے۔اس میں خرابی واقع ہونے سے پستی قد، موٹاپا اور دیگر کئی عوارض مسلط ہوجاتے ہیں۔
خرابی امعاء: انتڑیوں کے فعل میں خرابی پیدا ہونے، دائمی قبض رہنے اور فاضل مواد کے امعاء میں رکنے کی وجہ سے بھی پیٹ باہر کو نکل آتا ہے۔ انتڑیوں میں رکاوٹ ہوجانے سے تبخیر اور گیس پیدا ہوکر پیٹ پھولا پھولا سا رہنے لگتا ہے۔
قلت الدم: خون میں شامل سرخ ذرات کو بدن انسانی کی نشوونما میں بنیادی اہمیت حاصل ہے۔ جسمانی خوبصورتی اور متناسب ڈیل ڈول بھی ہیموگلوبن سے ہی وجود میں آتے ہیں۔ جب جسم انسانی میں سرخ ذرات کی کمی واقع جائے تو جسم لاغری اور نقاہت کا شکار ہوجاتا ہے۔ بدن کی .Hb کم ہونے سے گوشت پھیل کر لٹک سا جاتا ہے۔ بظاہر ایسا آدمی ہٹا کٹا دکھائی دیتا ہے لیکن کمزوری اور لاغری اسے بے بس کر کے رکھ دیتی ہے۔
امراض گردہ: گردوں کی کارکردگی میں خرابی پیدا ہونے سے بھی جسم بالخصوص ہاتھ پاؤں اور چہرے پر ورم کی کیفیت نمودار ہوتی ہے۔ پورا بدن انسانی پھیلاؤ اور پھلاوٹ کا شکار ہوکر موٹاپے کا روپ دھار لیتا ہے۔
غلبہ بلغم: ایسے افراد جن کا مزاج بلغمی ہوتا ہے جسم کے مختلف حصوں میں بلغمی رطوبات کے اجتماع سے بھی ڈیل و ڈول پھیلنے لگتا ہے۔ جسم وزن اور حجم کے لحاظ سے کافی بڑھنے لگتا ہے۔ علاوہ ازیں سہل پسندی اور آرام دہ زندگی بھی موٹاپے کی ایک وجہ بن سکتی ہے۔

جب موٹاپا غذا پر قابو پانے کے باوجود پیچھا نہ چھوڑے تو درج ذیل طبی تراکیب استعمال میں لا کر ہم خاطر خواہ فوائد حاصل کر سکتے ہیں:
زیرہ سفید کا قدرے زیادہ استعمال کئی ایک جسمانی عوارض سے محفوظ رکھتا ہے۔ مرغن، بادی، تلی و بھنی اور میٹھی غذاؤں سے اجتناب برتا جائے لیکن ناشتہ سرے سے ہی نہ کرنا غیر صحت مندانہ طرز عمل ہے۔ لہذا ناشتہ ضرور کرنا چاہیے خواہ ایک سیب کھا کر دودھ کا گلاس پی لیا جائے۔ قبض میں مبتلا افراد زیرہ سیاہ نصف چمچ دہی میں ملا کر ناشتے کا معمول بنائیں۔ علاوہ ازیں کچی سبزیوں کو بطور سلاد استعمال میں لائیں، بند گوبھی، پیاز، کھیرا، گاجر، مولی کو قدرے زیادہ مقدار میں کھانے سے بھی قبض سے نجات ملتی ہے۔ ٹماٹر کا استعمال بھی عمدہ فوائد کا حامل ہوتا ہے، ٹماٹر کا روزانہ کھانا کولیسٹرول کی اضافی مقدار میں کمی لاتا ہے۔
پھلوں میں امرود، ناشپاتی، آڑو، پپیتہ اور انگور قبض کے تدارک میں شاندار کردار ادا کرتے ہیں۔ گوشت اور چاول کے علاوہ ترش اور بادی غذائیں قبض پیدا کرنے کا سبب بنتی ہیں۔ گوشت ہمیشہ سبزیوں میں ملا کر ہی پکائیں، چاولوں میں بھی سبزیاں ڈال کر سبزی پلاؤ بنا کر ہی استعمال کریں۔
سبزیوں میں آلو، پھول گوبھی، بینگن، بھنڈی، شملہ، اروی، مونگرے اور سرسوں کا ساگ بادی خواص کے حامل ہیں۔ ان کو بناتے وقت ہمیشہ ادرک، زیرہ اور لہسن زیادہ مقدار میں شامل کریں تا کہ ان کے مضر اثرات میں کمی واقع ہوجائے۔ دال مسور سے حتی المقدور دور رہنے میں ہی عافیت ہے۔
موٹاپے کا ادویاتی علاج
موٹاپے سے نجات حاصل کرنے کے لئے عام طور پر درج ذیل ادویات خاطر خواہ نتائج کی حامل ہوتی ہیں:
معجون مہزل، سفوف مہزل، جوارش کمونی، حب کبد نوشادری، قرص افسنتین، اطریفل زمانی، حب بنفشہ، حب تنکار، عرق مکوہ، عرق اجوائن اور عرق زیرہ وغیرہ کو مکمل اعتماد سے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ علاوہ ازیں کرنجوہ 50 گرام بلدی 50 گرام مصبر سیاہ 50 گرام چاکسو 50 گرام اور گوند کیکر 50 گرام کو باریک پیس کر 1 نمبر کیپسول بھر کر صبح و شام حسب ضرورت کھانے سے بھی موٹاپے میں کمی واقع ہوتی ہے۔
کوالیفائیڈ اور ماہر معالج کی خدمات حاصل کر کے ہی ہم صحت مند زندگی سے لطف اندوز ہو سکتے ہیں۔ ماہر اور کوالیفائیڈ طبیب غذائی اور دیگر صحت مندانہ طریقوں پر عمل پیرا ہونے کے آسان مگر فطری اور سائنسی اصول بتا کر ہمیں تادیر تن درست و توانا رہنے میں ہماری مدد کرتا ہے۔ بازاری اور اشتہاری سلوگنز کی دل کشی کا دھوکہ کھاتے ہوئے اپنی صحت، وقت اور دولت کو داؤ پر ہرگز نہ لگائیں۔ اپنے معالج کے مشوروں پر مکمل طور پر عمل پیرا ہوں تو بفضل خدا دو تین ہفتوں میں ہی اضافی چربیوں میں کمی آنا شروع ہوجائے گی۔
ایسے افراد جو خون کی کمی کی وجہ سے موٹے دکھائی دیتے ہوں، وہ فولادی اجزاء سے بھرپور غذائیں بکثرت استعمال میں لائیں۔ علاوہ ازیں ٹماٹر، پالک، سیب، انار اور دیگر فولاد کی حامل غذاؤں کو اپنی خوراک کا حصہ بنائیں۔ خالی پیٹ تیز قدموں کی سیر پسینہ لانے والی ورزش کو معمول کا حصہ بنائیں۔ MNN

بچوں کو کیسے صحت مند رکھا جائے؟

ہم شاید بھول جاتے ہیں کہ ہم بھی بچپن میں کھانے پینے کے نخرے دکھاتے تھے اور ہمارے والدین ہماری صحت کیلئے ایسے ہی پریشان ہوتے ہوں گے جیسے کہ آج کل ہم ہوتے ہیں کیونکہ ماں باپ کی خواہش تو یہی ہوتی ہے کہ ان کے بچے ہر وقت صحت مند اور ہنستے کھیلتے نظر آئیں لیکن آج کل کے بچے کھانے پینے کے معاملے میں بہت زیادہ بد پرہیزی کرتے ہیں۔ بچوں کے صحت مند ہونے سے مراد ہے کہ وہ مناسب کھانا کھائیں، کھیل کود میں حصہ لیں اور سب سے بڑی بات بچوں کا وزن مناسب رہے کیونکہ آج کل بچوں میں وزن زیادہ ہونے کی شکایت بہت بڑھ رہی ہے۔اس کی ایک وجہ تو یہ ہے کہ آپ بچوں کو ہر وقت کچھ نہ کچھ کھلاتے رہتے ہیں۔ جس سے بچے کا نا صرف وزن بڑھتا ہے بلکہ وہ دن بدن موٹاپے کا شکار ہوجاتا ہے۔اگر آپ اپنے بچوں کو صحت مند دیکھنا چاہتے ہیں تو درج ذیل بیان کئے گئے طریقوں پر عمل کریں۔

پھل اور سبزیاں، لازمی ہیں

اپنے بچوں کو ہر قسم کی سبزیاں اور پھل کھلائیں کیونکہ سبزیاں اور پھل جسم کو وہ تمام ضروری اجزا فراہم کرتے ہیں جو نشوونما کیلئے بہترین ہوں۔ موسم کے لحاظ سے ملنے والے کوئی بھی پھل اور سبزیاں اپنے بچوں کو دن میں ضرور کھلائیں۔ موسم چاہے جو بھی ہو پانی پیاس کو بجھانے میں بہترین کردار ادا کرتا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ آپ اپنے بچوں کو پانی کی مناسب مقدار فراہم کریں۔ اس کے ساتھ ساتھ بچوں میں دودھ پینے کی عادت ڈالیں۔ دودھ بڑھتے ہوئے بچوں کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتا ہے کیونکہ اس میں موجود کیلشیم بچوں کی ہڈیوں کو مضبوط کرنے اور بڑھانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ اگر آپ کے بچے دودھ پینا پسند نہیں کرتے تو کھانے میں دہی اور دودھ سے تیار کی گئی مصنوعات کا ضرور استعمال کریں۔ 9 سال سے زیادہ عمر کے بچوں کیلئے روزانہ دو کپ دودھ کا استعمال لازمی ہے۔ اس کے علاوہ تازہ پھلوں اور سبزیوں کے جوس زیادہ بہتر رہیں گے کیونکہ پیکٹ میں ملنے والے زیادہ تر جوسز میں شوگر کی کافی مقدار پائی جاتی ہے جو کہ بچوں کی صحت کیلئے نقصان دہ ہو سکتی ہے۔

شہد، ایک بہترین غذا

عالمی ادارہ صحت کے مطابق ہالینڈ، جرمنی اور بلجیم میں بچوں کے اعلیٰ ذہنی تصورات کی ایک بڑی وجہ شہد استعمال کرنا ہے۔ لہٰذا اب قدرت کی اس اہم ترین نعمت کو بچوں کیلئے لازمی ترین غذا کے طور پر پذیرائی حاصل ہورہی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بچوں کیلئے فوڈ سپلیمنٹ اور دیگر اجناس پر مشتمل ڈبہ بند غذائیں تیار کرنے والی کمپنیوں نے شہد کو لازمی جزو کی حیثیت سے فارمولوں میں استعمال کرنا شروع کردیا ہے چونکہ شہد حرارت اور عمدہ ترین توانائی ہے، اس لیے بچوں کی غذاؤں مثلاً دودھ، دہی، سلائس کے ساتھ بطور جیم اور میٹھے کھانوں میں اس کا استعمال لازمی رکھنا چاہیے۔ شہد محفوظ ترین گلوکوز، فرکٹوز اور سکروز پر مشتمل غذا ہے۔ اس میں 22 فیصد تمام امینو ایسڈ، 28 فیصد معدنی اجزاء، 11 فیصد انزائمز، 14 فیصد ترشہ اور 11 فیصد نشاستہ ہے۔ شہد پھیپھڑوں، انیمیا، خراش والی کھانسی جلدی بیماریوں اور معدہ کے بہت سے امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔

دہی، عمدہ صحت کا ضامن

عالمی ادارہ صحت اور طبی سائنسدانوں نے بچوں کی بہترین پرورش کے لیے دہی کو مفید ترین غذا قرار دیا ہے۔ برصغیر میں تو اسے صحت بخش غذا کہا جاتا ہے جبکہ روس، یورپ، ترکی، مصر، یوگوسلاویہ اور اب امریکہ میں بھی دہی کو بچوں کی صحت کیلئے مفید سمجھا جاتا ہے۔ دہی نشوونما کرنے والی غذا ہے۔ اس میں پروٹینز، اہم وٹامنز اور معدنی اجزاء ہوتے ہیں جو بچے دودھ پینے سے گریز کریں یا جنہیں دودھ ہضم نہ ہوتا ہو یا پھر معدہ میں گرانی پیدا ہونے لگے تو ایسے بچوں کو دہی کھلانا چاہیے۔ ویسے بھی دودھ تاخیر سے ہضم ہوتا ہے اگر یہ ایک گھنٹے میں 32 فیصد ہضم ہوتا ہے تو اتنی ہی دیر میں دہی 91 فیصد ہضم ہوتا ہے۔

بادام بڑے کام کا

مغزوں کا بادشاہ بادام بچوں کیلئے ایسی صحت بخش غذا ہے جو بدن اور دماغ کو توانائی پہنچاتی ہے۔ بچوں کیلئے بادام کا بہتر غذائی استعمال بادام کا دودھ ہے۔ چھلکا اترے باداموں کی گری کو گرائنڈ کر کے یہ دودھ حاصل کیا جاسکتا ہے۔
اگر اس میں ابلا ہوا پانی یا دودھ ڈال کر تھوڑا سا میٹھا ڈال لیا جائے تو یہ خوش ذائقہ مشروب بن جاتا ہے۔ یورپ میں بادام کے دودھ سے دہی بھی جمایا جاتا ہے۔ 250 گرام مغز بادام سے ایک کلوگرام دودھ بنایا جاسکتا ہے۔

کھجور، طاقت سے بھرپور

کھجور طاقت ور اجزاء سے بھرپور غذا ہے۔ یورپ میں کھجور سے مختلف میٹھی غذائیں اور مشروب بنائے جاتے ہیں جو بڑوں کے علاوہ بچوں کی صحت کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتے ہیں۔ عرب باشندے بچوں کو کھجور کی غذائیں کھلا کر توانا بناتے ہیں۔ کھجور کھانے والے بچے ہمیشہ بہادر ہوتے ہیں۔ روسی ماہرین کے مطابق بچوں کو کھجوریں کھلاتے رہنے سے ان کی آنتیں تندرست رہتی ہیں۔

آلو کیفرائز

آلو ایسی سبزی ہے جو ہر گھر میں پکتی ہے۔ آلو میں نشاستے کی وافر مقدار ہوتی ہے۔ چھوٹے بچوں کو آلو مختلف طریقوں سے پکا کر کھلایا جاسکتا ہے۔ ایک آسان طریقہ یہ ہے کہ دو تین آلو ابال کر ان کا بھرتا بنالیا جائے۔ پھر ان میں تھوڑا سا نمک اور چٹکی بھر کالی مرچ ملالی جائے۔ یہ بھرتا تھوڑا تھوڑا کر کے بچے کو کھلائیں وہ خوشی سے کھالے گا۔ دیسی مرغی کے سوپ میں سے کچھ بوٹیاں نکال کر ان کے ریشے کر کے آلو کے بھرتے میں ملا کر بچے کو کھلائیں بچہ یہ بھی خوشی سے کھالے گا۔ اگر بچہ اسکول جاتا ہے تو اس کے لنچ کے ڈبے میں فرنچ فرائز بنا کر رکھ دیں۔

دیسی مرغی کا سوپ

بچوں کو دیسی مرغی کا سوپ بنا کر پلائیں۔ اگر سوپ میں تھوڑی سی کٹی ہوئی پالک یا گاجر بھی ملادی جائے تو وہ زیادہ مزے دار اور توانائی بخش ہوجاتا ہے۔ دودھ یا ساگودانے کی کھیر بھی بچے کے لئے مفید ہوتی ہے۔ تھوڑے سے چاول اور مونگ کی دال کی کھچڑی بنا کر بچے کو کھلائیں۔ بچے کھچڑی شوق سے کھاتے ہیں۔ بچوں کو گندم یا جو کا دلیا بھی کھلائیں۔ دلیا میٹھا بھی بنایا جاسکتا ہے اور نمکین بھی۔ اگر دلیا دودھ اور شکر کے ساتھ ملا کر پکائیں تو مزے دار بنتا ہے۔ میٹھا دلیا بچے شوق سے کھاتے ہیں۔ دلیے کو گوشت کی یخنی اور مونگ کی دال میں ملا کر بھی پکایا جاسکتا ہے۔ نمکین دلیا بھی بچے شوق سے کھاتے ہیں۔ نمکین دلیا ذائقے دار اور غذائیت سے بھرپور ہوتا ہے۔ اس دلیے میں لحمیات، نشاستہ اور چکنائی ہوتی ہے جو بچے کی صحت کیلئے مفید ہوتی ہے۔

سادہ کسٹرڈ

سادہ کسٹرڈ بھی بچوں کو مرغوب ہوتا ہے۔ دودھ میں کیلا ملا کر بچے کو کھلائیں۔ اس سے اسے کیلشیم اور ریشہ دونوں ملیں گے۔ بچے کی صحت کیلئے اسے ابلا ہوا صاف ستھرا پانی پلانا چاہیے۔ MNN

انگلینڈ کے خلاف 2-1 سے ٹیم انڈیا نے جیتی ون ڈے سیریز، بھارت کی بیٹیوں نے بناڈالا انوکھا ریکارڈ

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستانی خواتین کرکٹ ٹیم نے انگلینڈ کے خلاف ون ڈے سیریز 2-1 سے جیت کر تاریخ رقم کی ہے۔ ٹیم انڈیا نے چیسٹر لی اسٹریٹ میں کھیلا گیا تیسرا ون ڈے میچ 13 رنز سے جیت لیا۔ یہ پہلا موقع ہے جب ہندوستانی خواتین ٹیم نے انگلینڈ کے ایک ہی دورے پر محدود اووروں کی دونوں سیریز جیتیں۔ ون ڈے سیریز سے پہلے ہندوستانی ٹیم نے انگلینڈ کے خلاف پانچ میچوں کی ٹی ٹوئنٹی سیریز 3-2 سے جیتی تھی۔ خواتین ٹیم کا تین ممالک کے خلاف ہے یہ کارنامہ۔ انگلینڈ کے علاوہ ہندوستانی خواتین ٹیم نے غیر ملکی سرزمین پر تین ممالک کے خلاف یہ کارنامہ انجام دیا ہے۔ ہندوستان نے 2018 میں جنوبی افریقہ کے خلاف ون ڈے سیریز 1-2 اور T20 سیریز 3-1 سے جیتی تھی۔ اسی سال ٹیم انڈیا نے سری لنکا کے خلاف ون ڈے سیریز 1-2 اور T20 سیریز 0-4 سے جیتی تھی۔ ویسٹ انڈیز کے خلاف ون ڈے سیریز 2-1 سے جیتی۔ سال 2019 میں، ہندوستانی خواتین ٹیم نے ویسٹ انڈیز کے خلاف ون ڈے سیریز 2-1 سے جیتی۔ اس کے ساتھ ہی انہوں نے ٹی ٹوئنٹی سیریز میں 5-0 سے کلین سویپ کیا۔ ہندوستان نے سال 2022 میں سری لنکا کے خلاف ون ڈے سیریز میں 3-0 سے کلین سویپ کرنے کے بعد ٹی 20 سیریز 2-1 سے جیت لی۔ ٹیم انڈیا نے پانچ وکٹوں کے نقصان پر 318 رنز بنائے۔ اس میچ کی بات کریں تو ٹاس جیت کر پہلے بیٹنگ کرتے ہوئے بھارتی ٹیم نے کپتان ہرمن پریت کور کی سنچری کی مدد سے پانچ وکٹوں کے نقصان پر 318 رنز بنائے۔ پرتیکا راول اور اسمرتی مندھانا نے ٹیم کو شاندار آغاز دیا۔ دونوں کے درمیان 64 رنز کی شراکت ہوئی۔ پرتیکا 26 رنز بنانے کے بعد پویلین لوٹ گئیں، مندھانا نے 45 رنز بنائے۔ کور نے 14 چوکوں کی مدد سے 102 رنز بنائیں۔ وکٹ کیپرز کے پویلین لوٹنے کے بعد کپتان نے ہرلین دیول کے ساتھ تیسری وکٹ کے لیے 81 رنز بنائے۔ دیول نے 65 گیندوں میں 45 رنز بنائے۔ ہرمن پریت کور نے جمیمہ روڈریگز کے ساتھ چوتھی وکٹ کے لیے 110 رنز جوڑ کر ہندوستان کو بڑے اسکور تک پہنچا دیا۔ جمیمہ نے ٹیم کے کھاتے میں 50 رنز جوڑے جبکہ کور نے 84 گیندوں میں 14 چوکوں کی مدد سے 102 رنز بنائے۔ ٹیم انگلینڈ 49.5 اوورز میں 305 رنز پر آل آؤٹ۔ مخالف ٹیم کی جانب سے لارین بیل، لارین فائلر، چارلی ڈین،

آخری انٹرنیشنل میچ کھیلنے کے بعد جذباتی ہوئے آندرے رسل، بولے- آگے بڑھنے کا وقت آ گیا تھا

نئی دہلی (ایم این این): کنگسٹن: ویسٹ انڈیز کے پاور ہٹر آندرے رسل نے بدھ کے روز آسٹریلیا کے خلاف دوسرے ٹی ٹوئنٹی میچ میں شاندار اننگز کھیل کر بین الاقوامی کرکٹ کو الوداع کہہ دیا۔ حالانکہ، ان کی ٹیم کو سبینا پارک میں آٹھ وکٹوں سے عبرتناک شکست کا سامنا کرنا پڑا۔ آندرے رسل نے ٹی ٹوئنٹی سیریز سے قبل ہی ریٹائرمنٹ کا اعلان کر دیا تھا۔ آسٹریلیا کے خلاف پانچ میچوں کی سیریز کے پہلے دو میچ ان کے بین الاقوامی کیریئر کے آخری میچ تھے۔ آندرے رسل اپنے آبائی شہر میں الوداعی میچ کھیلنا چاہتے تھے۔ آندرے رسل آسٹریلیا کے خلاف دوسرے ٹی ٹوئنٹی میچ میں بیٹنگ کے لیے آئے جب ٹیم 98 کے اسکور پر پانچ وکٹیں گنوا چکی تھی، انہوں نے 15 گیندوں کی اننگز میں چار چھکے اور دو چوکے لگائے۔ 37 سالہ آندرے رسل نے مداحوں کی حمایت پر شکریہ ادا کیا اور اعتراف کیا کہ اب آگے بڑھنے کا وقت آ گیا ہے۔ 2012 اور 2016 میں ٹی ٹوئنٹی ورلڈ کپ جیتنے والی ٹیم کے رکن آندرے رسل نے کہا، ''میں سبینا پارک کے لوگوں اور ویسٹ انڈیز کرکٹ بورڈ کو اس کے لیے شکریہ ادا کرنا چاہتا ہوں، ہوم کراؤڈ کے سامنے کھیل کر بہت خوشی ہوئی۔ نتیجہ ہمارے حق میں نہیں رہا، لیکن میں اتنے میچز کھیلنے پر خوش ہوں اور مستقبل کے لیے ٹیم کے لیے نیک خواہشات کا اظہار کرتا ہوں۔ آپ کے تعاون کے لیے آپ سب کا شکریہ۔'' انہوں نے کہا، ''مجھے یاد ہے کہ ہم نے دو ورلڈ کپ جیتے تھے، لیکن ایسا لگتا ہے کہ اب آگے بڑھنے کا وقت آ گیا ہے۔ ہماری ٹیم میں بہت سے اچھے کھلاڑی ہیں، روماریو شیفرڈ، شیرفین ردرفورڈ، الزاری جوزف اور جیسن ہولڈر جیسے کھلاڑی اچھی کارکردگی کا مظاہرہ کر رہے ہیں۔ سبینا پارک میں اپنا کیریئر ختم کرنا بہت اچھا ہے۔ نتیجہ ہمارے حق میں نہیں رہا لیکن یہ کرکٹ کا کھیل ہے۔

نیوزی لینڈ ہاکی ٹیم پرو ہاکی لیگ سے دستبردار ہوگئی

نیوزی لینڈ کی ہاکی ٹیم پرو ہاکی لیگ سے دستبردار ہوگئی، نیوزی لینڈ نے اپنے فیصلے سے انٹرنیشنل ہاکی فیڈریشن کو آگاہ کر دیا۔ رپورٹ کے مطابق ایف آئی ایچ نے نیوزی لینڈ کی ہاکی ٹیم کو 21 جولائی تک کی ڈیڈ لائن دی تھی، نیوزی لینڈ نے مالی مسائل کے سبب پرو لیگ کھیلنے سے انکار کیا۔ غیر ملکی میڈیا رپورٹ کے مطابق نیوزی لینڈ میں اولمپکس سائیکل کے لیے مختص بجٹ کم کیے جانے سے مالی مسائل ہوئے۔ ڈالرز کی کمی، پرو ہاکی لیگ میں پاکستان کی شرکت غیر یقینی، ہاں کر کے نہ جانے پر پابندی، جرمانہ ہوگا نیوزی لینڈ اس سے قبل ویمن ٹیم کو بھی پرو لیگ میں بھیجنے سے انکار کر چکا ہے، نیوزی لینڈ کے انکار کے بعد ایف آئی ایچ پاکستان کو پرو لیگ کی پیشکش کرے گا، نیشنز کپ میں دوسری پوزیشن کی وجہ سے پاکستان کو پرو لیگ کی پیشکش کی جائے گی۔

انگلینڈ کے خلاف ہرمن پریت کور کی شاندار سنچری

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستان کی خواتین کرکٹ ٹیم نے انگلینڈ کے خلاف کھیلی جا رہی ۳ میچوں کی یکروزہ سیریز کے تیسرے اور فیصلہ کن میچ میں شاندار بلے بازی کا مظاہرہ کیا۔ ہندوستان نے ٹاس جیتنے کے بعد بلے بازی کا فیصلہ کیا جو درست ثابت ہوا۔ ہندوستان نے ۵ وکٹوں کے نقصان پر ۳۱۸ رنوں کا پہاڑ کھڑا کر دیا۔ ہندوستان کیلئے سب سے زیادہ ۱۰۲ رن کپتان ہرمن پریت کور نے بنائے۔ انہوں نے ۸۴ گیندوں کا سامنا کرتے ہوئے اپنی اننگز کے دوران ۱۴ چوکے مارے۔ کپتان ہرمن پریت کے علاوہ افتتاحی بلے باز اسمرتی مندھانا اور ہرلین دیول نے ۴۵۔۴۵ رن بنائے۔ ان کے علاوہ جمیما راڈریگس نے بھی شاندار بلے بازی کا مظاہرہ کرتے ہوئے۔

بنگلہ دیش کے پاکستان نے ٹیکے گھٹنے، 15 رنوں پر 5 وکٹ بنگلہ دیش نے بری طرح ہرا کر جیتی سیریز

نئی دہلی (ایم این این): پاکستان کی کرکٹ ٹیم کو بہت بڑی رسوائی کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ ڈھاکہ کے شیر بنگلہ نیشنل اسٹیڈیم میں کھیلے گئے ٹی-20 سیریز کے دوسرے میچ میں بنگلہ دیش نے پاکستان کو 8 رنوں سے شکست دے کر تاریخ رقم کر دی۔ بنگلہ دیش کو تین میچوں کی سیریز میں 0-2 کی ناقابل تسخیر برتری حاصل ہے۔ یہ پہلا موقع ہے جب بنگلہ دیش نے پاکستان کو ایک سے زیادہ میچوں کی ٹی-20 سیریز میں شکست دی ہے۔ اس میچ میں پاکستان کی بیٹنگ مکمل طور پر فلاپ رہی اور بنگلہ دیش کے گیند بازوں نے انہیں ایک بار پھر واپس آنے کا موقع نہیں دیا۔ دونوں ٹیموں کے درمیان کھیلے گئے اس میچ میں بنگلہ دیش نے پہلے بیٹنگ کرتے ہوئے ذاکر علی کی شاندار اننگ کی بدولت مقررہ 20 اووروں میں 8 وکٹوں کے نقصان پر 133 رن بنائے، لیکن جواب میں پاکستان کی ٹیم فہیم اشرف کی شاندار اننگ کے باوجود 19.2 اووروں میں 125 رنوں پر آل آؤٹ ہوگئی۔ بنگلہ دیش کے گیند بازوں بالخصوص مہدی حسن، مستفیض الرحمان اور شرف الاسلام نے شاندار کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہوئے اپنی ٹیم کو فتح سے ہمکنار کیا۔ ٹاس جیت کر پہلے گیند بازی کا فیصلہ کرنے والی پاکستانی ٹیم نے بنگلہ دیش کو شروعاتی جھٹکے دیئے۔ سلمان مرزا نے اپنی شاندار گیند بازی سے بنگلہ دیش نے 28 رنوں پر ہی 4 وکٹ گنوا دیئے، جس سے میزبان ٹیم دباو میں آ گئی۔ حالانکہ ذاکر علی نے ذمہ داری سنبھالی اور 55 رنوں کی اننگ کھیلی۔ ان کی اس اننگ میں ایک چوکا اور 5 چھکے شامل رہے، جس نے بنگلہ دیش کو 133 / 8 کے مناسب اسکور تک پہنچایا۔ مہدی حسن نے بھی 33 رنوں (25 گیند، 2 چوکے اور 2 چھکے) کا تعاون دیا۔ پاکستان کی طرف سے سلمان مرزا نے 17 رن دے کر 2 وکٹ حاصل کئے۔ احمد دانیال کو بھی 2 کامیابی ملی۔ محمد نواز اور فہیم اشرف نے 1-1 وکٹ حاصل کیا۔ بنگلہ دیش کے 134 رنوں کا پیچھا کرنے اتری پاکستانی ٹیم کی شروعات بہت خراب رہی۔ بنگلہ دیش کے تیز گیند بازوں نے ابتدائی جھٹکے دے کر پاکستان کو 15 / 5 رنوں پر لا دیا۔ صائم ایوب، محمد حارث، حسن نواز، فخر زماں، محمد نواز جلدی پویلین لوٹ گئے۔ اس مشکل وقت میں فہیم اشرف نے جدوجہد سے بھرپور انداز میں بلے بازی کی اور 51 رنوں کی اننگ کھیلی۔ تاہم یہ اسکور جیت کے لئے کافی نہیں تھا۔

بابر اور رضوان کے بغیر نکل گئی پاکستان کی ہوا، بنگلہ دیش نے دھول چٹادی

نئی دہلی (ایم این این): ڈھاکہ: ڈھاکہ کے شیر بنگلہ نیشنل اسٹیڈیم میں کھیلے گئے دوسرے ٹی ٹوئنٹی میچ میں بنگلہ دیش نے پاکستان کو شکست دے دی۔ 133 رنز کا دفاع کرتے ہوئے بنگلہ دیشی باؤلرز نے شاندار کھیل کا مظاہرہ کرتے ہوئے مہمان ٹیم کو مسلسل دوسرے میچ میں آؤٹ کر کے تین میچوں کی سیریز جیت لی۔ یہ تاریخی جیت بنگلہ دیش کی پاکستان کے خلاف پہلی ٹی ٹوئنٹی سیریز میں جیت ہے۔ بنگلہ دیش کے 133 رنز کے جواب میں پاکستان کی ٹیم 125 رنز پر آل آؤٹ ہوگئی۔ پہلے میچ میں بھی مہمان ٹیم پہلے بیٹنگ کرتے ہوئے 110 رنز پر آل آؤٹ ہوگئی تھی۔ بنگلہ دیش نے یہ جیت طیارہ حادثے کے متاثرین کے نام کی ہے۔ بنگلہ دیشی ٹیم نے اس جیت کو جذباتی طور پر ڈھاکہ میں حالیہ طیارہ حادثے کے متاثرین کے نام کیا۔ آپ کو بتاتے چلیں کہ پیر کو بنگلہ دیشی فضائیہ کا تربیتی طیارہ ڈھاکہ میں ایک اسکول کی عمارت سے ٹکرا گیا تھا جس کے نتیجے میں کم از کم 20 افراد ہلاک اور 171 زخمی ہوگئے تھے۔ 133 رنز کا دفاع کرتے ہوئے بنگلہ دیشی گیند بازوں کی قیادت میں شورف الاسلام (4 اوورز میں 17 رنز دے کر 3 وکٹیں) اور تنظیم حسن ثاقب (4 اوورز میں 23 رنز دے کر 2 وکٹیں) نے پاکستان کی کمر توڑ دی کیونکہ مہمان ٹیم کے ٹاپ چھ بلے باز ڈبل فیگر تک بھی نہ پہنچ سکے۔

ٹیم انڈیا کے پاس میچ جیت کر تاریخ رقم کرنے کا موقع

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستان اور انگلینڈ کے درمیان جاری ٹیسٹ سیریز کا چوتھا مقابلہ مانچسٹر کے مشہور اولڈ ٹریفورڈ میدان پر کھیلا جائے گا۔ یہ میدان ہندوستانی ٹیم کے لئے اب تک خوش قسمت ثابت نہیں ہوا ہے۔ ہندوستان نے یہاں اپنے ۹۸ سال کے ٹیسٹ کی تاریخ میں کبھی بھی جیت کا مزہ نہیں چکھا ہے۔ اس بار کپتان شبھمن گل کی قیادت میں ٹیم انڈیا اس تاریخی میدان پر جیت کی نئی تاریخ رقم کرنے کے ارادے سے اترے گی۔ میچ جیت کر ہندوستان سیریز میں برابری حاصل کرنے کی کوشش کرے گا۔ واضح رہے کہ سیریز میں ٹیم انڈیا دو ایک سے پیچھے ہے۔ دریں اثنا ہندوستانی ٹیم اس وقت انجری سے گزر رہی ہے اور اس کی مرکزی ٹیم کے ۳ سے ۴ کھلاڑی زخمی ہیں۔ تاہم ان کیلئے اچھی خبر یہ ہے کہ ان کے وکٹ کیپر بلے باز رشبھ پنت مکمل طور پر فٹ دکھائی دے رہے ہیں جو لارڈس ٹیسٹ میں وکٹ کیپنگ کے دوران زخمی ہوگئے تھے۔ آل راونڈر نتیش ریڈی گھٹنے کی چوٹ کی وجہ سے پوری سیریز سے باہر ہوگئے ہیں اور ان کی جگہ پہلا ٹیسٹ کھیلنے والے شاردول ٹھاکر کی واپسی ہو سکتی ہے۔ اس کے ساتھ ہی ارش دیپ سنگھ بائیں ہتھیلی میں چوٹ کی وجہ سے اس ٹیسٹ سے باہر ہیں جبکہ آکاش دیپ بھی فٹ نہیں ہیں۔ ایسے میں ٹیم میں بلائے گئے نوجوان تیز گیند باز انشول کمبوج کو جگہ مل سکتی ہے۔ دوسری جانب انگلینڈ کی ٹیم لارڈس ٹیسٹ جیتنے کے بعد بلند حوصلے اور اعتماد کے ساتھ میدان پر اترے گی اور اس کا ارادہ یہ میچ جیت کر پہلی اینڈرسن۔ تینڈولکر ٹرافی پر قبضہ کرنا ہوگا۔ گزشتہ میچ میں انگلی میں انجری سے آف اسپنر شعیب بشیر سیریز سے باہر ہوگئے ہیں اور ان کی جگہ لیام ڈاسن کو فائنل الیون میں جگہ مل گئی ہے۔ اس بار ٹیم کی کمان نوجوان شبھمن گل کے ہاتھوں میں ہے، جن کی قیادت میں ہندوستان برمنگھم میں پہلی بار ٹیسٹ جیت چکا ہے۔ ۵۲ سال کے اس کپتان سے ایک بار پھر ٹیم کو بڑی امیدیں ہیں۔ ٹیسٹ سیریز کے پہلے مقابلے میں ہندوستان کو ۵ وکٹ سے ہار ملی تھی لیکن دوسرے میچ میں اس نے زبردست واپسی کرتے ہوئے ۳۳۶ رنوں سے جیت درج کی اور سیریز ایک ایک سے برابر کردی۔

کرون نائر کی 'گھر واپسی'، اب کرناٹک کیلئے ڈومیسٹک کرکٹ کھیلیں گے

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستانی بلے باز کرون نائر ۳ سیزن کے بعد کرناٹک ٹیم میں واپسی کرنے جا رہے ہیں۔ واضح رہے کہ نائر گزشتہ ۲ سیزن سے وودربھ کے ساتھ تھے۔ انہیں پیر کی شام وودربھ کرکٹ اسوسی ایشن سے این او سی مل گیا ہے جس کے بعد وہ اپنی اصل ریاستی ٹیم کے لئے دوبارہ کھیل سکیں گے۔ نائر کی کرناٹک واپسی ایسے وقت میں ہو رہی ہے جب ان کی کارکردگی کا معیار پہلے کے مقابلے کافی بہتر ہو چکا ہے۔ اس سال کے آغاز میں وودربھ کو تیسرا رنجی ٹرافی ٹائٹل دلانے میں انہوں نے اہم کردار ادا کیا تھا۔ انہوں نے ۱۶ اننگز میں ۴ سنچریوں کی مدد سے ۸۶۳ رن بنائے تھے جس کی بدولت انہیں ۸ سال بعد ہندوستان کی ٹیسٹ ٹیم میں واپسی کا موقع ملا۔ ان میں کیرالا کے خلاف فائنل میں کھیلی گئی فاتحانہ سنچری اننگز بھی شامل ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ ۲۲-۲۰۲۱ء میں جب نائر کو کرناٹک ٹیم سے نکالا گیا تھا تب کیرالا انہیں اپنی ٹیم میں شامل کرنا چاہتا تھا۔ نائر نے ۵۰ اوور کے وجے ہزارے ٹرافی میں ریکارڈ توڑ کارکردگی دکھائی۔ انہوں نے وودربھ کی کپتانی کرتے ہوئے ٹیم کو رنر اپ بنایا اور ۸ اننگز میں ۷۷۹ رن بنائے، جن میں مسلسل ۵ سنچریاں شامل تھیں۔ ٹورنامنٹ کے دوران انہوں نے 'لسٹ اے' کرکٹ میں ایک نیا ریکارڈ بنایا اور ناٹ آؤٹ رہتے ہوئے سب سے زیادہ ۵۴۲ رن بنانے والے کھلاڑی بنے۔ حالانکہ انگلینڈ کے موجودہ دورے پر اب تک ان کی کارکردگی اتنی متاثر کن نہیں رہی۔

کرکٹ بورڈ کیلئے نئی مشکل کھڑی ہوگئی

کرکٹ بورڈ کے لیے نئی مشکل کھڑی ہوگئی، حکومت کے نئے اسپورٹس بل نے بی سی سی آئی کو کٹہرے میں لا کھڑا کر دیا۔ میڈیا کے مطابق بھارتی کرکٹ بورڈ نئی حکومتی پالیسی کے دائرہ کار میں آ گیا، بورڈ کو اب نیشنل اسپورٹس پالیسی کے مطابق چلنا پڑے گا، بھارتی حکومت نے نیشنل اسپورٹس گورننس بل کو متعارف کروا دیا۔ پارلیمنٹ سے پاس ہونے کے بعد بل کا دائرہ کار تمام نیشنل اسپورٹس فیڈریشن پر لاگو ہوگا، نئی پالیسی کے نفاذ کے بعد راجر بنی بی سی سی آئی کے صدر بننے کے اہل نہیں، بی سی سی آئی کو نئے صدر کا الیکشن کروانا ہوگا۔ میڈیا کے مطابق بی سی سی آئی کے صدر راجر بنی 70 سال کے ہوگئے، دوبارہ صدر بننے کے اہل نہیں، بی سی سی آئی کو ستمبر یا اکتوبر میں جنرل کونسل اجلاس میں نئے الیکشن کروانے ہوں گے۔

اسٹرانگ مین آف انڈیا راجندر رہیلو نے کئی میڈل جیتے

نئی دہلی (ایم این این): کیا آپ تصور کر سکتے ہیں کہ ایک ایسا شخص جو پوری زندگی میں اپنے پیروں پر کھڑا نہیں ہو سکا، وہ ۱۸۵ کلوگرام وزن اٹھا سکتا ہے؟ راجندر سنگھ راہیلو ایک ایسے ہی ہندوستانی پیرا لمپک پاور لفٹر ہیں جو ۸ سال کی عمر میں انٹیئرل فالج اور پولیو کا شکار ہوگئے تھے۔ راجندر سنگھ رہیلو جنہیں سوڈھی کے نام سے بھی جانا جاتا ہے، پاور لفٹنگ کے بین الاقوامی مقابلوں میں کئی طلائی تمغے جیت کر ملک کا نام روشن کر چکے ہیں۔ وہ نہ صرف معذوروں کی کیٹیگری میں ۲ بار نیشنل گولڈ میڈلسٹ رہ چکے ہیں، بلکہ عمومی کیٹیگری میں بھی ۵ بار قومی سونے کے تمغے جیت چکے ہیں۔ وہ ۷ بار 'اسٹرانگ مین آف انڈیا' کا خطاب بھی حاصل کر چکے ہیں۔ راجندر سنگھ راہیلو ۲۲ جولائی ۱۹۷۳ء کو مہسم پور گاوں، جالندھر، پنجاب میں پیدا ہوئے۔ رہیلو نے اپنی زندگی میں اپنے خاندان کی مالی مشکلات کو قریب سے دیکھا۔ ان کا بچپن غربت اور معذوری سے لڑتے ہوئے گزرا، لیکن انہوں نے کبھی ہار نہیں مانی۔ ان کے والد بینڈ ماسٹر تھے جبکہ والدہ گھریلو ملازمہ کے طور پر کام کرتی تھیں۔ ۵ بہن بھائیوں میں سب سے چھوٹے، رہیلو نے ہائی اسکول مکمل کرنے کے بعد اپنی تعلیم کو جاری نہ رکھنے کا فیصلہ کیا۔ ۱۹۹۶ء میں ایک پاور لفٹر دوست سریندر سنگھ رانا، جو خود بھی پاور لفٹر تھے، کی جانب سے حوصلہ افزائی نے انہیں اس کھیل میں کیریئر بنانے کی راہ پر گامزن کر دیا۔

چوتھے ٹیسٹ میں ٹیم انڈیا میں 3 بڑی تبدیلیاں، انشول کمبوج کا ڈیبیو

نئی دہلی (ایم این این): بھارت اور انگلینڈ کے درمیان 5 ٹیسٹ میچوں کی سیریز کا چوتھا ٹیسٹ میچ آج مانچسٹر کے اولڈ ٹریفورڈ گراؤنڈ میں کھیلا جا رہا ہے۔ انگلینڈ نے ٹاس جیت کر پہلے گیند بازی کا فیصلہ کیا۔ ہندوستانی ٹیم نے چوتھے اور اہم میچ میں تین بڑی تبدیلیاں کی ہیں۔ کرون نائر کی جگہ سائی سدرشن کو موقع دیا گیا ہے، جب کہ نتیش ریڈی کی جگہ شاردول ٹھاکر کی واپسی ہوئی ہے اور انشول کمبوز آکاش دیپ کی جگہ ٹیسٹ ڈیبیو کر رہے ہیں۔ انڈیا کی پلیئنگ 11: یشسوی جیسوال، کے ایل راہول، سائی سدرشن، شبمن گل (کپتان)، رشبھ پنت (وکٹ کیپر)، رویندرا جدیجہ، واشنگٹن سندر، شاردول ٹھاکر، جسپریت بمراہ، محمد سراج اور انشول کمبوز۔ تیز گیند باز انشول کمبوج کو زخمی آکاش دیپ اور ارشدیپ سنگھ کے کور کے طور پر ٹیم میں شامل کیا گیا تھا لیکن اب انہیں چوتھے اور اہم میچ میں کھیلنے کا موقع ملا ہے۔ 24 سالہ انشول کمبوج دائیں ہاتھ کے تیز گیند باز ہیں۔ اس کے ساتھ وہ لوئر آرڈر میں بھی بیٹنگ کر سکتے ہیں۔

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,