WATTAN
The Urdu Daily
روزنامہ
وطن
بڈگام

بدھوار
10 ستمبر 2025
WEDNESDAY
10 SEPTEMBER - 2025

صفحہ 08 محمد سراج کو انگلینڈ میں شاندار کارکردگی کا صلہ ملا

صفحہ 08 سندھو ہانگ کانگ اوپن میں ہندوستانی ٹیم کی قائد ہوں گی

The Urdu Daily WATTAN Budgam ■ RNI No. JKURD/2011/37141 ■ ■ جلد: 15 ■ شمارہ نمبر: 213 ■ صفحات: 08 ■ قیمت: 02 روپے ■

لیفٹننٹ گورنر کا دورہ ادھم پور، سرینگر جموں شاہراہ کی بحالی کے کام کا کیا معائنہ

متاثرہ خاندانوں سے ملاقات کی، مکمل تعاون کا یقین دلایا

سیلاب متاثرہ خاندانوں کی تعمیر نو میں مدد کیلئے طویل مدتی بحالی کی کوششیں کی جائیں گی/ منوج سنہا

سرینگر // 09 ستمبر // سی این آئی // لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے ادھم پور کے تھرڈ گاؤں کا دورہ کیا اور سرینگر جموں شاہراہ کی جاری بحالی کے کاموں کا جائزہ لیا۔ اسی دوران انہوں نے کہا کہ جموں میں سیلاب سے متاثرہ خاندانوں کا دورہ کیا اور انہیں مکمل تعاون کا یقین دلایا۔ سی این آئی کے مطابق لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے ادھم پور کا دورہ کیا اور انہوں نے اس دوران تھرڈ گاؤں میں سرینگر جموں شاہراہ کی جاری بحالی کے کاموں کا جائزہ لیا۔ اس موقعہ پر لیفٹننٹ گورنر آر ایس یادو، این ایچ اے آئی ریجنل آفیسر، جموں وکشمیر نے قومی شاہراہ کی تیزی سے بحالی کیلئے

افرادی قوت اور مشینری کی تعیناتی کے بارے میں بریفنگ دی۔ بتایا گیا کہ ٹیم چوبیس گھنٹے کام کر رہی ہے اور جلد ہی ایک لین کو ٹریفک کیلئے کھول دیا جائے گا۔ لیفٹننٹ گورنر نے متاثرہ خاندانوں سے بھی بات چیت کی اور ان کی خیریت دریافت کی۔ اس سے قبل لیفٹننٹ گورنر نے گجر بکروال ہاسٹل/ 102

ملک کے نائب صدر عہدے کیلئے انتخابات مکمل، نتائج کا بھی اعلان

سی پی رادھا کرشنن 15 ویں نائب صدر منتخب

وزیراعظم نریندر مودی اور امیت شاہ سمیت دیگر

لیڈران نے پیش کی مبارک باد

سرینگر/ 09 ستمبر/ سی این آئی آر ایس ایس اور بی جے پی میں مضبوطی سے جڑیں رکھنے والے چندر پورم پونوسامی رادھا کرشنن کو ملک کے 15 ویں نائب صدر کے طور پر منتخب کیا گیا۔ ادھر وزیراعظم نریندر مودی اور وزیر داخلہ امیت شاہ نے انہیں مبارک باد پیش کی ہے۔ سی این آئی کے مطابق ملک کے نائب صدر عہدے کیلئے انتخابات مکمل ہوئے جس دوران این ڈی اے امیدوار رادھا کرشنن کو اپوزیشن کے مشترکہ امیدوار جسٹس بی سدرشن ریڈی کو/ 102

جنگ کی مدت اور اس کے غیر متوقع اثرات کے بارے میں قبل از وقت کچھ نہیں کہا جاسکتا / فوجی سربراہ

سرینگر // 09 ستمبر // اے پی آئی // جنگ شروع ہونے کے بعد کتنے دنوں تک جاری رہنے کا وقت تعین نہ کرنے کا عندیہ دیتے ہوئے فوجی سربراہ نے کہا کہ جنگ کب تک جاری رہے گی اس کا کسی کو علم نہیں ہوتا ہے۔ دشمن کے پاس کس طرح کی ٹیکنالوجی اور جدید اسلحہ دستیاب ہیں ہمیں ایک بڑی جنگ لڑنے کیلئے ٹیکنالوجی اور وسائل دستیاب رکھنے ہونگے۔ اے پی آئی نیوز کے مطابق فوجی سربراہ لیفٹننٹ جنرل اوپندر دیویدی نے اس بات کا انکشاف کیا کہ/ 101

چیف سیکرٹری نے ڈیفنس سیکرٹری (ای ایس ڈبلیو) کے ساتھ سابق فوجیوں کیلئے

فلاح و بہبود کے اقدامات پر تبادلہ خیال کیا

سری نگر // انفو // چیف سیکرٹری اٹل ڈولو نے وزارت ڈیفنس سیکرٹری (ای ایس ڈبلیو) ڈاکٹر نتن چندرا کے ساتھ جموں وکشمیر میں سابق فوجیوں کے لئے فلاحی سکیموں کی عمل آوری سے متعلق مسائل پر تفصیلی بات چیت کی۔ میٹنگ میں پرنسپل سیکرٹری داخلہ چندر کر بھارتی اور دیگر متعلقہ افسران نے شرکت کی۔ دوران بات چیت چیف سیکرٹری نے سابق فوجیوں کی فلاح و بہبود اور ریٹائرمنٹ کے بعد کے مواقع سے متعلق کئی اہم معاملات پر گفتگو کی۔ ان میں کیڈر کے مؤثر انتظام کے لئے جموں و

کشمیر کے تمام سابق فوجیوں کا جامع ڈیٹا بیس مرتب کر کے اسے ڈیجیٹل شکل دینا تاکہ مؤثر کیڈر مینجمنٹ ممکن ہو، سرکاری ملازمتوں میں 'سابق فوجی کوٹا' کے تحت درخواست کی سہولیت آخری سروس کے سال میں ہی فراہم کرنا تاکہ شہری زندگی میں آسانی سے منتقلی ہو، ریٹائرڈ اہلکاروں کو این سی سی ٹرینروں کے طور پر شامل کرنا تاکہ ان کے تجربے اور نظم و ضبط سے فائدہ اٹھایا جا سکے، شامل ہیں۔ چیف سیکرٹری نے ویر ناریوں (شہداء کی بیواؤں) کے لئے روزگار کے مواقع پیدا کرنے کے امکانات پر بھی تبادلہ خیال کیا۔ اس کے علاوہ ضلعی سطح پر سینک ویلفیئر بورڈ کے مؤثر کام کو بھی زیر غور لایا گیا۔ سروس سے متعلق مسائل کے حل کو آسان بنانے کے دیگر اقدامات بھی اس تفصیلی جائزے کا حصہ رہے۔ اس موقعہ پر ڈاکٹر نتن چندرا نے بالخصوص جموں وکشمیر سے تعلق رکھنے والے اہلکاروں کی خدمات کا ذکر کرتے ہوئے سابق فوجیوں کی بے مثال خدمات پر وزارت کی جانب سے دلی تشکر کا اظہار کیا۔ انہوں نے کہا کہ مرکزی حکومت ان کی فلاح و بہبود کے لئے پوری طرح پرعزم ہے اور انہیں ریٹائرمنٹ کے بعد روزگار کے مواقع فراہم کرنے کے لئے مزید سکیمیں متعارف کی جائیں گی، نیز ان کے لئے مختص نوکریوں تک آسان رسائی کو بھی یقینی بنایا جائے گا۔ چیف سیکرٹری اٹل ڈولو نے سابق فوجیوں کی/ 106

سال 2022 کا منشیات دہشت گردی کیس

2 سال سے روپوش کلیدی ملزم اونتی پورہ سے گرفتار/ ایس آئی اے

سرینگر // 09 ستمبر // سی این آئی // سٹیٹ تحقیقاتی ایجنسی نے سال 2022 کے منشیات دہشت گردی کیس میں پلوامہ ضلع کے اونتی پورہ علاقے میں کلیدی ملزم کو گرفتار کیا ہے۔ سی ین آئی کے مطابق سٹیٹ تحقیقاتی ایجنسی کا کہنا ہے کہ سال 2022 کے نارکو ٹیرر کیس میں دو سال سے روپوش اہم رکن کو گرفتار کر لیا گیا ہے۔ ایجنسی کی جانب سے جاری کردہ ایک بیان کے مطابق اونتی پورہ کا ملزم عبدالرشید بٹ 2 سال سے/ 105

زراعت جموں وکشمیر کی معیشت کی ریڑھ کی ہڈی۔ وزیر اعلیٰ

کہا، حکومت کسانوں کو بااختیار بنانے کیلئے پرعزم

ڈاکٹر منگلا رائے کی سربراہی میں اپکس کمیٹی نے زراعت اور اس سے منسلک شعبوں کی مجموعی ترقی کیلئے 'جامع زرعی ترقیاتی پروگرام (ایچ اے ڈی پی)' کا جائزہ وزیر اعلیٰ کو پیش کیا

سری نگر // انفو // ڈاکٹر منگلا رائے معروف زرعی سائنسدان اور سابق ڈائریکٹر جنرل انڈین کونسل آف ایگری کلچر ریسرچ (آئی سی اے آر) کی سربراہی میں 'جامع زرعی ترقیاتی پروگرام (ایچ اے ڈی پی) کی اعلیٰ کمیٹی نے آج وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ سے ملاقات کی اور جموں وکشمیر میں زراعت اور اس سے منسلک شعبوں کی ترقی کے لئے ایچ اے

ڈی پی کی عمل آوری کی پیش رفت سے آگاہ کیا۔ دیگر کمیٹی اراکین میں سیکرٹری نیشنل اکیڈمی آف ایگری کلچرل سائنسز (این اے اے ایس) ڈاکٹر پی کے جوشی، سابق ڈائریکٹر آئی اے آر آئی ڈاکٹر ایچ ایس گپتا، وائس چانسلر سکاسٹ کشمیر پروفیسر نذیر احمد گنائی، وائس چانسلر سکاسٹ جموں ڈاکٹر بی این ترپاٹھی اور سابق وائس چانسلر ڈاکٹر جے پی شرما بھی موجود تھے۔ اس موقعہ پر مشن ڈائریکٹر 'جامع زرعی ترقیاتی پروگرام (ایچ اے ڈی پی)'/ 104

معراج ملک پر سیفٹی ایکٹ لگانے کے خلاف جموں میں احتجاج، انٹرنیٹ سروس معطل

جگہ جگہ پر عوام سڑکوں پر آئے

سرینگر // کے این ایس // 9 ستمبر // عام آدمی پارٹی کے ممبر اسمبلی ڈوڈہ معراج الدین ملک پر پبلک سیفٹی ایکٹ لگانے اور جیل منتقل کرنے کے بعد ضلع ڈوڈہ میں منگل کے روز ہر علاقے میں بڑے پیمانے پر لوگوں نے احتجاجی مظاہرے ہوئے جہاں جگہ جگہ نوجوان اور مرد اور خواتین جلوسوں میں شامل ہوئے جبکہ جموں میں بھی اس حوالے سے کئی مقامات پر الگ الگ احتجاجی/ 110

آئی ایس آئی ایس اور دیگر ممنوعہ تنظیموں سے منسلک دہشت گردانہ سازش

جموں کشمیر اور پانچ ریاستوں میں 21 مقامات پر این آئی اے چھاپے اور تلاشیاں

سرینگر // 09 ستمبر // سی این آئی // آئی ایس آئی ایس اور دیگر ممنوعہ دہشت گرد تنظیموں سے منسلک دہشت گردانہ سازش کیس کے سلسلے میں قومی تحقیقاتی ایجنسی (این آئی اے) نے تفتیش تیز کرتے ہوئے جموں کشمیر اور دیگر پانچ ریاستوں میں 21 مقامات پر چھاپے ڈالیں اور تلاشیاں لی جس دوران مجرمانہ دستاویزات اور مواد کے ساتھ موبائل فون سمیت کئی ڈیجیٹل آلات ضبط کیں۔ سی این آئی کے مطابق قومی تحقیقاتی ایجنسی (این آئی اے) نے آئی ایس آئی ایس دہشت گردانہ سازش کیس میں پانچ ریاستوں اور جموں وکشمیر میں 21 مقامات پر چھاپے ڈالیں اور تلاشیاں لی۔ حکام کے مطابق یہ تلاشیاں بہار، اتر پردیش، مہاراشٹر، کرناٹک، تمل ناڈو، اور جموں وکشمیر میں کیس زیر نمبر RC-01/NIA/2025 کے سلسلے میں تحقیقات کے حصے کے طور پر/ 109

لداخ میں سیاچن گلیشئر پر فوجی بیس کیمپ پر برفانی تودہ گر آیا

تین فوجی اہلکار زندہ دب کر لقمہ اجل، کیپٹن کو بچالیا گیا

امدادی ٹیمیں موقع پر پہنچنے سے پہلے فوجی تقریباً 5 گھنٹے تک برف کے نیچے پھنسے تھے

سرینگر // 09 ستمبر // سی این آئی // لداخ میں سیاچن گلیشئر پر فوجی بیس کیمپ پر برفانی تودہ گرنے سے تین فوجی اہلکار جاں ہو گئے جبکہ فوجی کیپٹن، جو برفانی تودے میں بھی پھنس گیا تھا کو بچا لیا گیا۔ سی این آئی کے مطابق لداخ میں سیاچن گلیشئر پر بیس کیمپ پر برفانی تودہ گرنے سے مہار رجمنٹ کے/ 108

گرفتاریوں کی منظوری یا نا منظور میں نہ تو اسمبلی اور نہ ہی

اس کے سیکرٹریٹ کا کوئی کردار ہے/ اسپیکر عبدالرحیم راتھر

سرینگر // 09 ستمبر // سی این آئی // گرفتاریوں کی منظوری یا نا منظور میں نہ تو اسمبلی اور نہ ہی اس کے سیکرٹریٹ کا کوئی کردار ہے کی بات کرتے ہوئے جموں کشمیر قانون ساز اسمبلی کے اسپیکر عبد الرحیم راتھر نے کہا کہ گمراہ کن بیان دینے پر ممبر اسمبلی وحید الرحمان پرہ کے خلاف کارروائی کی جائے گی۔ سی این آئی کے مطابق جموں کشمیر قانون ساز اسمبلی کے اسپیکر عبدالرحیم راتھر نے کہا کہ ڈوڈہ کے ممبر اسمبلی معراج ملک کی پی ایس اے کے تحت نظربندی کے بارے میں گمراہ

کن بیان دینے پر ممبر اسمبلی وحید الرحمان پرہ کے خلاف کارروائی کی جائے گی۔ سپیکر راتھر نے کہا کہ پرہ اسمبلی قواعد سے بے خبر تھے اور انہوں نے غلط بات کی تھی۔ انوں نے کہا کہ اس طرح کے گمراہ کن بیانات کو برداشت نہیں کیا جائے گا۔ غلط معلومات پھیلانے/ 107

سرینگر جموں وکشمیر قومی شاہراہ مسلسل 2 ہفتوں سے بند، مغل شاہراہ بحال

کشمیر میں سبزی۔ پھلوں اور مرغ کی قیمتوں میں ہوش ربا اضافہ

بازاروں سے چکنگ ٹیمیں غائب عوام بت یارومددگار، رٹیلر دکاندار بھی پریشان

سرینگر // کے این ایس // 9 ستمبر // کشمیر وادی کو بیرون دنیا سے ملانے والی اہم شاہراہ منگل کو مسلسل ٹریفک کی آمدرفت کے لئے بند رہی ہے تاہم مغل روڈ گاڑیوں کی آمدرفت کے لئے کھولی ہے اس دوران شاہراہ کے بند رہنے کے نتیجے میں جہاں کشمیری وادی کے فروٹ گروس شدید پریشانیوں سے دوچار ہیں وہی دوسری جانب سے اشیاء ضروریہ پھلوں اور سبزیوں کی قیمتیں آسمان کو چھو رہے ہیں۔ کشمیر نیوز سروس (کے این ایس) کے مطابق وادی کشمیر کو ملک کے ساتھ جوڑنے والی 270 کلومیٹر طویل سری نگر جموں پر ٹریفک کی نقل وحمل گذشتہ دو ہفتوں سے مسلسل بند ہے۔ تاہم بحالی کا کام جنگی بنیادوں پر جاری ہے۔ ادھر مغل روڈ اور سنتھن روڈ پر ٹریفک کی نقل وحمل حسب ایڈوائزری جاری ہے۔ ٹریفک حکام نے منگل کی صبح بتایا کہ قومی شاہراہ پر ٹریفک کی نقل وحمل ہنوز بند ہے۔ انہوں نے کہا کہ وادی کو جموں صوبے کے راجوری اور پونچھ اضلاع کے ساتھ جوڑنے والے مغل روڈ اور سنتھن روڈ پر ٹریفک کی نقل وحمل حسب ایڈوائزری جاری ہے۔ انہوں نے کہا کہ ان سڑکوں پر بحالی کا کام جنگی بنیادوں پر جاری ہے۔ لوگوں سے کہا گیا کہ وہ بند سڑکوں کی مکمل بحالی تک ان پر سفر کرنے سے گریز کریں اور افواہوں پر کان نہ دھریں۔ حکام نے لوگوں سے مزید کہا کہ وہ سڑکوں کے متعلق تازہ جانکاری حاصل کرنے کے لئے ٹریفک پولیس ٹویٹر ہینڈل، فیس بک پیج اور جموں، سری نگر اور رام بن کے ٹریفک کنٹرول یونٹوں کی طرف رجوع کریں۔ ادھر قومی شاہراہ کے بند ہونے سے اہلیان وادی گونا گوں مشکلات سے دوچار ہوئے ہیں۔ جہاں ایک طرف بازاروں میں اشیائے ضروریہ کی قلت پیدا ہوگئی ہے وہیں باغ مالکان خسارے کے دہانے پر پہنچ گئے ہیں۔ لوگوں کا الزام ہے کہ قومی شاہراہ بند ہوتے ہی وادی میں گراں فروشی آسمان چھونے لگتی ہیں اور خورد و نوش کی چیزیں اس قدر مہنگی ہو جاتی ہیں کہ عام لوگوں کے لئے ان کا خریدنا از بس مشکل ہو جاتا ہے لوگوں کا کہنا ہے کہ سری نگر۔ جموں قومی شاہراہ کی مسلسل بندش کے نتیجے میں اشیائے ضروریہ کی قیمتوں میں دو سو فیصد تک کا اضافہ کیا گیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ مرغ کا فی کلو ریٹ دو سو روپے، اور انڈا 9 روپے/ 112

مرکز سیلاب متاثرہ لوگوں کے ساتھ کندھے سے کندھا ملا کر کھڑا

صورتحال سے نمٹنے کیلئے تمام کوششیں کی جائیگی/ وزیر اعظم مودی

مرکز اس مشکل وقت میں ہماچل پردیش حکومت کے ساتھ مل کر کام کرے گا

سرینگر // 09 ستمبر // سی این آئی // مرکز سیلاب متاثرہ لوگوں کے ساتھ کندھے سے کندھا ملا کر کھڑا ہے کا اعلان کرتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ مرکزی حکومت ریاست کے میمورنڈم کے ساتھ ساتھ مرکزی ٹیموں کی رپورٹ کی بنیاد پر تشخیص کا مزید جائزہ لے گی۔ سی این آئی کے مطابق وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ ان کی حکومت سیلاب کی صورتحال کا جائزہ لینے کے لیے ہماچل پردیش اور پنجاب کا دورہ شروع کرتے ہوئے متاثرہ لوگوں کے ساتھ کندھے سے کندھا ملا کر کھڑی

ہے۔ وزیر اعظم نریندر مودی نے منگل کو بارش سے متاثرہ ہماچل پردیش کیلئے 1500 کروڑ روپے کی فوری امداد کا اعلان کیا۔ ریاست میں سیلاب اور لینڈ سلائیڈنگ کی صورتحال کا جائزہ لینے والے وزیر اعظم مودی نے مرنے والوں کے لواحقین کیلئے 2 لاکھ روپے اور زخمیوں کیلئے 50 ہزار روپے دینے کا بھی اعلان کیا۔ انہوں نے پہلے متاثرہ علاقوں کا فضائی سروے کیا اور پھر کانگڑا میں ایک میٹنگ کی جس میں امدادی اور بحالی کے اقدامات کا جائزہ لیا اور ساتھ ہی نقصان کا اندازہ لگایا۔ وزیر اعظم نے کہا کہ مرکز اس مشکل وقت میں ہماچل پردیش حکومت کے ساتھ مل کر کام کرے گا اور ہر ممکن مدد فراہم کرے گا۔ انہوں نے کہا کہ ڈیزاسٹر مینجمنٹ قوانین کے تحت تمام مدد کی جا رہی ہے جس میں ریاستوں کو پیشگی ادائیگی بھی شامل ہے/ 111

ذکرِ الٰہی اور شکرِ الٰہی کی فضیلت

تحریر....
ماہ طلعت نثار

دورِ حاضر کے معاشرے میں طرزِ زندگی اور بُود و باش جس سرعت کے ساتھ تبدیل ہوتا نظر آ رہا ہے کہ وہ کسی کی نگاہ سے پوشیدہ نہیں لیکن اس حقیقت سے بھی انکار نہیں بعض حساس قلوب اذیت میں مبتلا ہیں اور اس خواہش و سعی میں مصروف عمل ہیں کہ معاشرہ اصلاحی کاوشوں کا اثر قبول کر لے اور اسلامی طرز زندگی کو اپنائے۔

ذکرِ الٰہی دراصل قربِ الٰہی کی خاطر اللہ کو یاد کرنے کا نام ہے۔ یعنی زبان پر حمد و تسبیح اور تکبیر و تحلیل کے کلمات کا جاری رہنا۔

ارشاد باری تعالیٰ کا مفہوم: ''تم مجھ کو یاد کرو میں بھی تم کو یاد کروں گا، میرا شکر ادا کرو، ناشکری نہ کرو۔'' (سورہ بقرہ)

ذکر کی فضیلت اس سے بڑھ کر اور کیا ہوگی کہ خود اللہ سبحان و تعالیٰ بھی یاد کرے گا پھر ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ شکر کرو ناشکری نہ کرو۔ شکر کا مطلب ہے کہ اللہ کی دی ہوئی نعمتوں اور خداداد صلاحیتوں اور قوتوں کا اعتراف کرنا اور زبان سے تعریفی کلمات کا ادا کرنا۔ ان قوتوں اور صلاحیتوں کو اللہ کی نافرمانی میں صرف کرنا اللہ کی ناشکری یعنی کفرانِ نعمت ہے جس سے بچنے کا حکم دیا گیا ہے۔

یہاں پر ذکر اور شکر کا حکم ایک ساتھ دیا گیا ہے دونوں میں بہت مشابہت و مناسبت ہے۔ اللہ رب العزت کی حمد و ثنا اور تسبیح و تحلیل میں شکر کے کلمات بھی پنہاں ہیں ذکرِ الٰہی دائمی عبادت ہے جیسا کہ سورہ العمران میں ارشادِ باری تعالیٰ کا مفہوم ہے:

''ذکرِ الٰہی مومن کا وصفِ امتیازی ہے۔''

ایک اور جگہ فرمانِ الٰہی کا مفہوم ہے۔

''بہ کثرت اللہ کا ذکر کرو بہت ممکن ہے فلاح نصیب ہو جائے۔''

حضرت عمرؓ نے رسول کریم ﷺ سے پوچھا: ''یا رسول اللہ ﷺ! ہم کون سے مال جمع کریں؟''

آپ ﷺ نے فرمایا: ''ذکر کرنے والی زبان اور شکر کرنے والا دل۔''

ایک اور موقع پر آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''اللہ کا ذکر دلوں کے لیے شفا ہے۔''

''اللہ کا ذکر تمہارے سب اعمال سے افضل ہے۔''

ذکرِ الٰہی کی حقیقت جاننے اور اس کی افادیت سے اچھی طرح مستفید ہونے کے لیے ضروری ہے کہ ذکر الٰہی کی تین اقسام کو مختصراً بیان کر دیا جائے تا کہ ذکر کی اصل حقیقت اور افادیت اچھی طرح واضح ہو جائے۔

1: ذکر باللسان۔ **2**: ذکر بالقلب **3**: ذکر بالعمل۔

مندرجہ بالا تینوں اقسام میں ہم آہنگی ہوگی تو ذکرِ الٰہیہ اصلاحِ قلب کے لیے شفا اور کیمیاء ثابت ہوگا۔

1۔ ذکر باللسان: جب اللہ کی حمد و ثنا، اسمائے حسنیٰ اور تکبیر و تحلیل کے کلماتِ طیبہ سے زبان تر و تازہ رہے گی تو لازماً اس کے اثرات دل پر بھی مرتب ہوتے رہیں گے۔ جیسا کہ ارشادِ باری تعالیٰ ہے: مفہوم: ''یاد رکھو، اللہ کے ذکر سے ہی دل کا اطمینان حاصل ہوتا ہے۔'' یعنی ذکر الٰہی کے بغیر اہلِ ایمان کے دل بے قرار و بے اطمینان رہتے ہیں۔

سورہ اعراف میں ارشاد ربانی ہے، مفہوم:

''اور اچھے نام اللہ ہی کے لیے ہیں، پس پکارو اللہ کو ان ناموں سے۔'' اللہ سبحان و تعالیٰ کے اسماء وصفات کا ذکر قبولیت دعا کا وسیلہ بھی ہے اور نزولِ رحمت اور دلی سکون کا ذریعہ بھی ہے۔ سرورِ کائنات ﷺ نے بھی فرمایا کہ جب ان کے وسیلے سے دعا کی جائے تو قبولیت کی زیادہ امید کی جا سکتی ہے۔ ان اسماء کو احادیث میں ''اسمِ اعظم'' کہا گیا ہے۔

صحیح مسلم میں سمرہ بن جندبؓ سے مروی ہے کہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا:

''بہترین اور اللہ کو سب سے زیادہ محبوب کلمات چار ہیں:

1۔ سبحان اللہ: اللہ ہر عیب اور شرکاء سے پاک ہے۔

2۔ الحمدللہ: الوہیت کی کل صفات اللہ ہی کے لیے ہیں۔

3۔ لا الہ الا اللہ: اللہ کے سوا کوئی دوسرا عبادت کے لائق نہیں۔

4۔ اللہ اکبر: اللہ سب سے بڑا ہے۔''

مندرجہ بالا چاروں کلمات میں باری تعالیٰ کی توحید و تکبیر اور تسبیح و حمد بیان ہوئی ہیں۔ اسی لیے یہ اللہ کے دربار میں بہترین و پسندیدہ ترین کلمات ہیں اور ان کا ذکر اسمِ اعظم کا ذکر ہے۔ رسول پاک ﷺ نے اپنی بیٹی فاطمہؓ اور ان کے شوہر حضرت علیؓ کو ہدایت کی تھی کہ جب تم سونے لگو تو ان کلمات کو پڑھ لیا کرو جسے ہم ''تسبیح فاطمہ'' کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔

سورہ العمران میں اللہ سبحان و تعالیٰ ایمان والوں کی خصوصیات بیان کرتے ہوئے فرماتا ہے، مفہوم: ''جو لوگ اللہ کا ذکر کھڑے اور بیٹھے اور اپنی کروٹوں پر لیٹے ہوئے کرتے ہیں اور زمین و آسمان کی پیدائش پر غور و فکر کرتے ہیں۔''

یہاں پر صرف ذکر کرنا نہیں مقصود بلکہ غور و تدبر بھی ضروری ہے۔

کسی صحابیؓ نے حضور ﷺ سے پوچھا کہ حضور ﷺ! کوئی ایسی چیز بتا دیجیے کہ جسے مشغلہ اور دستور بنا لیا جائے۔ تو آپ ﷺ نے فرمایا: ''اللہ کے ذکر سے تو ہر وقت رطب اللسان رہے۔''

2۔ ذکرِ بالقلب: ذکر قلبی یہ ہے کہ دل و دماغ میں اللہ کی معرفت و خشیت اور عظمت و محبت شعوری طور پر موجود ہو۔ قلب سلیم کی یہی صفات ذکر الٰہی کا منبع اور سرچشمہ ہیں۔ ان صفات و کیفیات سے عاری اور غفلت کے پردوں میں لپٹا ہوا دل نہ تو اللہ کے قہر و غضب سے ڈرتا ہے اور نہ ہی اس کی رحمت کے حصول کی طرف مائل ہوتا ہے۔

سورہ زخرف میں اللہ پاک کا ارشاد کا مفہوم ہے:

''جو ذکرِ خدا سے غافل ہو کر زندگی گزارے گا تو ہم اس کے لیے شیطان مقرر کر دیتے ہیں۔''

حضور سرورِ کائنات ﷺ کا ارشاد مبارک ہے، مفہوم:

''اللہ تعالیٰ غافل دلوں کی زبانی دعا قبول نہیں کرتا۔''

دراصل غافل دلوں کی عبادت میں سوز و گداز اور عبادت کا شوق بیدار نہیں ہوتا۔ ذکرِ الٰہی سے غافل دل کے اندر شیطانی راستے کھل جاتے ہیں۔ یوں نیکی، بھلائی اور فلاح کے راستے بھی بند ہو جاتے ہیں اور شیطانی الہام کو وہی دل آسانی سے قبول کر لیتے ہیں۔

اس کے برعکس رحمانی الہام انھی کے دلوں کے اندر راستہ پاتا ہے جو ذکرِ الٰہی کے نور سے معمور ہوں۔ یعنی دل اور زبان کی ہم آہنگی کے ساتھ شعوری ذکر ہی وہ حقیقی ذکر ہے جو دلوں کو نورانی بناتا ہے۔ ایمان و عقائد کو پختہ کرتا ہے۔

ایک عجیب سی توانائی اور عمیق سکون عطا کرتا ہے، پھر اللہ کی رضا کے حصول کے لیے ہر مشکل کو آسان بنا دیتا ہے۔ ہر اس کام سے اجتناب کرتا ہے جس کو اللہ نے ناپسند قرار دیا ہو۔ اسی ذکرِ قلبی کو جہاد سے افضل قرار دیا گیا ہے۔ قرآن مجید فرقانِ حمید میں اسی ذکر کے لیے ''ولذکراللہ اکبر'' کہا گیا ہے۔

یعنی جب الفاظ کے معنیٰ و مفہوم دل میں اترتے جائیں اور اللہ سبحان و تعالیٰ کی جانب دھیان و توجہ ہو تو ایسا ذکر دلوں میں روحانی کیفیت بیدار کر دیتا ہے۔ حضرت داؤد علیہ السلام کا یہ معجزہ تھا کہ جب وہ ذکر کرتے تو پہاڑ اور طیور بھی ان کا ساتھ دیتے۔ ذاکر زبان سے جو ذکر کر رہا ہو اس معنی میں غور و فکر کرے کیوں کہ ذکر کے الفاظ میں بھی تدبر کرنا اسی طرح مطلوب ہے جس طرح قرآن کریم میں تدبر کرنا مطلوب ہے۔

اس کے برخلاف ایسا ذکر جو زبان کو تو حرکت دے رہا ہے مگر دل میں وہ کیفیت پیدا نہیں ہو رہی جو ہونی چاہیے تو اس قسم کا ذکر ''اکبر'' نہیں بل کہ ''اصغر'' ہے۔ اللہ باری و تعالیٰ تو دل کی آواز بھی سنتا ہے اور زبان کی آواز کو بھی مگر اللہ کے نزدیک قبولیت دل کی آواز کو ہے۔ اللہ تعالیٰ نے غفلت و نسیان سے منع فرمایا ہے اور اسے دل کی بہت بڑی بیماری قرار دیا ہے۔

مفہوم: ''اور اپنے رب کو دل میں یاد کرتے رہو، عاجزی اور خوف کے ساتھ اور جہر (زور کی آواز) سے اور کم آواز کے ساتھ صبح و شام کو اور نہ ہونا غفلت کرنے والوں میں سے۔''

سورہ کہف، مفہوم: ''اور اس شخص کی بات نہ مانو جس کے دل کو ہم نے اپنے ذکر سے غافل کر دیا۔''

سورہ الحشر میں ارشاد ربانی ہے:

مفہوم: ''نہ بنو ان لوگوں کی طرح جو اللہ کو بھول چکے ہیں، تو اللہ نے بھی بھلا دیا ان سے اپنے ہی نفسوں کو اور یہی لوگ فاسق ہیں۔''

اللہ کو بھولنے سے مراد یہ ہے کہ ان کے دل اللہ کی یاد اور خوف سے خالی ہیں جس کا نتیجہ یہ ہوا کہ اللہ نے بھی ان کو بھلا دیا اور انھوں نے اپنی تباہی و بربادی کا راستہ خود منتخب کر لیا مگر ان کو اس بات کا ادراک نہیں ہے۔

3۔ ذکر بالعمل: ذکرِ باللسان اور ذکرِ قلبی سے اللہ کی ہستی کا تصور اور عقائد مزید پختہ و راسخ ہو جاتے ہیں۔ اب ایک ذاکر کے اعمال و افعال میں بھی لازماً مثبت تبدیلی نظر آنی چاہیے اور اس کے اعمال و افعال میں شرک کا شائبہ بھی نظر نہیں آنا چاہیے۔

زندگی کے ہر موڑ پر اللہ اور اس کے رسول کریم ﷺ کی ہدایات و احکامات کو مدنظر رکھنا چاہیے۔ یوں ہمہ وقت یادِ الٰہی سے زندگی اسلامی شریعت کے مطابق گزارنا اور اس پر عمل پیرا ہونا آسان ہو جائے گا۔ وہ اخلاقِ حسنہ سے آراستہ اور اخلاق رزیلہ اور گناہوں سے اجتناب کرنے کی کوشش کرے گا۔ غرض یہ کہ یادِ الٰہی سے ہی ہماری دنیا و آخرت میں فلاح و کامرانی کا راز پوشیدہ ہے۔

حضور پاک ﷺ نے حضرت معاذؓ کو یہ دعا بہت اہتمام سے سکھائی اور ہر نماز کے بعد پڑھنے کی تاکید فرمائی۔

مفہوم: ''الٰہی! مجھے مدد دے کہ میں آپ کی یاد، آپ کا شکر اور بہترین عبادت کروں۔''

اب حضور ﷺ کی یہ تاکید ہم سب کے لیے ہے، اللہ تعالیٰ ہمیں بھی ہر نماز کے بعد پڑھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

اب اس دین کی اصل کا تقاضا ھے کہ تمام مسلمان بھائی بھائی بن کر رھیں اور ایک دوسرے کے دست و بازو ھم درد و غم گسار اور مونس و خیر خواہ بن کر رھیں تاکہ ایک اچھے معاشرے کی تشکیل ھو سکے۔ آ سے دعا ھے کہ ھماری اس سعی کو قبول فرمائے اور قارئین کو بہ حسن و خوبی استفادہ کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

The Urdu Daily WATTAN
وطن سرینگر

اسرائیلی مظاہرین کی ٹرمپ سے یرغمالوں کی رہائی کیلئے فریاد

نئی دہلی (ایم این این): اسرائیل کے فوجی صدر دفتر کے باہر ہزاروں اسرائیلیوں نے غزہ جنگ کی مخالفت میں احتجاجی مظاہرہ کیا، مظاہرین نے مختلف پلے کارڈ اٹھا رکھے تھے، جن میں جنگ مخالف، یرغمالوں کی رہائی اور جنگ کے سبب ٹرمپ کی مقبولیت میں کمی کے نعرے تحریر تھے۔ مظاہرین نے اس خیال کا اظہار کیا کہ صرف ٹرمپ ہی نیتن یاہو پر غزہ جنگ ختم کرنے کا دباؤ ڈال سکتے ہیں۔ اکثر اسرائیلیوں میں وزیراعظم نیتن یاہو کے خلاف مایوسی بڑھ رہی ہے، جنہوں نے فوج کو ایک بڑے شہری مرکز پر قبضہ کرنے کا حکم دیا ہے جہاں یرغمالوں کی موجودگی کا گمان ہے۔ یرغمالوں کے خاندانوں

اوران کے حامیوں کو خدشہ ہے کہ غزہ شہر پر حملہ ان کے پیاروں کو خطرے میں ڈال سکتا ہے، ایک شخص جس کا فوجی بیٹا ۷ اکتوبر ۲۰۲۳ کو ہلاک ہوا تھا اور جس کی لاش غزہ میں حماس کے پاس ہے، نے حکومت پر اپنے شہریوں کو چھوڑنے کا الزام لگایا۔ اس نے ریلی سے خطاب کرتے ہوئے کہا، "ہمیں امید ہے کہ امریکہ دونوں فریقوں پر دباؤ ڈالے گا کہ وہ آخرکار ایک جامع معاہدے پر پہنچیں۔ مظاہرین مطالبہ کر رہے ہیں کہ حکومت یرغمالوں کی رہائی کے حصول کے لیے حماس کے ساتھ جنگ بندی کو یقینی بنائے۔ یروشلم میں بھی ایک بڑا مظاہرہ کیا گیا۔ واضح رہے کہ غزہ میں ۴۸ یرغمال ہیں۔ اسرائیلی حکام کا خیال ہے کہ ان میں سے تقریباً ۲۰ اب بھی زندہ ہیں۔ اس سے قبل بیشتر یرغمالوں کو اسرائیل اور حماس کے درمیان بالواسطہ مذاکرات کے بعد رہا کر دیا گیا تھا۔ ٹرمپ نے اپنی انتخابی مہم کے دوران غزہ جنگ ختم کرانے کا وعدہ کیا تھا۔ لیکن آٹھ ماہ گزرنے کے باوجود، کوئی حل سامنے نہیں آیا۔ جمعہ کو انہوں نے کہا کہ واشنگٹن حماس کے ساتھ "بہت گہری" بات چیت جاری ہے۔ تاہم اسرائیلی فوجیوں نے غزہ شہر کے مضافات میں شدید حملے کیے ہیں، جہاں ہزاروں فلسطینیوں کو قحط کا سامنا ہے۔ فوج نے غزہ سٹی کے شہریوں کو وہاں سے نکل کر جنوبی غزہ منتقل ہونے کا انتباہ دیا۔ حماس نے جمعہ کو ایک اسرائیلی یرغمالی کا ویڈیو جاری کیا جس میں ۲۴ سالہ اسرائیلی یرغمال نے کہا کہ اسے غزہ شہر میں رکھا گیا ہے اور شہر پر فوج کے حملے میں وہ ممکنہ طور پر ہلاک ہو جائے گا۔ اسرائیل کا کہنا ہے کہ یہ نفسیاتی جنگ ہے۔

یوکرین پر روس کے حملے میں متعدد ہلاکتیں، سرکاری عمارت کو نقصان پہنچا

نئی دہلی (ایم این این): روس کے ڈرون اور میزائلوں کے بڑے حملے میں اتوار کو یوکرین کے دارالحکومت پر کم از کم دو افراد ہلاک ہوگئے اور ایک اہم سرکاری عمارت کی چھت سے دھواں اٹھتا دیکھا گیا۔ اسوسی ایٹڈ پریس کے رپورٹرز نے کیف کے کابینہ وزراء کی عمارت کے اوپر دھوئیں کا بادل دیکھا۔ یوکرین کی وزیراعظم یولیا سویریڈینکو نے کہا کہ جنگ کے دوران پہلی بار ایک "دشمن حملے" نے یوکرین کی مرکزی حکومتی عمارت کو نقصان پہنچایا ہے۔ انہوں نے بتایا: "فائر فائٹرز یوکرینی حکومتی عمارت میں آگ بجھانے کی کوشش کر رہے ہیں۔"

اسپین: اسرائیل کو اسلحوں کی فروخت بند، غزہ نسل کشی سے منسلک افراد پر پابندی

نئی دہلی (ایم این این): ہسپانوی وزیر اعظم پیڈرو سانچیز نے پیر کو غزہ میں "نسل کشی کو روکنے" کے اقدامات کے تحت اسرائیل کو ہتھیاروں اور گولہ بارود کی فروخت پر مستقل پابندی لگانے کا اعلان کیا۔ اسپین اسرائیل جانے والے بحری جہازوں اور ہتھیاروں سے لدے طیاروں کے ہسپانوی بندرگاہوں پر کال کرنے یا ہسپانوی فضائی حدود میں داخل ہونے پر بھی پابندی لگائے گا۔ انہوں نے ایک بیان میں کہا کہ اسپین فلسطینی اتھاریٹی اور اقوام متحدہ کی ریلیف اینڈ ورکس ایجنسی برائے فلسطینی پناہ گزینوں (اونروا) کی امداد میں بھی اضافہ کرے گا اور مقبوضہ فلسطینی علاقوں میں اسرائیلی بستیوں میں بننے والی اشیا پر پابندی لگائے گا۔ انہوں نے کہا کہ "ہمیں امید ہے کہ (اقدامات) وزیر اعظم نیتن یاہو اور ان کی حکومت پر فلسطینی آبادی کے مصائب کو کم کرنے کیلئے دباؤ میں اضافہ کریں گے۔ اسپین ہر اس شخص پر بھی پابندی عائد کرے گا جس نے براہ راست نسل کشی میں حصہ لیا ہو۔" سانچیز نے کہا کہ "جب کہ اسرائیل کو اپنے وجود اور دفاع کا حق حاصل ہے، لیکن اسے "بے دفاع لوگوں کو ختم کرنے" کا اختیار حاصل نہیں ہے۔" جیسا کہ انہوں نے غزہ میں دسیوں ہزار شہریوں کی ہلاکت سے نمٹنے میں بین الاقوامی برادری کی ناکامی کا حوالہ دیا۔ انہوں نے کہا کہ ہم جانتے ہیں کہ یہ تمام اقدامات حملے یا جنگی جرائم کو روکنے کیلئے کافی نہیں ہوں گے۔ لیکن ہم امید کرتے ہیں کہ وہ وزیراعظم نیتن یاہو اور ان کی حکومت پر دباؤ بڑھائے۔

غزہ نسل کشی: ۳۲ ماہ میں ہر گھنٹے ایک فلسطینی بچہ شہید ہونے کا انکشاف

نئی دہلی (ایم این این): بچوں کے حقوق کیلئے کام کرنے والی عالمی تنظیم سیو دی چلڈرن نے انکشاف کیا ہے کہ گزشتہ ۳۲ ماہ میں اوسطاً ہر گھنٹے کم از کم ایک فلسطینی بچہ شہید ہوا۔ غزہ حکومت کے مطابق اکتوبر ۲۰۲۳ء سے اب تک کم از کم ۲۰ ہزار بچے جاں بحق ہو چکے ہیں۔ ان میں ایک ہزار بچے ایک سال سے کم عمر کے تھے جبکہ تقریباً نصف وہ نومولود تھے جو جنگ کے دوران پیدا ہوئے اور اسرائیلی حملوں میں مارے گئے۔ تنظیم کے مطابق یہ صورتحال انتہائی شرمناک ہے کیونکہ اسرائیلی فوج بچوں کے گھروں، کھیل کے میدانوں، اسکولوں اور اسپتالوں کو مسلسل نشانہ بنا رہی ہے

ہم غزہ، یروشلم اور دیگر محاذوں پر حالت جنگ میں ہیں: نیتن یاہو

نئی دہلی (ایم این این): فلسطینی شہر یروشلم کے شمال میں فائرنگ کے واقعے میں ۷ افراد کے ہلاک ہونے کے بعد اسرائیلی وزیراعظم بین یامین نیتن یاہو پیر کو راموت کے علاقے کے اس مقام پر پہنچے جہاں مسلح حملہ پیش آیا تھا۔ انہوں نے فلسطینیوں کے خلاف مزید سخت اقدامات کرنے کا اعلان کیا۔ نیتن یاہو جو شاذ و نادر ہی اس طرح کے واقعات کی جگہ پہنچتے ہیں، نے جائے وقوعہ کے دورے پر پہنچ کر کہا "اسرائیل غزہ، یروشلم اور دیگر محاذوں پر دہشت گردی کے خلاف حالت جنگ میں ہے۔ انہوں نے مختصر خطاب میں کہا کہ "ہم حملہ آوروں کے خاندانوں کو بے دخل کریں گے اور مزید سخت اقدامات کریں گے۔ ان کا کہنا تھا کہ اسرائیلی فورسز ان تمام افراد کو گرفتار کریں گی جنہوں نے حملہ آوروں کی مدد کی یا ان کا ساتھ دیا اور انہیں جہاں بھی ہوں گے ڈھونڈ نکالیں گی۔ انہوں نے نیتن یاہو نے ایران کے حمایت یافتہ گروہوں کے خلاف غزہ، یمن اور لبنان سمیت کئی محاذوں پر جاری جنگ کا ذکر بھی کیا۔ ساتھ ہی انہوں نے اسرائیلی سپریم

کورٹ پر تنقید کی، جس نے انہیں سیکورٹی صورتحال کے باعث پیر کو اپنی عدالتی سماعت میں حاضر نہ ہونے کی اجازت دی تھی۔ دوسری جانب اسرائیلی وزیر خارجہ جدعون ساعر نے بوداپسٹ میں پریس کانفرنس کرتے ہوئے کہا کہ "ہمارا ملک دہشت گردی کے خلاف حالت جنگ میں ہے۔" انہوں نے فلسطینی اتھاریٹی پر الزام لگایا کہ وہ اسرائیل کے خلاف اعلانیہ طور پر اشتعال انگیزی کر رہی ہے۔ ساعر نے یورپی ممالک پر زور دیا کہ وہ فیصلہ کریں کہ کس کے ساتھ کھڑے ہونا چاہتے ہیں۔ اسی دوران اسرائیلی وزیر برائے قومی سلامتی ایتمار بن گویر نے اعلان کیا کہ "تمام اسرائیلیوں کو اسلحہ دیا جائے گا۔" انہوں نے فلسطینی قیدیوں کے حوالے سے کہا کہ "ہم جیلوں اور حراستی مراکز کے حالات بہتر نہیں کریں گے۔" خیال رہے کہ پیر کی صبح یروشلم میں راموت کے مقام پر مسلح افراد کے ایک بس پر حملے میں کم سے کم سات افراد ہلاک اور پندرہ زخمی ہوگئے تھے۔ اسرائیلی پولیس نے حملہ آوروں کو 'دہشت گرد' قرار دیا ہے

شامی صدر احمد الشرع کی اہلیہ نے گریجویشن مکمل کرلیا، شوہر کے ہاتھوں تمغہ اور سند حاصل کی

نئی دہلی (ایم این این): شام کے عبوری صدر احمد الشرع کی اہلیہ نے گریجویشن مکمل کرلیا ہے۔ تفصیلات کے مطابق شامی خاتون اول لطیفہ الدروبی نے گریجویشن کرلیا، اس موقع پر شامی صدر احمد الشرع نے اہلیہ لطیفہ الدروبی کو شیلڈ اور سند دی۔ رپورٹ کے مطابق لطیفہ الدروبی نے ۲۰۲۵ء میں 'النصر والتحریر' میں جامعہ ادلب کی فیکلٹی آف آرٹس اینڈ ہیومینٹیز سے ڈگری حاصل کی تھی، جامعہ ادلب کی فیکلٹی آف آرٹس اینڈ ہیومینٹیز نے اپنے فارغ التحصیل طلبہ میں تقسیم اسناد کی تقریب منعقد کی جس میں صدر احمد الشرع مہمان خصوصی تھے۔ لطیفہ الدروبی کا تعلق شام کے شہر حمص سے ہے، شام میں اقتدار تبدیل ہونے کے بعد انھیں رواں برس فروری میں پہلی مرتبہ صدر احمد الشرع کے ساتھ ترکی اور سعودی عرب کے دورے کے دوران دیکھا گیا تھا۔ اپنی تقریر میں الدروبی نے کہا "آج میں ایک ایسی سرزمین پر کھڑی ہوں جس نے بڑی سختیاں برداشت کیں، امید کا پھول کھلایا، علم کی پرورش کی اور زندگی سے بھری ہزاروں کہانیوں کو گلے لگایا۔" زیر نظر تصویر میں وہ اپنی شیلڈ اور سرٹیفکیٹ حاصل کرتے ہوئے۔ ڈگری حاصل کی تھی، جامعہ نے اپنے فارغ التحصیل طلبہ میں تقسیم اسناد کی تقریب منعقد کی جس میں صدر احمد الشرع مہمان خصوصی تھے۔ لطیفہ الدروبی کا تعلق شام کے شہر حمص سے ہے، شام میں اقتدار تبدیل ہونے کے بعد انھیں رواں برس فروری میں پہلی مرتبہ صدر احمد الشرع کے ساتھ ترکی اور سعودی عرب کے دورے کے دوران

نیپال میں نوجوان سڑکوں پر، پارلیمنٹ پر دھاوا، سرکار بے بس

نئی دہلی (ایم این این): نیپال میں گزشتہ دنوں سوشل میڈیا پر پابندی عائد کرنے کے فیصلے نے نوجوانوں کے صبر کے پیمانہ کو لبریز کردیا۔ پیر کو وہ سڑکوں پر اتر آئے اور قومی راجدھانی کھٹمنڈو میں پارلیمنٹ کے اندر گھس گئے۔ حالات پر قابو پانے کیلئے پولیس کو فائرنگ کرنی پڑی جس کے نتیجے میں اس خبر کے لکھے جانے تک ۱۹ افراد ہلاک اور ۳۰۰ سے زائد زخمی ہوگئے۔ نوجوانوں کے اس احتجاج کو جسے 'جین زی' کا احتجاج قرار دیا جارہا ہے، کے آگے حکومت بے بس ثابت ہوئی ہے۔ اسے فوج کو طلب کرنا پڑا۔ ابتدائی رپورٹوں کے مطابق نیپال میں بادشاہت کی واپسی اور ہندو راشٹر کے قیام کے حامی بھی اس احتجاج کا فائدہ اٹھانے کی کوشش کررہے ہیں۔ اس بیچ کھٹمنڈو سمیت کئی علاقوں میں کرفیو نافذ کردیا گیا ہے اور وزیر داخلہ رمیش لال لیکھک نے مظاہرین کی ہلاکت کی ذمہ داری قبول کرتے ہوئے استعفیٰ دیدیا ہے۔ اُدھر وزیراعظم اولی کی قیادت میں کابینہ کی میٹنگ میں مظاہرین کے خلاف تشدد کی جانچ کیلئے کمیٹی تشکیل دینے کا فیصلہ کیا گیا ہے۔ فوج نے قومی راجدھانی میں پارلیمنٹ تک جانیوالی تمام سڑکوں پر مورچہ سنبھال لیا ہے۔ اس سے قبل ہزاروں کی تعداد میں نوجوانوں نے جن میں اسکول کے طلبہ بھی شامل تھے، 'جین-زی' (نئی نسل کیلئے استعمال ہونے والا انگریزی لفظ) کے بینر تلے احتجاج کرتے ہوئے کھٹمنڈو میں پارلیمنٹ پر دھاوا بول دیا۔ مظاہرین حکومت مخالف نعرے بلند کرتے ہوئے سوشل میڈیا پر عائد کی گئی پابندی فوراً اٹھانے کا مطالبہ کررہے تھے۔ ان میں سے چند جب پارلیمنٹ احاطہ میں داخل ہوگئے تو حالات بے قابو ہونے لگے اور پولیس نے فائرنگ کا سہارا لیا۔ پولیس کے ترجمان بنود گھمیرے نے بتایا کہ ۱۷ افراد کھٹمنڈو میں مختلف مقامات پر بھیڑ کے ٹکراؤ اور تشدد میں مارے گئے جبکہ ۲ مظاہرین کی موت سنسری ضلع میں پولیس فائرنگ میں ہوئی ہے۔ زخمیوں کی تعداد 'نیپال نیوز' نے ۳۴۳ بتائی ہے جن میں سے کم از کم ۱۰۰ افراد اسپتالوں میں زیر علاج ہیں۔ ان میں سے کئی کی حالت نازک ہے۔ مظاہروں کے بعد نیپال میں سیاسی ہلچل تیز ہوگئی ہے۔ وزیر اعظم کی رہائش گاہ پر کابینہ کا ہنگامی اجلاس طلب کیا گیا ہے۔

امریکہ: واشنگٹن میں فوج کی تعیناتی کے خلاف ہزاروں افراد کا احتجاج

نئی دہلی (ایم این این): امریکی دارالحکومت واشنگٹن میں ہزاروں افراد نے صدر ڈونالڈ ٹرمپ کی جانب سے شہر کی سڑکوں پر فوج کی تعیناتی کے خلاف احتجاجی مارچ کیا۔ وی آر آل ڈی سی نامی احتجاجی مارچ میں تارکین وطن اور فلسطین کے حامی بھی شریک ہوئے، پلے کارڈز اٹھائے مظاہرین نے فری ڈی سی اور ٹرمپ کے اقدام کے خلاف نعرے لگائے، انہوں نے حکومت سے فیصلہ واپس لینے کا مطالبہ کیا۔ مظاہرین کا کہنا تھا کہ وہ واشنگٹن پر قبضے کے خلاف احتجاج کررہے ہیں اور چاہتے ہیں کہ فوج کو ہماری سڑکوں سے ہٹایا جائے، حکومت آمریت کے طرز پر اقدامات آزما رہی ہے

اسرائیلی فوج ہم پر گولیاں برسا سکتی ہے: صمود فلوٹیلا کے بوسنیائی کارکن

نئی دہلی (ایم این این): غزہ کی ناکہ بندی توڑنے اور خطے میں انسانی امداد پہنچانے کیلئے روانہ ہونے والے گلوبل صمود فلوٹیلا کے ایک بوسنیائی رکن نے خبردار کیا کہ اسرائیل فلوٹیلا کو اپنی منزل تک پہنچنے سے روکنے کی کوشش کرسکتا ہے، یہاں تک کہ اس مقصد کے تحت وہ ان پر گولیاں بھی چلا سکتا ہے۔ بورس وثلاسل جو ۱۳ اگست کو بارسلونا سے روانہ ہونے کے بعد سسلی سے روانہ ہونے والے جہازوں کے فلوٹیلا میں شامل ہوئے، نے سراجیوو میں قائم غزہ موومنٹ کے زیر اہتمام ایک پریس کانفرنس میں آن لائن بات چیت کی۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ غزہ کی صورتحال کے بارے میں یورپ میں عوامی بیداری روز بروز بڑھ رہی ہے اور فلوٹیلا کو دنیا بھر سے حمایت حاصل ہوئی ہے۔ انہوں نے کہا کہ "اسرائیل ہماری کشتیوں کو روکنے کی کوشش کرسکتا ہے۔ ذاتی طور پر مجھے نہیں لگتا کہ وہ ہمیں گرفتار کریں گے، کیونکہ اس سے اسرائیلی افواج مشکل میں پڑ جائے گی۔ اس وقت ۵۰ سے زائد کشتیاں غزہ کی طرف بڑھ رہی ہیں۔ مجھے یقین ہے کہ وہ ہمیں اپنے ہدف تک پہنچنے سے روکنے کیلئے اقدامات کریں گے۔" انہوں نے خبردار کیا کہ "اسرائیلی فوج فائرنگ کرسکتی ہے یا کشتیوں کو ڈبو بھی سکتی ہے۔ اس صورت میں ہم اپنی منزل پر پہنچنے کے بجائے اپنے دوستوں کو بچانے کی کوشش کریں گے۔" واضح رہے کہ تقریباً ۲۰ کشتیاں گزشتہ ماہ کے آخر میں بارسلونا سے فلوٹیلا کے حصے کے طور پر روانہ ہوئی ہیں، جس کے بعد اس ہفتے کے شروع میں اٹلی کے شہر جینوا سے ایک اور قافلہ روانہ ہوا۔ ایک تیسرا بحری بیڑا تیونس سے غزہ کی طرف روانہ ہوگا۔ بارسلونا والا بیڑا تیونس پہنچ گیا ہے اور اب وہاں سے یہ بیڑا غزہ کی جانب بڑھے گا۔ انہیں راستے میں اٹلی اور یونان کے بیڑے بھی ملیں گے اور سبھی ساتھ میں غزہ کی جانب جائیں گے۔ اقوام متحدہ کی حمایت یافتہ انٹیگریٹڈ فوڈ سیکورٹی فیز کی درجہ بندی (آئی پی سی) نے ۲۲ اگست کو اطلاع دی کہ شمالی غزہ میں قحط نے زور پکڑ لیا ہے۔

غزہ جنگ کے 700 دن: 90 فیصد خطہ تباہ، 82 ارب ڈالر کا نقصان

نئی دہلی (ایم این این): فلسطینی حکومت کے غزہ میں واقع میڈیا آفس کا کہنا ہے کہ اسرائیلی بمباری کے ۷۰۰ دنوں نے خطے کے تقریباً تمام شہری بنیادی ڈھانچوں کو منظم انداز میں تباہ کرکے ۸۶ ارب ڈالر سے زیادہ کا نقصان پہنچایا ہے۔ سنیچر کو جاری بیان میں دفتر نے کہا کہ اسرائیلی جنگ میں غزہ کے ۹۰ فیصد سے زیادہ بنیادی نظام کی تباہی کے ساتھ نسل کشی اور جبری بے گھر کرنے کی منظم پالیسی اپنائی گئی ہیں۔ بیان میں کہا گیا کہ ۷۳ ہزار ۷۰۰ سے زیادہ افراد ہلاک یا لاپتہ ہیں، جن میں ۲۰ ہزار سے زیادہ بچے اور ۱۲ ہزار ۵۰۰ خواتین شامل ہیں۔ دفتر کے مطابق ۲ ہزار ۷۰۰ خاندان شہری اندراج سے مکمل طور پر ختم ہو گئے ہیں۔ ہلاک ہونے والوں میں ایک ہزار ۶۷۰ طبی عملہ، ۲۴۸ صحافی، ۱۳۹ سول ڈیفنس کے اراکین اور ۱۷۳ میونسپل ملازمین شامل ہیں۔ ایک لاکھ ۶۲ ہزار سے زیادہ دیگر زخمی ہوئے ہیں، جن میں سے بہت سے افراد مستقل طور پر معذور ہو چکے ہیں۔

اتر ریلوے

ای-ٹنڈر نوٹس

کام کا نام	"شری ماتا ویشنو دیوی کٹرا (SVDK) ریلوے اسٹیشن پر لوکو ٹرپ شیڈ، دفتر بھون (G+1) اور متعلقہ پی وے کاموں کی تعمیر، جموں توی (JAT) ریلوے اسٹیشن پر 750V EOG سسٹم کے الیکٹرک سب اسٹیشن کے ...
	Rs.14,29,17...
ٹنڈر دستاویز	نوٹس سے متعلق دفتر کے نوٹس بورڈ پر بھی اولوکیناتھ دستیاب ہے۔

ٹنڈر نوٹس 75-W/1/2025/WA/Umbrella Works/JAT مورخہ 06.09.2025
2737/2025

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

اتر ریلوے

ای-نیلامی نوٹس

بھارت کے راشٹر پتی کی جانب سے سینئر ڈویژنل کمرشیل منیجر / مال بھاڑہ، اتر ریلوے، فیروز پور کے ذریعہ نیچے دیئے گئے کام کیلئے قابل اور رجسٹرڈ بولی دھندگان سے فیروز پور ڈویژن میں ای-نیلامی طلب کیا جاتا ہے۔

نیلامی لسٹ نمبر	نیلامی شروع ہونے کا وقت اور تاریخ	کام کا نام
EAFZR-SLR25-105	23.09.2025 کو 11:00 Hrs.	گاڑیوں میں پارسل سپیس کو لیز پر دینے کا ٹھیکہ (ٹرین نمبر / ایس ایل آر کمپارٹمنٹ):20424/F1, 12412/F1, 14633/F1, 12014/F1, 14632/F1, 14633/F2, 14542/F1, 14633/R1, 12422/F1 & 14632/R1.
EAFZR-SLR25-106	25.09.2025 کو 11:00 Hrs.	گاڑیوں میں پارسل سپیس کو لیز پر دینے کا ٹھیکہ (ٹرین نمبر / ایس ایل آر کمپارٹمنٹ):15532/F1, 22446/F1, 12032/F1, 22552/F1, 14601/F1, 14508/R1, 14508/F1, 22126/F1, 14601/R1 & 14601/F2.

مفصل معلومات کیلئے رجسٹریشن کیلئے برائے مہربانی ریلوے کی ویب سائٹ www.ireps.gov.in پر جائیں۔ نمبر: 179-C/E-action/FZR/25 مورخہ 08-09-2025
2727/2025

گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

ذکر کچھ خواتین کے اندازِ چہل قدمی کا۔۔۔

ڈاکٹر ولاء جمال العسیلی

یہ مانا جاتا ہے کہ عورت کے چلنے کا انداز بہت اہم ہے اور اس کا اثر مجموعی طور پر ظاہری شکل پر بہت زیادہ ہوتا ہے۔ محفوص انداز سے چلنا عورت کی خوب صورتی کا حصہ ہے اور یہ اس کی خوب صورتی کا ثبوت بھی ہے۔

دیکھا جاتا ہے کہ صحیح طریقے سے چلنا تقریباً کسی بھی لڑکی کے لیے ایک اہم ترین بات ہوتی ہے۔
چلنے کے منفرد انداز سے عام لوگوں کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لیے خواتین کا آہستگی سے چلنا، جس میں لچک ہو اور انداز رومانوی بھی ہو، نہ کہ اچھلنا کودنا اور چھلانگ لگانا، نہ ہی اچانک حرکتیں کرنا، جو کہ چلنے میں تکلیف دہ اور معیوب مانا جاتا ہے۔
تاہم چلتے وقت اس میں خود اعتمادی ہونی چاہیے۔ اور سب سے اہم بات یہ ہے کہ خاتون کا وزن بہت زیادہ نہ ہو۔ وہ اس طرح قدموں کو اٹھائے، جیسے اس کا چلنا پھرنا کسی فلمی اداکار کی طرح لگے۔ اسے یہ بھی سوچنا چاہیے کہ وہ کس طرح کا لباس زیب تن کرتی ہے۔
عام طور پر خواتین جب نیند سے اٹھتی ہیں تو وہ جلدی بازی میں گھر کے کام کاج میں لگ جاتی ہیں، جس سے ان کی چال ڈولنے لگتی ہے، اس بطخ کی طرح جو صبح صبح تالاب کی طرف ہلتے ڈلتے تیرنے نکل جاتی ہے۔
میں سمجھتی ہوں کہ ہر عورت کو تھوڑی دیر چہل قدمی کرنی چاہیے اور پھر آئینے کے سامنے کچھ دیر کے لیے رک کر خود کو دیکھنا چاہیے، جس سے صبح کی واک اور چلنے پھرنے کا مشاہدہ ہوگا۔ اسے اپنے کندھوں کو جھکانا نہیں چاہیے، کہ وہ بھدا نہ لگے اور سر کو بہت زیادہ جھکانا بھی نہیں چاہیے، جس سے کہ اس کے چلنے سے وہ کسی ہنس طرح نہ لگے۔
اسے یہ بھی چاہیے کہ وہ چلتے وقت ہاتھ کو زور سے نہ ہلائے اور اپنے جسم کو سیدھا رکھے، تاکہ وہ بدصورت نظر نہ آئے۔ اس سے دیکھا یہ جاتا ہے کہ ایسی خواتین کے چلنے کے انداز سے وہ عام طور پر مردوں کی توجہ کا مرکز بن جاتی ہیں۔
عورت کو اپنے ٹہلنے کے انداز کو خوب صورت بنانے کے لیے گھر میں بھی تھوڑی ورزش کرنی چاہیے، اپنی پیٹھ کو سیدھا رکھنا چاہیے، جس کے لیے وہ اپنے سر پر سیب رکھے اور چل کر دیکھے کہ سیب کہیں زمین پر نہ گر جائے۔ اگر ایک عورت سیب گرنے کے بغیر اس طرح چلنے میں کام یاب ہو جاتی ہے تو اسے اپنے آپ پر فخر کرنا چاہیے اور اس کو اپنے قدموں کو دلیری سے دکھانا چاہیے۔
یہ بات بھی دل چسپ ہے کہ بہت سے ٹرینز خواتین کو صحیح طور پر اور خوب صورت انداز سے چلنا سکھانے اور مشق کرنے کے لیے کلاسز دیتے ہیں، تاکہ چلتے وقت لوگ ان کی طرف توجہ دیں اور مرد ان کی طرف راغب ہوں۔ وہ عورتوں کو مسطر پر چلنا سکھاتے ہیں، تاکہ ان کے قدم درست طور پر زمین پر پڑیں۔
اس کے علاوہ وہ سکھاتے ہیں کہ پاوں کو کندھے کے ساتھ اور کندھوں کے درمیان فاصلہ کیا ہے؟ وہ عورت کو پاوں پھیلانے کا طریقہ سکھاتے ہیں، تاکہ وہ محسوس کرے کہ وہ ایک پرندہ کی طرح ہے جو پرواز کے لیے تیار ہے۔
لوگوں کا ماننا ہے کہ خوب صورت چال ایک عمدہ تیکنیک ہے۔ عورت کی خوب صورتی تب ہے، جب وہ ایک مخصوص انداز سے چلے، ورنہ بے ڈھنگی چال سے کیا فائدہ۔ خوب صورت طریقے سے چلنا ایک حقیقی فن ہے جو ہر لڑکی کو آنا چاہیے، اگر وہ دوسروں کے تاثرات کی پرواہ کرتی ہے۔
اس کے علاوہ خوب صورت طور پر چلنا طاقت ور مردوں کو شکست دینے کا ایک طاقت ور ہتھیار ہے، اور اگر عورت اس طرح اس آدمی کے ساتھ چلتی ہے جسے وہ پسند کرتی ہے، تو وہ صرف اسے دیکھ سکتا ہے۔ لہٰذا ہر عورت کو اپنے شوہر کے سامنے اس طرح چلنے کی عادت ڈالنی چاہیے، تاکہ وہ اس کے سامنے اپنی عورت کو حسین و جمیل سمجھ سکے۔
کچھ مرد سوچتے ہیں کہ عورت جو ٹھمک ٹھمک کر چلتی ہے، اس کا مقصد توجہ حاصل کرنا ہوتا ہے، یا شوہر کو خوش کرنا یا پریم حاصل کرنا ہوتا ہے۔
ہر عورت کی شخصیت کا اندازہ جسمانی کشش، اس کے چلنے اور قدموں سے لگایا جا سکتا ہے۔ عورت کے چلنے کی مختلف اقسام اور انداز ہوتے ہیں۔
ایک عورت جو تیز قدموں سے چلتی ہے: اس کا مطلب ہے کہ وہ قابو پانا، آزادی، خود غرضی اور لاتعلقی پسند کرتی ہے۔ وہ عورت جو بغیر کسی شور اور خاموشی کے متحرک قدموں سے چلتی ہے: اس کی خصوصیت خاموشی، نرمی، اخلاق کی فراخ دلی اور حسنِ اخلاق ہے۔
عورت جو گھمنڈ میں چلتی ہے: اس کا مطلب ہے کہ وہ خود سے بہت زیادہ پیار کرتی ہے، اور وہ سخت اقدار اور روایات کے دباو میں ہے، اور وہ ان سے آزاد ہونا چاہتی ہے، اسے آزادی پسند ہے اور زندہ رہنا چاہتی ہے، اور اس کے پاس مزاح کی حس اور قوت ارادی ہے۔
عورت جو سر اٹھا کر رفتار اور پھرتی سے چلتی ہے: اس کے چلنے کی خصوصیت راہ نماوں، کاروباری افراد، ہیرو اور اہم اور اعلیٰ عہدے داروں کے چلنے کی ہے، وہ مسائل کو حل کرنے اور اپنی نیک نامی کو برقرار رکھنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ اس کے علاوہ اس کی خود اعتمادی، بہادری اور تخلیقی صلاحیتوں کی بھی خصوصیت ہے۔
آہستگی سے چلنے والی عورت: 'نرم' کے لفظ سے ظاہر ہے کہ وہ پرسکون اور خود اعتمادی کے ساتھ ساتھ اپنے گھر، خاندان، بچوں اور ازدواجی زندگی سے محبت کرتی ہے، اور ساتھ ہی لچک اور صبر کی خصوصیات رکھتی ہے۔
دوڑنے والی عورت: اس کے چلنے میں وسیع اور تیز قدم ہے، جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ اس کی جسمانی اور ذہنی توانائی بہت زیادہ ہے، وہ جذباتی مسائل کو مثبت اور تعمیری طریقے سے حل کرنے میں اچھی ہے اور وہ پریشانی سے بھی چھٹکارا پا سکتی ہے۔
عورت جو بے ترتیبی سے چلتی ہے: جو چلتے ہوئے اخبار یا کتابیں پڑھنے کی طرح دکھائی دیتی ہے، اس کی عدم تحفظ، تحفظ کی خواہش، کسی بھی چیز کے بارے میں فکرمند نہ ہونا، مضبوط خاندانی رشتوں کا لطف اٹھانا، اور مرد پر مکمل انحصار کرنے کا لطف اٹھانا اس کا ثبوت ہے۔
مذکورہ بالا اسباب کے علاوہ، ماڈلوں کا چلنا خواتین کی طرف سے استعمال ہونے والی سب سے مشہور جسمانی کشش میں سے ایک ہے اور یہ سب سے زیادہ عام ہے۔ اس لیے لوگوں کو لگتا ہے کہ جو عورت اس طرح چلتی ہے وہ واقعی ایک پرکشش عورت ہے۔

یہ ہمیشہ سنتی ہوں کہ خوب صورت چہل قدمی صرف اونچی ایڑی والے جوتوں میں ہی ممکن ہے، اس میں کوئی شک نہیں کہ اونچی ایڑی میں چلنے کی خوب صورتی ہے۔
جو اصولی طور پر مرد کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہیں۔ لیکن مجھے یہ محسوس ہوتا ہے کہ جو خواتین انہیں پہنتی ہیں، وہ اپنی نقل و حرکت میں محدود رہتی ہیں اور انہیں ہمیشہ گرنے کا ڈر لگا رہتا ہے اور اسی ڈر سے میں اونچی ایڑی کے جوتے یا چپل نہیں پہنتی۔ کیوں کہ مجھے پورا یقین ہے کہ ان کے پہننے سے پاوں پر کھچاو پڑتا ہے۔ میں نے کئی خواتین کو دیکھا ہے جو اونچی ایڑی کی جوتی یا چپل پہنتی ہیں اور ایسا لگتا ہے کہ وہ کارٹون والے انداز میں چل رہی ہیں۔
مجھے ایک واقعہ یاد آ رہا ہے کہ دوپہر دو بجے میں کام سے واپس آ رہی تھی، میرے سامنے ایک خاتون اونچی ایڑی پہنے ہوئے چل رہی تھی، اچانک اور بغیر کسی پیشگی تنبیہ کے، وہ خاتون عجیب طرح سے الجھ کر گر پڑی۔ میں نے لوگوں کو اس کے ارد گرد بہت الجھن میں دیکھا، اور اس وقت مجھے لگا جیسے زمین پھٹ رہی ہو اور اس عورت کو نگل لے گی۔
کچھ عورتوں کی آواز آ رہی تھی، کوئی اسے سیدھا کرے، تبھی دو مردوں نے اس کے ہاتھ پکڑے اس کو سہارا دیا اور ایک نے اس کا تھیلا زمین سے اٹھایا۔ خاتون کی آنکھوں سے آنسو بہہ رہے تھے۔
ایک اور واقعہ رمضان کا ہے، جب ہم روزے سے تھے۔ میں ایک فائیو اسٹار ہوٹل میں افطار کرنے جا رہی تھی، کسی نے مجھے دعوت دی اور میں نے دعوت قبول کر لی۔
تاہم تاخیر کی وجہ سے میں جلدی میں تھی، اسی طرح سے کچھ اور لوگ بھی بھاگ رہے تھے، گویا اگر دیر ہوگئی تو شاید ہم مر جائیں گے؟ ہوٹل میں داخل ہوتے ہی اچانک مجھے ایک بہت تیز آواز سنائی دی، مجھے سمجھ نہیں آئی کہ آخر وہ آواز کیا ہے۔ یہ شور کیسا ہے، میں نے لابی میں موجود تمام لوگوں کو ایک لڑکی کی طرف گھورتے ہوئے پایا جس کے منہ، نتھنے، ہونٹ اور دانت لابی کے شیشے کے دروازے سے ٹکرا کے ٹکڑے ہو گئے۔
میری نظر اس لڑکی کے اونچے اور پتلی ایڑی والی جوتے پر پڑی، جو اس نے پہن رکھی تھی، اس لڑکی نے اپنے چلنے کے انداز کا خیال رکھا، دروازے کے شیشے کو شاید نہیں دیکھا۔ سب لوگ دوسری طرف دیکھ رہے تھے، کیوں کہ وہ نہیں جانتے کہ اپنی ہنسی کو کیسے روکیں۔
سچ پوچھیے مجھے سپاہی کی طرح چلنا اچھا نہیں لگتا جو جب کسی فوجی مشن پر چل رہا ہوتا ہے اور اپنی منزل کی طرف آگے بڑھتا ہے، کسی چیز پر نہیں رکتا اور اس کی طرف نہیں دیکھتا، بلکہ مجھے سیاح کا چلنا پسند ہے جو آہستہ آہستہ چل رہا ہوتا ہے۔

دائیں بائیں دیکھتا ہے، اگر وہ کوئی عجیب منظر دیکھتا ہے، تو وہاں کھڑا ہو جاتا ہے اور اگر وہ کوئی عجیب چیز دیکھے تو اس کی تصویر کشی کرے، اور اگر وہ کسی قدیم آثار سے گزرے تو اس کی تاریخ کے بارے میں پوچھے، تاکہ وہ اس کی سیر سے لطف اندوز ہو اور اس سے فائدہ اٹھائے۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ عورت کے چلنے کی مختلف اقسام جو میں نے ذکر کیں، یہ صرف خواتین کے لیے ہیں، مردوں کے لیے یہ ناممکن ہے کہ وہ اس طرح چلیں یا اس کی نقل کریں، کیوں کہ یہ نسوانیت فطری طور پر ودیعت کردہ ہے۔

قوانین اور اصول صرف کتابوں میں ہی ملیں گے

آئین کا لفظ ہمیں صرف سیاستدانوں کے جلسوں میں سننے کو مل رہا

حضرت علی کرم اللہ وجہہ کا قول مشہور ہے ''معاشرہ کفر پر تو قائم رہ سکتا ہے ظلم پر نہیں''۔ اس ایک قول کے تناظر میں اس وقت پورے پاکستان کا نظام ملاحظہ کر لیجیے تو آپ کو حالات کی خرابی کا ادراک ہو جائے گا۔
''آئین ایک مقدس دستاویز ہے'' ہم تقاریر میں نہ صرف اس فقرے کی اکثر گردان سنتے آئے ہیں بلکہ ہمیں نصاب میں بھی یہی تاثر دیا جاتا ہے کہ آئین کوئی ایسی دستاویز ہے جس کے تحت ملک میں انصاف کا بول بالا ہوتا ہے، ظالم کی بیخ کنی کی جاتی ہے، مساوات اور برابری کو عملی سطح پر نافذ کیا جاتا ہے، ہر ادارہ اپنی حدود و قیود میں رہ کر کام کرتا ہے۔ مقننہ، عدلیہ اور انتظامیہ اسی مقدس دستاویز میں تحریر ضوابط کے تحت اپنا اپنا کام احسن طریقے سے کرتے ہیں۔
قائداعظم کے چودہ نکات ہوں ہو پھر قرارداد مقاصد، آئین پاکستان ہو یا پھر وفاق اور اس کی اکائیوں کے حوالے سے اصول و ضوابط، درسی کتب میں تو تفصیلات ازبر کروائی جاتی ہیں لیکن عملی سطح پر ہمیں دور دور تک کوئی تبدیلی قیام پاکستان سے آج تک نظر نہیں آتی۔ ہمیں جو درسی کتب میں آئین ملا، اس میں اقتدار کا منبع عوام تھے۔ لیکن یہ درسی کتب میں ہی کہیں لکھا رہ گیا۔ اور آج حال یہ ہے کہ عوام کا کوئی پرسان حال نہیں۔
عوام پر سب سے بڑا ظلم ہی یہی ہے کہ آئین نے عوام کو جو حقوق دیے ہیں، اشرافیہ ان سے بھی انہیں محروم رکھتی ہے اور پھر آئین کی بالادستی کا نعرہ بھی لگاتی ہے۔ انصاف کا تقاضا تو یہ ہے کہ عوام کو ان کے بنیادی حقوق کی فراہمی یقینی بنانے کے بعد سیاستدان اقتدار کی جنگ پھر جیسے چاہے لڑتے، لیکن یہاں جس کو موقع ملا اس نے عوام کیلیے مشکلات ہی پیدا کیں۔
موجودہ حالات کے تناظر میں آئین کا لفظ ہمیں صرف عدلیہ کی راہداریوں، ایوان کے دریچوں اور سیاستدانوں کے جلسوں میں سننے کو مل رہا ہے۔ پاکستان تحریک انصاف کا دعویٰ ہے کہ انتخابات **90** دن میں کروائیں، آئین یہ کہتا ہے۔ الیکشن کمیشن کہتا ہے ہم نوے دن سے زیادہ میں کروائیں گے، یہ بھی آئین کہتا ہے۔ عدلیہ کہتی ہے ہم اپنا فیصلہ نافذ کروائیں گے ہمیں آئینی اختیار ہے۔ پارلیمان کا دعویٰ ہے کہ ہم سپریم ادارہ ہیں، ہم پر مرضی کی رائے نہیں تھوپی جاسکتی، یہ ہمارا آئینی استحقاق ہے۔ فوج خاموش ہے، بقول شخصے کہ آئین یہی کہتا ہے۔ لیکن سیاستدان اس ادارے کی خاموشی کو بھی پسند نہیں کرتے اور ان کا بولنا بھی۔ کیوں کہ کچھ کو ان کی خاموشی گوارا ہے کچھ کو ان کا بولنا فائدہ مند ہے۔
ایک عام پاکستانی بھی سیاستدانوں سے یہ سوال کرنا شاید بھول گیا ہے کہ کیا آئین پاکستان صرف اقتدار کی تقسیم کا فارمولہ ہے یا اس سے بڑھ کر ہے؟ ہم یہ سوال کرنا گوارا ہی نہیں کرتے کہ کیا آئین پاکستان کی دستاویز اس لیے مقدس ہے کہ اس میں عوام کو حقوق دیے گئے ہیں یا یہ مل کر بندر بانٹ کے اصول پر ملک کو کھانے کی وجہ سے مقدس دستاویز ہے۔
عوام بنیادی طور پر صرف نعرے لگانے اور وقتی طور پر پروٹوکول لینے پر ہی اکتفا کرتے ہیں (انتخابات کے دوران) ورنہ وہ اپنے سیاستدانوں سے یہ سوال کرنا گوارا نہیں کرتے کہ آپ بے شک عدلیہ و انتظامیہ کے درمیان الیکشن الیکشن کی لڑائی لڑیں، لیکن آئین کے آرٹیکل **25** (الف) میں جو کہا گیا ہے کہ سولہ سال تک کے بچوں کو مفت اور لازمی تعلیم ریاست فراہم کرے گی، تو وہ ہمیں کب مہیا کی جائے گی؟ لیکن ہم سوال کرنے والی قوم ہی نہیں۔
اداروں کی لڑائی پر وہ ضرب المثل صادق آتی ہے کہ ہاتھیوں کی لڑائی میں چیونٹی ماری جاتی ہے۔ ہم اپنی عقل سیاستدانوں کی حمایت میں گلے پھاڑنے تک ہی استعمال کرتے ہیں، ورنہ کم از کم ہم تمام اداروں سے اتنا سوال تو کرتے کہ جناب آپ سب آپس میں لڑ لیں لیکن آئین کے آرٹیکل **32** میں جو بلدیاتی اداروں کے فروغ کا وعدہ کیا گیا ہے، اس پر کیوں عمل درآمد نہیں کیا جاتا؟ اور یہی سیاسی جماعتیں ہی بلدیاتی نظام میں کیوں روڑے اٹکاتی ہیں۔ کہیں ایسا تو نہیں کہ بلدیات میں کسی نہ کسی طرح غریب کی رسائی ممکن ہو جاتی ہے اور یہی اداروں کو اور سیاستدانوں کو گوارا نہیں؟ ہمیں صرف الیکشن کی کھینچا تانی میں الجھا دیا گیا ہے اور عوام بھی نہ تو سیاستدانوں اور نہ ہی اداروں سے یہ سوال کرنا چاہتے ہیں کہ آئین کی شق **37** میں تفصیل سے جو معاشرتی انصاف کا فروغ اور معاشرتی برائیوں کا خاتمہ بیان کیا گیا ہے، کیا اس کی جانب بھی ہمارے رہنما توجہ دے رہے ہیں۔ اس جانب توجہ دینا تو ہمارے رہنماوں کی سیاست ہی ختم کر دیتا ہے تو بھلا وہ کیوں توجہ دیں گے۔ بس انتخابات کروائیں، پرانے کھانے والوں کو نکالیں کہ نئے کھانے والوں کو موقع ملے۔ کوئی پانچ سال کھاتا ہے کوئی تین سال اور بس۔
پاکستان کا المیہ یہ رہا ہے کہ ہمارے ہاں قراردادِ مقاصد ہو یا بابائے قوم کے اقوال زریں، آئین پاکستان ہو یا ادارہ جاتی قواعد و ضوابط، درسی کتب میں پڑھنے کو سب کچھ میسر ہے جب کہ عملی سطح پر اس کا دس فیصد بھی نظر نہیں آتا۔
آئین میں عوام کو کیا حقوق حاصل ہیں، فلاحی ریاست کے کیا خدوخال بیان کیے گئے ہیں، طاقت و اختیار کا اصل منبع کسے قرار دیا گیا ہے، عوامی طاقت کیا ہوتی ہے، عوام کے سامنے حاکمِ وقت کی اوقات کیا ہے، تعلیم، صحت اور دیگر خدمات عامہ کے شعبہ جات کیسے ریاست کی ذمے داری ہیں؟ ان تمام عوامل کو آئینِ پاکستان سے بھلا دیا گیا ہے اور آئین کی مقدس دستاویز کو صرف اپنے اقتدار کو دوام دینے کیلیے استعمال کیا جا رہا ہے۔ اس کے باوجود عوام اپنی دھن میں مگن ہیں، بھنگڑے ڈال رہے ہیں اور خود غرض سیاستدانوں کے حق میں نعرے لگا رہے ہیں۔

تحریر۔۔۔۔۔شاہد کاظمی

وطن
سرینگر

کرپشن کا بڑھتا گراف باعث تشویش

ہمارے ملک بھارت کا کرپشن کے معاملے میں بڑھتا گراف خاصا تشویشناک ہے۔ کیونکہ ٹرانسپیرنسی انٹرنیشنل نامی عالمی ادارے نے ہمارے ملک کو کرپشن کے معاملے میں **85** استھان پر رکھا ھے۔ جوکہ ملک کیلئے واقعی ایک چنتا کا سبب ھے۔ اگرچہ ملک کا سکور پچھلی دہائی کے دوران جمود کا شکار ہے، کچھ میکانزم جو بدعنوانی پر قابو پانے میں مدد کر سکتے ہیں کمزور ہورہے ہیں۔ ملک کی جمہوری حیثیت پر بھی تشویش پائی جاتی ہے، کیونکہ بنیادی آزادی اور ادارہ جاتی چیک اینڈ بیلنس زوال پذیر ہے، " رپورٹ میں کہا گیا۔ **2021** میں ہندوستان **40** کے اسی **CPI** اسکور کے ساتھ **86** ویں نمبر پر تھا۔ اس بات کی نشاندہی کرتے ہوئے کہ بدعنوانی پر قابو پانے میں مدد کرنے والے کچھ میکانزم کمزور ہو رہے ہیں، ٹرانسپیرنسی انٹرنیشنل نے منگل کو جاری کردہ اپنی کرپشن پرسپشن انڈیکس رپورٹ میں **180** ممالک میں بھارت کو **85** ویں استھان پر رکھا گیا ھے۔

ماہرین اور کاروباری افراد کے مطابق پبلک سیکٹر کی بدعنوانی کی سطح کے مطابق **180** ممالک اور خطوں کی درجہ بندی کرنے والا انڈیکس کرپشن پرسپشن انڈیکس کی درجہ بندی کرنے کے لیے **0** سے **100** تک کا پیمانہ استعمال کرتا **CPI** کرتا ہے۔ جہاں **0** انتہائی کرپٹ ہے اور **100** بہت صاف ہے۔ ٹرانسپیرنسی انٹرنیشنل نے ہندوستان کو **40** کا سی پی آئی سکور دیا۔ **2021** میں، بھارت **40** کے اسی سی پی آئی اسکور کے ساتھ **86** ویں نمبر پر تھا۔ رپورٹ پر صحافیوں اور کارکنوں نے لاحق خطرات پر تشویش کا اظہار کیا گیا ہے جو "پولیس، سیاسی عسکریت پسندوں، جرائم پیشہ گروہوں اور بدعنوان مقامی اہلکاروں کے حملوں کا شکار ہوئے ہیں۔" رپورٹ میں کہا گیا کہ "حکومت کے خلاف بولنے والی سول سوسائٹی کی تنظیموں کو سیکورٹی، ہتک عزت، بغاوت، نفرت انگیز تقریر اور توہین عدالت کے الزامات اور غیر ملکی فنڈنگ **??** کے ضوابط کے ساتھ نشانہ بنایا گیا ہے"۔ اس طرح کے جو رپورٹ عالمی اداروں کے زریعے شائع کئے جاتے ہیں یہ واقعی ملک کیلئے کوئی اچھی بات نہیں ھے کیونکہ اس وقت کی سرکار ملک میں بیرونی سرمایہ کاروں کو بھارت میں انویسنٹ کرنے کیلئے طرح طرح کے مراعات دیکر ملک کو اقتصادی طور خوشحال بنانے کی طرف زبردست پہل کررہی ھے دوسری طرف اس طرح کے ملک میں کرپشن کے بڑھتے گراف سے حکومت کے اس پہل کو دھچکا لگنے کا اندیشہ ھے۔ ضرورت اس بات کی ہے کہ ھم کرپشن جیسے بدعت کو ملک وسماج سے اکھاڑ پھینکے کیلئے سرکار اور کرپشن کے خاتمے کیلئے بنائی گئی ایجنسیوں سے مکمل تعاون کریں تاکہ ہمارے ملک پر کرپشن کا لگا یہ بدنما داغ ہمیشہ کیلئے دھل جائے۔

صابر جانی بجران

تحریر...... شیر زمان ثانوی

السلام وعلیکم ورحمتہ اللہ وبرکاتہ معزز قارئین
امید ہے آپ بخیریت ہونگے اللہ تعالی آپ کو سلامت رکھے میں ہمیشہ ادبی شخصیات کو آپ کے روبرو کرتا رہتا ہوں اپنی زبان گوجری میں ہی لکھتا ہوں لیکن آج میں جس ادبی شخص کا تذکرہ آپ سے کروں گا وہ اردو ہی میں کروں گا ان پر لکھا گوجری کالم گویا کہ میرے پاس موجود ہے وہ ان کے جذبے کی اک کڑی ہے جسے میں کسی وقت کسی نامور صفحے کی نذر کروں گا لیکن میں آج اردو میں لکھنا ضروری سمجھتا ہوں کیونکہ میں اس ادبی نوجوان کی صلاحیت سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکا

جو گوجری اردو اور کشمیری زبان میں معنی خیز شاعری کرتے ہیں بلکہ پہاڑی ہندکو میں بھی انکی شاعری بہترین اوزان کی متقاضی ہے کم عمری اور ذوق ادب اور تعلیم کے ساتھ ساتھ اتنا کچھ کر لینا بہت بڑی بات ہوتی ہے قابل داد تحسین ہے یہ نوجوان اللہ تعالی ان کے جذبوں کو ہمیشہ جواں رکھے

میری مراد صابر احمد بجران صاحب
قلمی نام صابر جانی

ان کا آبائی وطن ضلع راجوری تحصیل کالاکوٹ جموں ہے اور آج کل ڈسٹرکٹ گاندربل تحصیل کنگن میں آباد ہیں یہ 9 مارچ 2000 کو غلام مصطفے بجران کے گھر پیدا ہوئے اگر گجر گوت بجران کی بات کی جائے تو اس گوت میں قبل ازیں بھی بڑے نامی گرامی شخصیات پیدا ہوئے شاعر کشمیر استادالشعراء □ جناب حضرت اسرائیل اثر کا تعلق بھی اسی گوت سے تھا روحانی اعتبار سے اگر دیکھا جائے تو باباجی لاروی رحمتہ اللہ علیہ جیسے اولیاء □ اللہ جن کو ہندوستان بھر میں امن کا گہوارہ مانا جاتا ہے اسی ہی گوت سے منسلک ہیں

صابر جانی بجران کم عمری میں کیسے ہر دل میں رچ بس گئے اپنے آپ کو کس انداز سے پیش کیا اور اک شخص سے شخصیت کا سفر طے کر رہے ہیں یہ اس وقت زیر تعلیم ہیں گریجویشن کی تکمیل کے مرحلہ میں ہیں اتنا اچھا اخلاق اور آداب کس نے سکھایا کہ کہ آج لاکھوں میل دور بیٹھا یہ شخص ان سے محبت کا اظہار کررہا ہے یہ ادب کا صدقہ ہے کہ دنیا میں ہر کوئی آیا کہیں دولت کی ریل پیل آئی اور کہیں باقی طبع آزمائیاں ہوئیں لیکن جو مرتبہ اور نام اہل ادب کے حصے میں آیا وہ کسی اور کو نہیں میسر ہوسکا مسٹر صابر جانی کی اکثر بیشتر شاعری کو پڑھنے کا موقع ملا جو کہ لفظوں کے کافی اچھے کاریگر پائے گئے گوجری زبان میں لکھنے کے علاوہ یہ اردو میں بھی بہترین لکھتے ہیں بلکہ اسکے بعد انھوں نے کشمیری زبان میں میں کافی طبع آزمائی کی ہے جہاں آج لوگ اپنی زبان کو بھول چکے ہیں اور اس وقت صابر جانی بجران وہاں ان زبانوں کی افادیت اور اہمیت پر گہری نظر رکھے ہوئے ہیں اور ان ہی زبانوں کی قیمت بڑھانے کے لیئے انھیں شعروں میں پروتے ہیں ان کی اس محنت اور بہترین کاوش کا صلہ انھیں ملنا شروع بھی ہو چکا ہے اہل ادب ان کی ان کاوشیں سے پرمسرت ہیں وہ الگ بات ہے کہ اظہار صرف سوشل میڈیا پر کیا جائے کہیں وقت کی کمیاں کہیں معاشی حالات میں مصروف لوگ وقت نہیں دے پاتے ہر کوئی پیار کرتا ہے کسی بھی شاعر ادیب سے محبتیں فطری ہوتی ہیں اس دنیا میں قبل ازیں بھی بڑے ذہین فطین لوگ پیدا ہوئے کچھ تو اپنا مواد محفوظ کر گئے کچھ اسی طرح اس جہاں سے گزر گئے سوشل میڈیا کے آنے کے بعد کافی ادبی لوگوں کو پڑھنے کا موقع ملا ان کا تخلیقی ادب پڑھ کر بہت ہی رشک آتا ہے اللہ تعالی قلم کے زور میں اضافہ فرمائے یہ اللہ تعالی کی دین عین ہوتی ہے وہ کسی کسی کو نصیب ہوتی ہے رزق اور عزت اسی کے ہاتھ میں ہے خطہ کشمیر پر اللہ کا بڑا فضل وکرم ہے یہاں کی مٹی بہت زرخیز ہے اس مٹی نے علامہ محمد اقبال جیسے شاعر پیدا کیئے اور اسی دھرتی نے مورخ کشمیر منشی محمد دین فوق جیسے ادیب پیدا کیئے جن کو آج بھی پوری دنیا میں پڑھا جاتا ہے برحال میں اصلی مقصد کی جانب آتا ہوں کہ اس نوجوان شاعر صابر جانی نے کم عمری میں اپنی ادبی کاوشوں کے ذریعے نہایت ہی احسن قدم رکھنے کا جو طریقہ کار اپنایا ہے بہت جلد یہ اپنی مراد پانے میں کامیاب نظر آتے ہیں ان کا یہ شوق انکی بہترین شہرت میں بدل جائے گا کیونکہ کچھ شوق ہی ایسے ہیں جو دنیا میں نام لیوا ثابت ہوتے ہیں اور کچھ ایسے بھی ہیں جو اس کا بھرم نہیں رکھ پاتے غرور کا شکار ہو جاتے ہیں اور انھیں کچھ عجیب لگتا ہے لیکن صابر جانی صاحب کی ہی سے پتہ چلتا ہے کہ یہ ہمیشہ ادب میں اہم انقلاب برپا کریں گے انکی زیادہ تر شعری توجہ گوجری زبان کی جانب رواں دواں ہے بڑی دانائی کا مظاہرہ کر رہے ہیں کہ گوجری زبان اک قوم کی ذاتی زبان رہی ہے صدیوں سے جس قوم کی زبان بھی ہو وہ قوم بھی ہو کتنا پر لطف سوچ کے مالک ہیں اس دانائی اور بہترین سوچ پر انھیں شیر زمان ثانوی آزاد کشمیر سے سلام پیش کرتا ہے اب انکے ادب کی چند جھلکیاں پیش کررہا ہوں وہ اپنے گوجری ادب سے کس طرح مخاطب ہیں وہ کیا فرماتے ہیں

ڈکھ میرا واقفکار رہوا
یہ میرا اسگی یار رہوا

اُت رب بچو ہی دیکھے تھو
جت مہارا قول قرار ہوا

ہو عشق کسے کو سکو نہیں
اس ہتھوں کئیں خوار ہوا

میں جن کی خاطر ڈکھ ڈٹھا
وے ڈور میرا دلدار ہوا

ہوں صابر جن کی یاد کروں
وے جان؟ ن تیں انکار ہوا

ماشاء □ اللہ انکے گوجری ادب پر انھیں جتنی داد دی جائے تو کم ہے صابر جانی گوجری ادب پر پرامید ہیں کہ بہت جلد یہ اپنی لوہا منوالیں گئے اور زبان کے ان ستاروں کی صف میں شامل ہو جائیں گئے جن کو آج پڑھا جاتا ہے اللہ تعالی انھیں کامیاب فرمائے

درد جاگے سینہ کے اندر لگے
مناں اپنا آپ تیں ہی ڈر لگے

دِل میرو اکھاں نا ساون کر گئو
یوہ تے ڈنہگا پانیاں کو سر لگے

شعر لکھوں کون جانے کے لکھوں
غزلاں کی دیوار اپنو گھر لگے

تن لکھوں پیر ٹھکوں جس گھڑی
گھٹ حیاتی کی مناں چادر لگے

رہن دیو اپنا گراں ماں دوستو
شہر کا لوکاں تیں مناں ڈر لگے

ہُن مُحبت پیار تے جلُوس کو
ڈور ہو تو دور وہ صابر لگے

یہ یہاں اس بات کو کھل کر کہہ رہے ہیں کہ مجھے اپنے گاوں میں رہنے دیا جائے شہر و بازار میں جانا پسند نہیں کرتا لیکن صابر آپ تو آپنے گھر ہیں لیکن آپ کو سعودی عرب کے شہروں میں لے آئے ہیں کہ آپ اس آگے بھی نکلیں گے انشاء □ اللہ اس ڈر کو مکمل ختم کر دیجیئے کہ آپ گاندربل تک محدود رہیں گئے نہیں آپ کی منزل کا تعین ہو نہیں سکتا اس صنف سے جڑ کر آپ مکمل بے نقاب ہو گئے ہیں سامان سفر زادراہ کا بندوبست کرو آپ نے کوئی معمولی کام نہیں کیا بلکہ شعر ادب سے منسلک ہوئے ہیں کبھی ک، خوش الحان آواز کے مالک سنگروں کو گاتے سنا کبھی ریڈیو کشمیر سے آپ کی غزلیں سنی گ، جوں ہی خبر مجھ تک پہونچی تو میں تو اس معاملے میں بڑا ہی عجیب آدمی ہوں

میں سچی بات سنگروایا نہیں کرتا دلی خوشی محسوس کرتا ہوں کھلے دل سے میں کبھی کسی کو یہ نہیں کہتا کہ یار ایسا کیوں ہے سوال نہیں یہ سب میرے رب کی دین ہے اس کا جتنا شکر کیا جائے تو کم ہے اللہ جسے دے دے اس کی تقسیم پر سوالات کرنے کو حسد کہتے ہیں جتنے کھلے دل سے میں جب ہر کسی کو چاہتا ہوں اتنا ہی اللہ مجھے نوازتا ہے وہی عزت دینے والا ہے میرے لئے اہل ادب کہیں کا بھی ہو قابل صد احترام ہے اب میں صابر جانی صاحب کی اردو تخلیق کی جانب آتا ہوں کہ وہ اردو میں کس طرح محو گفتگو ہیں

وہ بلاتے تھے مگر مجھ سے ہی جایا نہ گیا
کیا کروں پاسِ وفا مجھ سے بچایا نہ گیا
میں کسی کا کوئی نقصان نہیں کر سکتا
مجھ سے اب تک کسی مفلس کو ستایا نہ گیا
کل کو دینا ہے سرِ حشر سوالوں کا جواب
اس لئے مجھ سے قدم آگے بڑھایا نہ گیا
روبرو اور تھا اور پردے میں کچھ اور ہی تھا
مجھ سے سچ جھوٹ الگ کر کے دکھایا نہ گیا
بے ہنر لوگوں سے ہی واسطہ ہے اب میرا
اس لیے مجھ سے کوئی ہنر دکھایا نہ گیا
راستہ بھول گیا پاء نہ منزل صابر جانی
بوجھ اپنا بھی کبھی ہم سے اٹھایا نہ گیا

انکی اردو تخلیق آپ کے سامنے ہے کس طرح انھوں نے اسے پرویا ہے سچ اور حق کی بات کرنے میں کس قدر اعتدال پسندی کا مظاہرہ کرتے ہیں کتنا احترام اور طاقت ہوتے ہوئے عاجزی کی باتیں کی ابتداء کہلاتے ہیں ادب میں ایسا ہونا بھی چاہیئے انکی اردو تخلیق کی ابتدا بھی بہت اہم ہے حوصلہ رکھ کر خدا پر بھروسہ رکھ کر منزل پا لینے کی جسارت کیجیئے یقیناً کامیابی قدم چومے گی خدا کی اس دین میں شکرگزاری کا عمل آجائے تو بندہ ولی کامل بھی ہوسکتا ہے اللہ ہر لمحہ حفاظت فرمائے آمین
اب صابر جانی جی کی دوسری غزل قابل غور ہے
بڑے غور سے نیچے پڑھیئے صابر صاحب کیا فرماتے ہیں

میرے ماں، باپ، بہن، بھائی ہیں شامل مجھ میں
ان سے بڑھ کر تو کوئی شے نہیں کامل مجھ میں

بدگمانی ہے انھیں مجھ پے تو پھر ہوتی رہے
پیکرِ صبر ہے، رہتا ہے جو ایک دل مجھ میں

فلسفہ اس لیے غالب کا پڑھا کرتا ہوں
تاکہ ہو جائے جنوں شعر کا داخل مجھ میں

عیب اوروں کے جو دیکھوں تو میں دیکھوں کیسے
کون سی بات ہے تعریف کے قابل مجھ میں

تو ابھی ایک قطرہ ہے کہتا ہے سمندر صابر
تجھ میں ہمت ہے تو دریا کی طرح مل مجھ میں

یہ غزل انکی اردو کی اک بہترین غزل ہے جو بہت زیادہ جذبہ رکھتے ہیں فلسفہ اس لیئے غالب کا پڑھا کرتا ہوں تاکہ ہو جائے جنوں شعر کا داخل مجھ میں واااااہ کیا کہنے وااااہ بہت زبردست اب انکی اک کشمیری غزل

ژیہ کور ٹھم ژورہ □ یارٹھن ناش مدنو
اچھن میانین ژہ چھکھنا گاش مدنو

قدرما زانہہ کرتھ میانن کتھن ژے
یوتامتھ سیر سپد یتہ فاش مدنو

مہ گومتھ سوز چانے، □ دادہ یارو
ژہ کر باوکھ، □ پنن پروگاش، □ مدنو

ژہ چھک نندہ بون بیہ جانانہ میونی
اگر کیھ دل مہ پھلہم، □ کاش مدنو

گومتھ دیوانہ، □ ژیے، □ چیتھ صابر چھی، □
تمس چھے، □ چان، □ بس یتہ آش مدنو

انکی کشمیری زبان میں لکھنا بھی کشمیر سے محبت کی ایک زندہ مثال ہے یہ اپنے وطن ثقافت اور کلچر سے کس قدر محبت کرتے ہیں زندہ قومیں اپنے وطن سے محبت کے بغیر زندہ نہیں۔ رہ سکتیں صابر جانی جہاں کشمیری زبان پر دسترس رکھتے ہیں وہاں اس زبان کو اپنے شعروں میں موتیوں کی طرح پروتے ہیں گوجری پہاڑی کشمیری ہندکو یہ کشمیر کی زبانیں ہیں لیکن اسوقت کشمیر میں سب سے زیادہ بولی والی زبان گوجری ہے جو اردو کا متبادل ہے اس کی ہر بات پڑھا لکھا شخص سمجھ سکتا ہے 1980 تک آزاد کشمیر کیدس اضلاع میں سب ہی قوموں کی لوگ گوجری بولتے تھے لیکن اس پار آج بھی ایسی ہی روایت ہے کہ سب ہی قوموں کے لوگ اسے سمجھتے ہیں اور بولتے ہیں یوں تو ساری زبانیں کلچر قومیں پیاری ہیں اس کے ساتھ ساتھ سوشل میڈیا پے گوجری زبان کو کافی پزیرائی حاصل ہے ہر چینل پر اس کی مٹھاس کو چکھا جاتا ہے اسکے میٹھے بول سنے جاتے ہیں اس کے ادیبوں کی محنت کا صلہ ہے کہ اس کے۔ اوپر اچھا کام ہورہا ہے

صابر جانی صاحب ایک طالب العلم ہونے کے ساتھ جب ادب سے وابستہ ہوئے انکی اک پہچان ہوئی اور اس پہچان کو ایسے ہی نہ لیا جائے بلکہ یہ جگر کا خون نچوڑ کر ایک شعر کی تخلیق ہوتی ہے تب ہی جا کر سرحد کے اس پار سے آپ کی محبت میں آ کر لکھا جاتا ہے آپ کو دلی مبارک پیش کرتا ہوں آپ پر گوجری کالم بھی لکھا ہے لیکن آج ارادہ تبدیل کر کے لکھ دیا آپ کی اس خدمت کو اردو کے ذریعہ ہر اس ادبی شخص تک پہونچا سکوں جو شعر پڑھ کر واااااااہ واہ کرتا ہے اللہ تعالی آپ کی قلم میں مزید توانائی پیدا کرے آپ لکھیں اور ہزاروں دلوں میں رچ بس جائیں آپ کی سوچ یہ حصہ آپ کے نام کا بہترین یادگار ثابت ہو جیسا حضرت باباجی لاروی رحمتہ اللہ علیہ اسرائیل اثر صابر آفاقی خدابخش زار اردو میں پروین شاکر کو لوگ بڑے ذوق سے پڑھتے ہیں وہ ایم اے انگلش تھی جب ادب کی دنیا میں آئیں تو بازاروں اور شہروں میں لوگ تکریم کرتے تھے انکی اک سہیلی نے پوچھا یہ لوگ پہلے تو آپ کو نہیں جانتے تھے جب خوشبو کی اشاعت ہوئی تو لوگ ان کا بہت احترام کرتے تھے انھوں نے سہیلیوں سے کہا یہ لوگ مجھے کبھی نہیں بھلا پائیں گئے یہ سب صدقہ ادب تھا ادب کی کوئی سرحد نہیں ہوتی اللہ تعالی سے دعا گو ہیں اللہ آپ کو کامیاب فرمائے اور اپنی تمام شاعری کا مجموعہ جمع کر کے کتابیں شکل میں سامنے لائیں خدا ہم سب کا حامی ناصر ہو دعاوں میں یاد رکھیئے میں اکثر بیشتر آپ کی پوسٹوں پر نہیں آیا لیکن کوشش کی کی آپ کی ادبی کیفیت پر کچھ لکھوں بھائی مجھے بہت خوشی ہوتی ہے جب کوئی لکھتا ہے چاہیے وہ کسی بھی قبیلے قوم کا ہو میرے لیئے قابل احترام ہے سب کا بھلا سب کی خیر

آپ کا بھائی شیر زمان ثانوی
نیلم لوات بالا حال سعودی عرب

ادارہ کا مصنف کی آراء سے متفق ہونا لازمی نہیں

باقیات

101

جنگ کی مدت اور اس کے اثرات کے بارے میں کچھ بھی قبل از وقت نہیں کہا جاسکتا ہے اور جنگ کب تک جاری رہے گی اس بارے میں کوئی علمیت نہیں ہوا کرتی ہے۔انہوں نے کہا کہ روس اور یوکرین کے مابین جب جنگ شروع ہوئی تو یہی کہا جاتا تھا کہ 10 دنوں کے اندر اندر فیصلہ ہوگا تاہم 3 سال گزر گئے ابھی بھی صورتحال انتہائی سنگین بنی ہوئی ہے اور اس جنگ کے بارے میں کچھ کہنا نادانی ہوگی ۔ فوجی سربراہ نے کہا کہ ایران اور عراق کے مابین جب جنگ شروع ہوئی اسے بھی ہلکے طور پر لے لیا گیا تاہم یہ جنگ 10 سال تک جاری رہی ۔ فوجی سربراہ نے کہا کہ ان سے سوال کیا جاتا ہے کہ آپریشن سندور 4 دنوں کے بعد کرکٹ میچ کی طرح کیوں ختم ہوا۔ انہوں نے کہا کہ جنگ کی مدت اس کے اثرات کے بارے میں کچھ نہیں کہا جاسکتا ہے۔دشمن کے پاس کس طرح کی ٹیکنالوجی اور وسائل ہیں اسے دو گننے اس کے ساتھ جنگ لڑنے والے کے پاس ہونے چاہیے۔فوجی سربراہ نے کہا کہ ٹیکنالوجی کے اس دور میں ایک لمبی اور پُر اسر جنگ لڑنے کیلئے ہمارے پاس ٹیکنالوجی اور وسائل دستیاب ہونے چاہیے تب جاکر ہم چیلنجوں کا آسانے کے ساتھ مقابلہ کرسکتے ہیں۔فوجی سربراہ نے کہا کہ بین الاقوامی سطح پر تمام ممالک اپنی حیثیت کے مطابق اپنی افواج کو جدید خطوط پر استوار کرنے اور انہیں جدید سامان فراہم کرنے کیلئے اقدامات اٹھارہے ہیں۔ ہماری سرحدیں کئی مملک کے ساتھ جڑی ہیں ہمیں اپنے وسائل اور ٹیکنالوجی کو حاصل کرنے کے ساتھ ساتھ انہیں بروئے کار لانے کی خاطر اقدامات اٹھانے ہونگے ۔ فوجی سربراہ نے کہا کہ بھارت دنیا میں ایک طاقتور ملک کی حیثیت سے ابھر کر سامنے آرہا ہے اور ہمیں اپنی صلاحیتوں کو بروئے کار لانے کے ساتھ ساتھ اقدامات اٹھانے ہونگے اور ہمیں اپنے دشمنوں پر نفسیاتی طاقت بھی ہونی چاہیے تاکہ وہ ہمارے ساتھ الجھنے کے بارے میں 10 بار سوچ لیں۔

102

شکست دے کر نائب صدر ہند کے طور پر منتخب کیا گیا ہے۔انتخابی ریٹرننگ آفیسر کے مطابق رادھا کرشنن نے 452 پہلی ترجیحی ووٹ حاصل کیے، جبکہ ریڈی 300 میں کامیاب ہوئے۔ خیال رہے کہ منگل کو اس عہدے کیلئے انتخابات ہوئے اور شام کو گنتی ختم ہونے کے فوراً بعد نتائج کا اعلان کیا گیا۔ 67 سالہ رادھا کرشنن جگدیپ دھنکر کی جگہ لے رہے ہیں، جنہوں نے 21 جولائی کو نائب صدر کے عہدے سے استعفیٰ دے کر سب کو حیران کر دیا۔انہوں نے 31 جولائی 2024 کو مہاراشٹر کے گورنر کے طور پر حلف لیا تھا۔ اس سے پہلے انہوں نے تقریباً ڈیڑھ سال تک جھارکھنڈ کے گورنر کے طور پر خدمات انجام دیں۔ادھر وزیراعظم نریندر مودی ،وزیر داخلہ امیت شاہ سمیت دیگر سیاسی لیڈران نے انہیں مبارک باد دی ہے۔ امیت شاہ نے ایک ایکس پوسٹ میں لکھا ''مجھے پختہ یقین ہے کہ معاشرے کی نچلی سطح سے ابھنے والے لیڈر کی حیثیت سے آپ کی سمجھداری اور انتظامیہ کے بارے میں گہرا علم ہماری پارلیمانی جمہوریت میں پسماندہ لوگوں کی خدمت کے لیے بہترین کام کرنے میں ہماری مدد کرے گا''۔انہوں نے مزید لکھا کہ ایوان بالا کے تقدس کے نگہبان کے طور پر آپ کے سفر کے لیے میں آپ کو نیک خواہشات پیش کرتا ہوں۔

103

کے ساتھ ہیں۔قوم اس مشکل گھڑی میں ان کے ساتھ کندھے سے کندھا ملا کر کھڑی ہے''۔ادھر وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے منگل کو کولگام میں جاری تصادم میں اپنی جانیں گنوانے والے دو فوجیوں کو خراج عقیدت پیش کرتے ہوئے فرض کی لائن میں ان کی اعلیٰ قربانیوں کا اعتراف کیا۔ایکس پر ایک پوسٹ میں، جموں وکشمیر کے وزیر اعلیٰ کے دفتر نے لکھا ''وزیر اعلیٰ نے جاں بحق فوجیوں کی پھولوں کی چادر چڑھانے کی تقریب میں شرکت کی''۔ پوسٹ میں لکھا گیا ''ان کی مثالی ہمت، غیر متزلزل بہادری اور حتمی قربانی کو ہمیشہ گہرے احترام اور تشکر کے ساتھ یاد رکھا جائے گا''۔وزیر اعلیٰ نے سوگوار خاندانوں سے تعزیت کا اظہار کرتے ہوئے اس بات کا اعادہ کیا کہ قوم دکھ کی اس گھڑی میں ان کے ساتھ کھڑی ہے۔ایکس پر ایک پوسٹ میں، جموں وکشمیر کے وزیر اعلیٰ کے دفتر نے لکھا ''وزیر اعلیٰ نے جاں بحق فوجیوں کی پھولوں کی چادر چڑھانے کی تقریب میں شرکت کی''۔ پوسٹ میں لکھا گیا ''ان کی مثالی ہمت، غیر متزلزل بہادری اور حتمی قربانی کو ہمیشہ گہرے احترام اور تشکر کے ساتھ یاد رکھا جائے گا''۔وزیر اعلیٰ نے سوگوار خاندانوں سے تعزیت کا اظہار کرتے ہوئے اس بات کا اعادہ کیا کہ قوم دکھ کی اس گھڑی میں ان کے ساتھ کھڑی ہے۔

1094

جموں وکشمیر مندیپ کمار بھی موجود تھے۔دوران بات چیت ڈاکٹر منگلا رائے نے 'جامع زرعی ترقیاتی پروگرام (ایچ اے ڈی پی)' کا مجموعی خاکہ پیش کیا اور پروگرام کے اقدامات پر جامع دو سالہ پیش رفت رپورٹ پیش کی۔انہوں نے پروگرام کی مؤثر عمل آوری اور اس کے اثرات بڑھانے کے کئے کئی تجاویز بھی پیش کیں۔انہوں نے وزیر اعلیٰ کو ایپکس کمیٹی کے رول سے بھی آگاہ کیا اور بتایا کہ یہ کمیٹی جامع زرعی ترقیاتی حکمت عملیوں کے ذریعے ایچ اے ڈی پی کی نگرانی اور عمل آوری کی ذمہ دار ہے تاکہ زرعی شعبے کو جدید بنایا جا سکے اور کسانوں کے سماجی و اقتصادی حالات میں بہتری لائی جا سکے۔ڈاکٹر منگلا رائے نے وزیر اعلیٰ کو ایپکس کمیٹی کے ذریعے 'جامع زرعی ترقیاتی پروگرام (ایچ اے ڈی پی)' جاری تین روزہ مڈ ٹرم جائزہ (2023-2025) کے بارے میں بھی بتایا جس کا آغاز کل سے شیر کشمیر یونیورسٹی آف ایگری کلچرل سائنسز اینڈ ٹیکنالوجی (سکاسٹ) کشمیر میں ہو چکا ہے اور آئندہ دو روز تک یہ مشاورت جاری رہے گی تاکہ 'جامع زرعی ترقیاتی پروگرام (ایچ اے ڈی پی)' کے تمام اہداف کے کامیاب حصول کو یقینی بنایا جا سکے۔وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے کمیٹی اراکین سے بات چیت کرتے ہوئے دیرپا زرعی ترقی، تنوع اور کسان کمیونٹی کو بااختیار بنانے کے لئے ایک جامع روڈ میپ پر زور دیا۔ انہوں نے ہیلتھ سوئیل، پانی کے انتظام، جدید زرعی تکنیکوں اور منڈی سے روابط جیسے شعبہ جاتی چیلنجوں کے حل کے لئے مربوط حکمت عملی کی ضرورت پر زور

انہوں نے مزید کہا کہ زرعی شعبہ جموں وکشمیر کی معیشت کا ایک مرکزی ستون ہے اور حکومت کسانوں کو جدید ذرائع، قرضہ جات، ٹیکنالوجی اور منڈیوں تک رسائی فراہم کر کے ایک سازگار ماحول مہیا کرنے کے لئے پُرعزم ہے۔ انہوں نے کہا کہ جموں و کشمیر ملک بھر میں زرعی شعبے کے لئے ایک رول ماڈل کے طور پر اُبھر رہا ہے۔وزیر اعلیٰ نے ایچ اے ڈی پی کی عمل آوری میں پیش رفت کے لئے ایپکس کمیٹی کی سراہنا کرتے ہوئے باغبانی اور اس سے متعلقہ سرگرمیوں کو مؤثر فروغ دینے، دیہی ڈھانچے کو مضبوط بنانے اور چھوٹے اور پسماندہ کسانوں کے لئے ایک مضبوط سپورٹ فریم ورک کے قیام کی ضرورت پر زور دیا۔انہوں نے کمیٹی کو یقین دلایا کہ حکومت ترقی پسند پالیسی اقدامات اور ایپکس کمیٹی کے ساتھ فعال اشتراک عمل کے ذریعے خطے کی زرعی ترقی کو تیز کرنے کے لئے پُرعزم ہے۔دوران میٹنگ وزیر اعلیٰ نے سکاسٹ کشمیر اور سکاسٹ جموں کے وائس چانسلران کو دونوں یونیورسٹیوں میں تدریسی و تحقیقی ماحول میں نمایاں بہتری پر سراہا اور این آئی آر ایف رینکنگ میں سکاسٹ کشمیر کو ساتویں اور سکاسٹ جموں کو 23ویں پوزیشن حاصل کرنے پر ان کی ستائش کی۔

105

زائد عرصے سے گرفتاری سے بچ رہا تھا۔بیان میں کہا گیا ہے کہ اسے عدالت نے ایس آئی اے کشمیر کی ایف آئی آر 19/2022 میں ایک اشتہاری مجرم قرار دیا تھا۔بیان کے مطابق ''رشید اب تک اس کیس میں گرفتار ہونے والا تیسرا مفرور ہے۔اس کی گرفتاری سے لشکر طیبہ سے چلنے والے نارکو ٹیرر ماڈیول کیلئے ایک شدید دھچکا ہے جسے پاکستان میں موجود ہینڈلرز کی حمایت حاصل ہے''۔اس میں مزید کہا گیا ہے کہ یہ ماڈیول کرناہ سیکٹر میں کنٹرول لائن کے قریب ڈیڈ ڈراپ کنسائمنٹس کے ذریعے منشیات اور اسلحے کی اسمگلنگ اور اس کے بعد پوری وادی میں نقل وحمل اور فروخت میں ملوث تھا۔انہوں نے کہا کہ ان نشہ آور مادوں کی فروخت سے حاصل ہونے والی رقم کو بعد میں جموں وکشمیر میں گھٹتی ہوئی دہشت گردی کو برقرار رکھنے کے لیے استعمال کیا گیا۔اب تک اس معاملے میں متعدد چارج شیٹ داخل کی جاچکی ہیں۔اس گرفتاری کے ساتھ ایس آئی اے کو کچھ اہم روابط کھلنے اور مزید شواہد اکٹھے کرنے کی امید ہے جو زیر سماعت مقدمے کی تکمیل کے لیے عدالت کے سامنے پیش کیے جائیں گے۔ اس گرفتاری کے ساتھ ایس آئی اے کو کچھ اہم روابط کھلنے اور مزید شواہد اکٹھے کرنے کی امید ہے جو زیر سماعت مقدمے کی تکمیل کے لیے عدالت کے سامنے پیش کیے جائیں گے۔

106

خدمات کو سراہتے ہوئے کہا کہ قوم ان کی قربانیوں کی ہمیشہ مقروض رہے گی۔ انہوں نے یقین دلایا کہ مقامی انتظامیہ سابق فوجیوں کے مسائل کو ہمدردی سے دیکھتی ہے اور ان کی فلاح و بہبود اور با وقار زندگی کے لئے فعال اقدامات جاری رکھے گی۔W

107

والوں کو قانون کے مطابق سزا ملنی چاہیے۔سپیکر نے واضح کیا کہ گرفتاریوں کی منظوری یا نامنظور میں نہ تو اسمبلی اور نہ ہی اس کے سیکریٹریٹ کا کوئی کردار ہے۔ انہوں نے کہا کہ ایسے معاملات میں اختیار صرف سپیکر کے پاس ہے، جب بھی کسی رکن کو گرفتار کیا جاتا ہے تو سپیکر کا فرض ہے کہ وہ ساتھی ممبران کو آگاہ کرے، یہ ہمارے کردار کا خاتمہ ہے۔بلکہ مزید وضاحت کرتے ہوئے کہا کہ جب اسمبلی کو معراج ملک کی گرفتاری کے بارے میں مطلع کیا گیا تو اس کا واحد کردار اس عمل میں مداخلت کے بغیر اراکین تک یہ معلومات پہنچانا تھا۔انہوں نے مزید کہا کہ گرفتاری کے فیصلے میں سپیکر یا اسمبلی سیکریٹریٹ کا کوئی عمل دخل نہیں ہے،قواعد پر عمل کیا جائے گا اور ضرورت پڑنے پر سزا دی جائے گی۔

108

تین فوجی از جاں ہوگئے ہیں۔حکام نے بتایا کہ امدادی ٹیمیں موقع پر پہنچنے سے پہلے فوجی تقریباً 5 گھنٹے تک برف کے نیچے پھنسے رہے۔انہوں نے مزید کہا کہ ایک آرمی کیپٹن، جو برفانی تودے میں بھی پھنس گیا تھا بچالیا گیا۔انہوں نے کہا کہ چونکہ بھاری برف جمع ہونے کے باعث علاقے میں بچاؤ آپریشن ہنگامی طور پر ممکن نہیں ہوسکا جس کے بعد تین فوجیوں کی جان گئی۔انہوں نے کہا کہ امدادی اور بچاؤ ٹیمیں علاقے میں پہنچ گئی ہے جس دوران ایک فوجی کیپٹن کو بچالیا گیا ہے اور وہ اسپتال علاج کیلئے پہنچایا گیا۔ پولیس کے ایک سنئیر عہدیدار نے اس کی تصدیق کرتے ہوئے بتایا کہ اس معاملے میں مکمل تفصیلات کا انتظار ہے۔ یہاں یہ بات قابل ذکر ہے کہ سال 2021 میں سیاچن میں سب سیکٹر حنیف میں برفانی تودہ گرنے سے دو فوجی ہلاک ہوگئے تھے۔دیگر فوجیوں اور پورٹروں کو چھ گھنٹے تک جاری رہنے والے آپریشن کے بعد بچالیا گیا۔جبکہ سال 2019 میں ایک اور بڑے برفانی تودے سے چار فوجی اور دو پورٹر ہلاک ہوگئے۔ برفانی تودہ 18,000 فٹ کی بلندی پر ایک پوسٹ کے قریب گشت کرنے والے آٹھ فوجیوں کے ایک گروپ سے ٹکرا گیا۔برفانی تودے کی وجہ سے سب سے زیادہ ہلاکتیں سال 2022 میں ہوئیں، جب اروناچل پردیش کے کامینگ سیکٹر میں سات فوجی ہلاک ہوئے۔ برفانی تودے کی شدت اتنی تھی کہ لاپتہ ہونے کے تین دن بعد فوجی جوانوں کی لاشیں مل گئیں۔

109

کی گئیں۔انہوں نے بتایا کہ چھاپوں کے دوران این آئی اے کی ٹیموں نے تلاشیاں لی جس دوران دوران مجرمانہ دستاویزات اور مواد کے ساتھ موبائل فون سمیت کئی ڈیجیٹل آلات ضبط کیں۔انہوں نے مزید کہا کہ یہ معاملہ اس سال کے شروع میں تمل ناڈو کے چنگل پٹو ضلع میں ایک اخلاتھور عرف محمد اخلاق مجاہد کی گرفتاری سے شروع ہوا تھا۔ اس پر الزام ہے کہ وہ ہندوستان میں دہشت گردانہ کارروائیوں کیلئے دوسروں کے ساتھ سازش کر رہا ہے، جس کا مبینہ مقصد ممنوعہ دہشت گرد تنظیموں کے ساتھ مل کر جہاد کرنے کے لیے مردوں اور مواد کو متحرک کرنا ہے۔این آئی اے کے مطابق مجاہد نے سوشل میڈیا پلیٹ فارمز کے ذریعے دہشت گرد تنظیموں کے ساتھ رابطہ برقرار رکھا اور اسے پاکستان اور شام میں موجود اداروں کے ساتھ روابط پایا گیا۔انسداد دہشت گردی ایجنسی، جس نے جون میں تمل ناڈو میں کیار پولیس سے تحقیقات کی ذمہ داری سنبھالی کہا کہ بڑی سازش کی تحقیقات جاری ہیں۔۔انہوں نے مزید کہا کہ یہ معاملہ اس سال کے شروع میں تمل ناڈو کے چنگل پٹو ضلع میں ایک اخلاتھور عرف محمد اخلاق مجاہد کی گرفتاری سے شروع ہوا تھا۔اس پر الزام ہے کہ وہ ہندوستان میں دہشت گردانہ کارروائیوں کیلئے دوسروں کے ساتھ سازش کر رہا ہے، جس کا مبینہ مقصد ممنوعہ دہشت گرد تنظیموں کے ساتھ مل کر جہاد کرنے کے لیے مردوں اور مواد کو متحرک کرنا ہے۔این آئی اے کے مطابق مجاہد نے سوشل میڈیا پلیٹ فارمز کے ذریعے دہشت گرد تنظیموں کے ساتھ رابطہ برقرار رکھا اور اسے پاکستان اور شام میں موجود اداروں کے ساتھ روابط پایا گیا۔انسداد دہشت گردی ایجنسی، جس نے جون میں تمل ناڈو میں کیار پولیس سے تحقیقات کی ذمہ داری سنبھالی کہا کہ بڑی سازش کی تحقیقات جاری ہیں۔

110

مظاہرے ہوئے جبکہ مختلف سیاسی پارٹیوں کے ممبران اسمبلی نے بھی اس واقعے کے خلاف احتجاج کیا گیا ہے۔علاقے میں کل ملاکر حالات کشیدہ لیکن قابو میں ہے۔کشمیر نیوز سروس (کے این ایس) کے مطابق منگل کی صبح سویرے سے ضلع میں انتظامیہ کی جانب سے 144 نافذ کرنے کے باوجود لوگ بڑے پیانے پر گھروں سے باہر آئے اور معراج ملک پر لگائے گئے پبلک سیفٹی ایکٹ کو ختم کرنے کا مطالبہ کررہے تھے۔انتظامیہ نے احتیاطی طور ضلع میں انٹرنیٹ سروس کو معطل کر کے رکھا تھا تاہم اس سب کے باوجود یہاں علاقے میں لوگوں گھروں سے باہر آئے جبکہ چند مقامات پر لوگ جلوسوں کی صورت میں ضلع ہیڈ کوارٹر کی جانب پیش قدمی کررہے تھے جہاں پولیس اور احتجاجیوں کے مابین دھکا مکی ہوئی اس دوران چند ایک مقامات پر پتھر بھی چلائے گئے ہیں جبکہ پولیس نے ہلکی آنسوں گیس اور لاٹھی چارج بھی کیا ہے تاکہ لوگوں تتر بتر کیا جا سکے۔دن بھر کے خراب حالات کے باجود علاقے میں کوئی ناخشگوار واقعہ پیش نہیں آیا۔احتجاجوں میں شامل لوگ ایم ایل اے کی فوری رہائی کا مطالبہ کررہے تھے۔اس دوران ضلع ہیڈ کوارٹر سے دیگر متعدد علاقوں سے لوگوں نے لمبی مسافت طے کرکے ضلع کوارٹر کی جانب رخ کیا ہے۔ جبکہ کشتواڑ سے آنے والے سیاسی لیڈران کو بھی یہاں ڈوڈہ میں داخل ہونے کی اجازت نہیں دی گئی ضلع میں لوگوں میں بڑے پیانے پر اس پی ایس اے کے خلاف غم وغصہ پایا جارہا ہے۔اور منگل کے روز پورے دن یہاں حالات پر تناؤ مگر قابو میں رہے۔

111

۔انہوں نے راحت اور ردعمل کے کاموں میں این ڈی آر ایف، ایس ڈی آر ایف،فوج، ریاستی انتظامیہ اور دیگر خدمت پر مبنی تنظیموں کے اہلکاروں کی کوششوں کی تعریف کی۔انہوں نے کہا کہ مرکزی حکومت ریاست کے میمورنڈم کے ساتھ ساتھ مرکزی ٹیموں کی رپورٹ کی بنیاد پر تشخیص کا مزید جائزہ لے گی۔وزیر اعظم مودی نے صورتحال کی سنگینی کو تسلیم کیا اور یقین دلایا کہ مرکز صورتحال سے نمٹنے کے لئے تمام کوششیں کرے گا۔خیال رہے کہ موسلا دار بارشوں کے بعد جموں کشمیر، ،پنجاب اور ہماچل پردیش میں سیلابی صورتحال پیدا ہونے کے ساتھ ہی کافی ساری انسانوں جانوں کا زیاں ہوگیا ہے۔ خیال رہے کہ موسلا دار بارشوں کے بعد جموں کشمیر، ،پنجاب اور ہماچل پردیش میں سیلابی صورتحال پیدا ہونے کے ساتھ ہی کافی ساری انسانوں جانوں کا زیاں ہوگیا ہے۔

112

تک جا پہنچا ہے جبکہ سبزیوں اور دالوں کی قیمتیں بھی آسمان کو چھو رہی ہیں۔مختلف بازروں میں لوگوں نے بتایا کہ عام حالات میں 30 روپے فی کلو دستیاب تھی،اب 70 روپے سے اوپر پہنچ جارہی ہے۔ساگ اور مٹر کی قیمتوں میں بھی دوگنا اضافہ درج کیا گیا ہے،انہوں نے کہا دو ہفتہ پہلے یہی مرغ 110 روپے فی کلو فروخت ہورہا تھا۔یہ سیدھی سیدھی لوٹ ہے اور پرائس کنٹرول کمیٹیاں صرف نام کی ہیں۔اس دوران سبزیوں مرغ اور باقی چیزوں کے ساتھ ساتھ پھلوں کی قیمت بھی عام انسان کے قوت خرید سے باہر ہے۔شبیر احمد نامی ایک دکاندار نے بتایا جو کیلا درجن ہم 100 روپے میں فروخت کرتے تھے وہ آج 150 روپے تک پہنچ گیا ہے جبکہ اب لوگوں نے خریدنا بھی بند کیا ہے جس کی وجہ سے عام اور چھوٹے درجے کے رٹائلر دکاندار روزی روٹی سے محروم ہوا ہے۔ہول سیلروں کا کہنا ہے شاہراہ بند ہونے کے بعد اس قدر اضافہ ہوا ہے کہ چھوٹے درجے کے دکاندار پھل مرغ اور انڈے اب نہیں بیچتے ہیں۔لوگ اس بات پر شدید برہمی کا اظہار کررہے ہیں کہ پرائس کنٹرول کمیٹیاں قیمتوں کو اعتدال پر رکھنے میں پوری طرح ناکام ہوگئی ہیں۔

از دفتر ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول ساؤتھ تحصیل سرینگر
عنوان: درخواست منجانب غلام احمد ملک ولد عبدالکریم ملک ساکنہ دیوبگ ٹنگمرگ بمراد نسبت عطائی اموات سرٹیفکیٹ بتقرر 23/05/2024 بوجہ تاخیر مسماۃ فاطمہ بیگم زوجہ غلام احمد ملک ساکنہ دیوبگ ٹنگمرگ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں سائل کا درخواست ہے کہ سائل نے اموات سرٹیفکیٹ بتقرر 23/05/2024 حاصل کرنے میں تاخیر ہوئی ہے اور اس نسبت سائل سے بیان حلفی اور میونسپلٹی SMC سے NOC حاصل کرنے کا خواہاں ہے۔ لہذا اگر کسی شخص کو اموات سرٹیفکیٹ بحق متوفیہ بتقرر 23/05/2024 کی جرائی کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہوتو وہ ایک ہفتہ کے اندراندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر
ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول ساؤتھ تحصیل سرینگر

از عدالت ایگزیکٹیو مجسٹریٹ درجہ اول جڈی بل سرینگر
عنوان: درخواست از جانب مسعود احمد ڈار ولد غلام محمد ڈار ساکن ملک صاحب صفاکدل سرینگر نسبت اجرائی لیگل ہیئر سرٹیفکیٹ

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر میں درخواست سائل ہے کہ اسکی والدہ متوفی مسماۃ جلہ بانو ساکنہ ملک صاحب صفاکدل مورخہ 09/09/2025 کو فوت ہوچکی ہے۔۔اس نسبت سائل خواہاں ہے کہ اسکے حق میں لیگل ہیئر سرٹیفکیٹ اجرا فرمائی جائے مطابق رپورٹ پٹواری متوفیہ کا کنبہ بذیل افراد پر مشتمل ہیں۔

نام افراد کنبہ	عمر	پیشہ	رشتہ
مسعود احمد ڈار	۷۰		پسر
شفیق احمد ڈار	۴۳		...
الطاف حسن ڈار	۵۹		...
نوشین رفیق	۴۱		پوتی
امرین۔۔۔	۳۶		...
مسماۃ ممتہ	۶۸		بہو

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 ہوتو وہ ایک ہفتہ کے اندراندر اپنے عذرات پیش کریں۔معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔تحریر الصدر
نائب تحصیلدار جڈی بل

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE SHARIF HUSSAIN AND ASSOCIATES

BEFORE THE HON'BLE PRINCIPAL DISTRICT AND SESSIONS JUDGE AT SRINAGAR
1. BILAL AHMAD KANNI
2. ARSHID AHMAD KANNI
3.MOHAMMAD ALTAF KANNI
S/O.S GHULAM QADIR KANNI R/O BAZAR BATAMALLO
4.SYED AHZUM SHAKEEL
5.SYED AHKUM SHAKEEL
S/O.S SHAKEEL AHMAD KANNI R/O BAZAR BATAMALLO
[CAVEATORS]
Versus

Public at Large

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

GOVERNMENT OF JAMMU& KASHMIR
OFFICE OF THE NAIB TEHSILDAR ZAINAKOTE SRINAGAR

SUBJECT . APPLICATION ON BEHALF OF SHRI/Smt. MYMOONA RASHID W/O AB RASHID BEIGH R/O MUSTAFAABAD ZAINAKOTA TEHSIL CENTRAL SRINAGAR FOR ISSUANCE OF RELATIONSHIP CERTIFICATE IN TERMS OF S.O 75 DATED 27TH MARCH 2025.
PUBLIC NOTICE
NOTICE IS HEREBY GIVEN FOR THE INFORMATION OF PUBLIC IN GENERAL THAT SHRI/ SMT. MYMOONA RASHID W/O AB RASHID BEIGH R/O MUSTAFAABAD ZAINAKOTA TEHSIL CENTRAL SRINAGAR WHO APPLIED FOR RELATIONSHIP CERTIFICATE IS REALTED TO THE PERSONS MENTION BELOW AND THE NATURE OF RELATIONSHIP IS AS SATATED:

S.NO	NAME OF FAMILY MEMBER	RELATION WITH APPLICANT	AGE	MARITAL STATUS
1.	IQBAL RASHID	SON	44	MARRIED

ANY PERSON OR PERSONS HAVING ANY RIGHT TITLE OR INTEREST BY WAY OF SUCH CLAIM AGAINST THE SUBJECT MATTER SUBMIT THEIR CLAIM IN WRITING TO THE UNDERSIGNED ALONG WITH THE DOCUMENTARY EVIDENCES IN SUPPORT OF HIS THEIR CLAIM THEREOF WITHIN A PERIOD OF SEVEN DAYS OF THE PUBLICATION OF SAID NOTICE FAILLING WHICH THE CLAIMS IF ANY SHALL BE DEEMED TO HAVE WAIVED.

NAIN TEHSILDAR
ZAINAKOTE SRINAGAR

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

NOTICE INVITING E-TENDER (MACADAM WORKS)

NIT No: 54/EEA/R&B of 2025-26/4106-4116 Dated:08-09-2025

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

S. No	Name of Work	Adv. Cost	Cost of T/Doc.	Earnest money (In Rupees)	Time of completion	M.H of Account	Class of Contractor	Project Authority
1.	Restoration of Awantipora Pulwama road km 1st to 7th by way of Macdamization	18.47	800/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	BEE/CEE	PWD R&B Deptt.
2.	Restoration of Pampore Shopian road from kadlabal to kandizal by way of Macdamisation	9.70	600/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	CEE/DEE	PWD R&B Deptt.
3.	Macdamization of Link Road at Iqra Colony Yachnambal fristbal Pampore near Masjid Sharif Khawja Mohi ud Din Chesti.	24.27	800/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	BEE/CEE	PWD R&B Deptt.
4.	Restoration of Shar Wahab Road by way of Macdamisation	14.59	600/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	B E E / C E E /DEE	PWD R&B Deptt.
5.	Restoration of national highway Bottling plant via konibal to wuyan Road by way of Macdamisation	17.46	800/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	BEE/CEE	PWD R&B Deptt.
6.	Restoration of interior road at Bunpora Samboora by way of Macdamisation.	7.76	300/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	CEE/DEE	PWD R&B Deptt.
7.	Upgradation of Khrew Tulhar Road till Culvert and Culvert to Wadejan	39.23	1100/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	AAY/BEE	PWD R&B Deptt.
8.	Restoration of Tral Aripal Road Km 5th Onwards B.W.O of Macadamisaion	14.55	800/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	B E E / C E E /DEE	PWD R&B Deptt.
9.	Restoration of Bus Stand to SDH Tral incl. Harkar Mohalla (Town Roads Tral) B.W.O of Macadamizaion	14.57	800/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	B E E / C E E /DEE	PWD R&B Deptt.
10.	Restoration of Awantipora Tral via Nowdal Incl thana Link	9.72	600/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	CEE/DEE	PWD R&B Deptt.
11	Restoration of Awantipora Tral via Dadsara incl Buchoo lariyar road	9.71	600/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	CEE/DEE	PWD R&B Deptt.
12.	Restoration of Bus Stand to Dara-UL-Uloom incl. old market (Town Roads Tral) B.W.O of Macadamizaion	9.68	600/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	CEE/DEE	PWD R&B Deptt.
13.	Upgrading/macadamization of road from Arigam main road to Tral main road via fish farm at Tral Pulwama.	26.24	1100/-	2% of Adv cost	10 days	Revex Budget 2025-26	AAY/BEE	PWD R&B Deptt.

Position Of AAA: Accorded vide Authorisation No: PWD-PLNG/277/2025-05-PWD (7659593) Dated: 12.08.2025
Position of funds: Committed.
Position of TS: Sanctioned.

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 viewed/downloaded from the departmental website www jktenders.gov.in as per schedule of dates given below-

1	Date of Issue of Tender Notice	08-09-2025
2	Period of downloading of bidding documents	08-09-2025
3	Bid submission Start Date	09 -09-2025
4	Bid Submission End Date	15-09-2025 4:00 PM
5	Date & time of opening of Bids (Online)	16-09-2025 12:00 PM

1. Every participating contractor to mandatorily disclose the bank account number which is linked with their GSTIN at the time of bid submission. No payments shall be released by the Government Department/Agency to any other bank account except the one linked with the GST registered number of the successful bidder. (As per circular No. 01(ADM) FD of 2025 Dated 08-07-2025 of J&K Finance Department)
(The participating contractor may disclose his Bank Account as per the format, devised as Annexure- A of the NIT and submit/upload the same accordingly at the time of submission of the bid).

Sd/-Executive Engineer
R&B Division Awantipora

DIPK No: 6050/25

مضرِ صحت کولیسٹرول کم کرنے والے خوش ذائقہ پھل

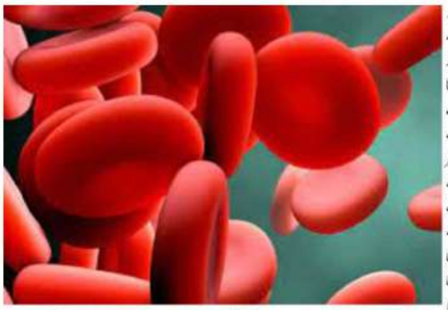
کئی طرح کے پھل ایل ڈی ایل کولیسٹرول کم کرسکتے ہیں

لندن: کولیسٹرول جدید دنیا کا ایک ہولناک عارضہ بن چکا ہے۔ تاہم جدید تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ بعض اقسام کے موسمی اور خوش ذائقہ پھل صحت کے مضر ایک قسم کے کولیسٹرول کو کم کرسکتے ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ کولیسٹرول کی دو بنیادی اقسام ہیں۔ یہ جسمانی چکنائیاں ہیں جنہیں ایل ڈی ایل اور ایچ ڈی ایل کا نام دیا گیا ہے۔ ان میں سے ایل ڈی ایل کولیسٹرول دھیرے دھیرے رگوں اور شریانوں میں جمع ہوتا رہتا ہے اور امراضِ قلب، فالج اور بلڈ پریشر کی وجہ بن سکتا ہے۔ مسلمہ تحقیق کے مطابق ایل ڈی ایل کولیسٹرول کو کم کرنے والے پانچ پھل ایسے ہیں جن کا باقاعدہ استعمال خون میں اس مضر بلا کو کم کرسکتا ہے۔ اس طرح یہ پھل علاج بالغذا کی بہترین مثال ہیں۔ ان میں سرِ فہرست پھلوں کا احوال نیچے دیا جارہا ہے۔ شوخ اور خوش رنگ اسٹرابری بچوں اور بڑوں میں یکساں مقبول ہیں اور اپنے ذائقے کی وجہ سے سب کو بھاتی ہیں۔ ان میں بعض اینٹی آکسیڈنٹ اور فلے وینوئڈز کی وجہ سے ایل ڈی ایل کولیسٹرول کی شرح کو کم کرسکتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہی اجزا سرطان سے بھی بچاتے ہیں اور جلد کو بہترین حالت میں رکھتے ہیں۔ روزانہ ایک سیب کھانے کا عمل آپ کو ڈاکٹروں کے پاس جانے سے بچا سکتا ہے۔ سیب بلاشبہ صحت کا خزانہ ہے۔ ایک جانب تو یہ ڈپریشن اور اداسی کم کرتا ہے۔ اپنی گوناگوں خواص کی بنا پر پورے جسم کے لیے مفید ہے اور ساتھ ہی ایل ڈی ایل کولیسٹرول تیزی سے کم کرسکتا ہے۔ سیب میں موجود ایک خاص قسم کا ریشہ (فائبر) پیکٹن بھی ہے جو کولیسٹرول کم کرنے میں نمایاں کردار ادا کرتا ہے۔ لیموں، نارنجی، کینو، اور گریپ فروٹ وغیرہ سٹرس فروٹ یعنی کھٹے رس دار پھلوں میں شامل ہیں۔ سردیوں میں یہ پھل بکثرت اور کم قیمت میں دستیاب ہوتے ہیں۔ وٹامن سی کی بدولت یہ تمام پھل وٹامن سی سے بھرپور ہوتے ہیں جو امنیاتی نظام کو قوی بناتے ہیں۔ ان رس بھرے کھٹے پھلوں میں حل شدہ فائبر اور دیگر کیمیائی اجزا نہ صرف دل کو توانا رکھتے ہیں

MNN

خون کیسے صاف کیا جائے؟

قدیم حکماء نزلہ، زکام، کھانسی کے علاج کے لیے بھی دواء کے ساتھ مصفی خون بوٹیاں کھلایا کرتے تھے



علمِ طب کو باقی طریقہ علاج پر بہت سی وجوہات کی بنا پر فوقیت حاصل ہے۔ اس کا ثبوت بھی موجود ہے کہ احادیثِ مبارکہ میں پورا بابِ طب پر موجود ہے، یہاں تک کہ مختلف قدرتی اشیاء، پھل (مثلاً زیتون)، سبزیوں (مثلاً کدو) کا تذکرہ بھی موجود ہے۔ حدیثِ پاک میں ہے کہ شہد میں شفاء ہے، یہ اخلاطِ ثلاثہ (بلغم، صفراء، سوداء) کو خارج کرتا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق شہد موثر مصفی خون ہے۔ کدو خون کو پیدا کرتا ہے، اور اب سائنس دانوں کا اتفاق ہے کہ کدو خون کو صاف اور رقیق بھی کرتا ہے۔ دورِ حاضر میں خوراک خالص نہیں رہی، یہی وجہ ہے کہ اکثر دیکھا گیا ہے، جن پھل اور سبزیوں وغیرہ کو کسی وقت ہضم، قوت بڑھانے، خون پیدا کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا تھا اب یہ کام ہوتے ان اشیاء سے ہوتے کم ہی نظر آتے ہیں۔ مثلاً مولی کا ذائقہ اگر خود اگائی جائے، اور پھر کھائی جائے تو کچھ اور ہوتا ہے، جبکہ بازار سے خریدی مولی کا ذائقہ مختلف ہوتا ہے۔ ایسی ہی مثال بند گوبھی کی ہے کیونکہ ان کی مقدار، حجم وغیرہ کو بڑھانے کے لیے کھاد کا استعمال کیا جاتا ہے، علی ہذا القیاس جو بھی خوراک کھائی جاتی ہے وہ استحالہ (میٹابولزم) کے بعد اپنے اجزاء میں ٹوٹتی ہے اسے 'کیٹابولزم' کہتے ہیں۔ اسی دوران اس میں سمائے گئے کھاد کے اجزاء بھی ہضم کے بعد استحالے کے مرحلے سے گزرتے وقت خون میں شامل ہو جاتے ہیں۔ اب اگر کھائی گئی خوراک خالص ہو تو خالص اجزاء خون بنتے ہیں ورنہ ناقص اجزاء اور زہریلے مواد پیدا ہوتے ہیں۔ علمِ طب میں خون کو صاف رکھنے پر بے حد زور دیا جاتا ہے، اور مصفی خون کی تعریف کو صرف خون کی صفائی تک محدود کرنا بھی ظلم ہے، کیوں کہ جو شے خون صاف کرتی ہے وہ اعضاء بدن میں نئے خلیات بھی پیدا کرنے کا کام کرتی ہے۔ ایلوپیتھی طریقہ علاج میں خون صاف کرنے والی ادویہ کو اینٹی بائیوٹک، اینٹی فنگل، اینٹی وائرل وغیرہ نام سے پکارا جاتا ہے، مگر یہ مخصوص جراثیم پر ہی فعل انجام دیتی ہیں۔ علمِ طب میں مصفی خون کو درجہ بندی کے لفظ سے تعبیر دیا جاتا ہے مثلاً نیم کے پتے درجہ دوم میں گرم خشک ہیں، یعنی یہ درمیانی قسم کے نقصان دہ پھپھوندی، بیکٹیریا، وائرس کو جسم سے خارج کرتے ہیں، جبکہ افسنتین رومی درجہ سوئم میں گرم وخشک ہے۔ یہ ذرا مضبوط قسم کے جراثیم کو صاف کرتی ہے اور بذریعہ بول و براز جسم سے خارج کرتی ہے۔ قدیم حکماء نزلہ، زکام، کھانسی کے علاج کے لیے بھی دواء کے ساتھ مصفی خون بوٹیاں کھلایا کرتے تھے، مگر آج کل کیونکہ اطباء اس امر کا خیال نہیں کرتے لہذا مریض کو چار و ناچار صرف اعراض (سمپٹمپ) کو دور کرنے والی ادویہ ہی استعمال کرنی پڑتی ہیں۔ خون میں فساد مختلف اجزاء خون (بلغم، سوداء، صفراء، سرخ خلیات، سفید خلیات، خلیات برائے انجماد خون) کی مقدار کو اعتدال سے دور ہونا شامل ہیں۔ مثلاً اگر خون میں صفراء (زرد سیال) زیادہ ہو جائے تو یرقان، تیزابیت، خارش، بال گرنا کی شکایت ہو جاتی ہے۔ اگر بلغم (کچا خون) کی مقدار اعتدال سے بڑھ جائے تو سستی، لاغری، قوتِ حافظہ میں کمی جیسی شکایات عارض ہوتی ہیں۔ اگر کسی وجہ سے سیاہ خلط (سوداء) کی مقدار اعتدال سے بڑھ جائے تو مالیخولیا، جنون، وہم جیسی نفسیاتی کیفیات لاحق ہوتی ہیں۔ ایلوپیتھی علاج میں مہنگی ادویہ کا استعمال کیا جاتا ہے جو صرف اعراض کو ہی دور کرتی ہیں جو کہ کچھ عرصے بعد دوبارہ ہی لاحق ہو جاتی ہیں اور مریض کہتا ہے کہ 'ہر سردی کے موسم میں یہ تکلیف لاحق ہوتی ہے'۔ جبکہ مصفی خون ادویہ ان اعراض کو چند ہفتوں میں درست کر دیتی ہیں اور دوبارہ غذائی لا اعتدالی کے بغیر مرض لوٹ کر نہیں آتا۔ خون میں فساد ہی دراصل خارش، ذیابیطس، مواد گھنٹیا کی افزائش کا ذمہ دار ہے۔ مثلاً اگر خارش ہے تب تخم کاسنی کا استعمال کرایا جائے تو خون کی صفائی ہوتی ہے اور خارش ٹھیک ہو جاتی ہے۔ ذیابیطس میں خون میں شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے، مصفی خون ادویہ اس شکر کو بذریعہ بول جسم سے خارج کر دیتی ہیں۔ مواد گھنٹیا (یورک ایسڈ) بھی خون میں شامل ہو کر ہڈیوں میں دورانِ خون کے ساتھ داخل ہو کر مفاصل (جوڑوں میں درد) کا سبب بنتی ہیں، مصفی خون ادویہ اس مواد کو تحلیل کرتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اکثر مصفی خون ادویہ مزاج میں گرم وخشک اور تلخ ذائقہ رکھتی ہیں۔ دراصل یہ تلخی مصفی خون دواء کی تاثیر ظاہر کرتی ہے۔ جتنی تلخ ہوگی اتنی ہی زیادہ امراض اور جراثیم سے بدن کو صاف کرنے کے کام آتی ہیں۔ ایسی صورت میں پہلے ہدایت کی جاتی ہے کہ مریض اسپغول کا استعمال کرے پھر ایک گھنٹے وقفے سے مصفی خون دواء دی جاتی ہے۔ جدید حکماء تو کیپسول میں ایسی ادویہ کا سفوف بھر کر دیتے ہیں، ان کے مطابق کیپسول امعاء میں کھلتی ہے تو معدہ ضرر سے بچ جاتا ہے۔ ایلوپیتھی ضدِ حیوی ادویہ (اینٹی بائیوٹک، اینٹی فنگل، اینٹی وائرل) ادویہ ایک خاص مواد (اینٹائرک کوٹنگ) میں ملفوف ہوتی ہیں۔ اگر انہیں چبانے کی کوشش کی جائے تو قے عارض ہو جاتی ہے، اگر قے عارض نہ ہو تو پیٹ میں درد اور مروڑ پڑ جاتے ہیں جبکہ مصفی خون بوٹیاں چبائی جائیں یا ان کا قہوہ پیا جائے تو زبان کا ذائقہ ہی خراب ہوتا ہے یا کبھی شکر کی کمی کی وجہ سے گھبراہٹ لاحق ہوتی ہے۔ بعض حضرات کے معدے میں تیزابیت کی شکایت ہوتی ہے۔ مزید یہ کہ مصفی خون ادویہ اپنی تحلیل کرنے کی قوت کی وجہ سے ریح بھی ختم کرتی ہیں جبکہ دوسرے طریقہ علاج میں ایک چیز کے کم نقصان مگر بہت سے فوائد پائے نہیں دیکھے گئے۔

MNN

بچوں کو دودھ پلانے کی عادت خواتین کو امراضِ قلب سے بچاتی ہے

دودھ پلانے والی ماؤں میں فالج، ہارٹ اٹیک اور ذیابیطس کا خطرہ کم ہو جاتا ہے

نیویارک: بچے کو دودھ پلانے والی ماؤں کے لیے ایک اچھی خبر یہ ہے کہ اس کے بہت سے زبردست فوائد سمیٹنے کے ساتھ ساتھ وہ امراضِ قلب اور فالج سے بھی محفوظ رہ سکتی ہیں۔ امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن نے اپنے تحقیقی جرنل میں کہا ہے کہ انہوں نے دورانِ حمل، زچگی اور ماؤں کی بیماری پر تحقیق کی تو معلوم ہوا کہ دودھ پلانے کا عمل ایک جانب تو بچے کیلیے بہت مفید ہوتا ہے تو دوسری جانب ماں کو امراضِ قلب، بلڈ پریشر، ذیابیطس اور فالج وغیرہ سے بھی دور رکھتا ہے۔ اس سے قبل ماں اور بچے کے لیے شیر خوارگی کے فوائد سامنے آتے رہے ہیں۔ عالمی ادارہ برائے صحت (ڈبلیو ایچ او) کے مطابق باقاعدگی سے شیر خوار بچے سانس کے امراض، اموات اور دیگر انفیکشن سے محفوظ رہتے ہیں۔ اس سے خود ماں کو بھی فائدہ ہوتا ہے اور وہ چھاتی سمیت کئی طرح کے سرطان سے بھی محفوظ رہتی ہے۔ آسٹریا کی انسبرک میڈیکل یونیورسٹی کے ڈاکٹر پیٹر والے اور ان کے ساتھیوں نے یہ تحقیق کی ہے۔ انہوں نے پہلے سے موجود ڈیٹا بیس، سائنسی لٹریچر اور دیگر شواہد کو بھی دیکھا ہے۔ پہلے 1986 اور 2009 میں کیے گئے آٹھ سروے دیکھے گئے جو کئی ممالک سے تعلق رکھتے ہیں۔ اس طرح 12 لاکھ خواتین کا ڈیٹا سامنے آیا۔ خواتین جب پہلی مرتبہ ماں بنیں تو اوسط عمر 25 سال تھی اور کئی برس تک ان سے رابطہ رکھا گیا۔ تحقیق کے دسویں سال معلوم ہوا کہ خاتون بچے کو باقاعدگی سے دودھ پلائے تو امراضِ قلب اور اس سے مرنے کا خدشہ 17 فیصد اور فالج کا خطرہ 12 فیصد تک کم ہو سکتا ہے۔ لیکن ڈاکٹروں کا اصرار ہے کہ خواتین کم سے کم ایک سال تک یہ معمول جاری رکھیں۔ اگر وہ اس سے زائد عرصے تک بچے کو دودھ پلاتی ہیں تو اس کے فوائد بھی اتنے ہی بڑھ سکتے ہیں۔ ماہرین نے تمام ماؤں سے درخواست کی ہے کہ وہ اپنی اور بچے کی صحت کے لیے دودھ پلانے کا عمل جاری رکھیں۔

MNN

زیتون کا تیل دل اور دماغ کی حفاظت کرتا ہے، تحقیق

یہ پہلی طویل مدتی تحقیق ہے، جس میں زیتون کا موازنہ مکھن اور مارجرین وغیرہ سے کرکے نتیجہ اخذ کیا گیا ہے

بوسٹن: امریکی غذائی ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر مکھن اور مارجرین کی جگہ زیتون کے تیل کی معمولی مقدار روزانہ استعمال کی جائے تو دل اور دماغ کی بیماریوں کا خطرہ بہت کم رہ جاتا ہے۔ یہ نتیجہ انہوں نے تقریباً ایک لاکھ امریکیوں کی غذائی عادات کا 28 سال تک جائزہ لینے کے بعد اخذ کیا ہے۔ جرنل آف دی امریکن کالج آف کارڈیالوجی کے تازہ شمارے میں شائع ہونے والی اس تحقیق سے پتا چلتا ہے کہ جن خواتین و حضرات نے روزانہ صرف 7 گرام (کھانے کے آدھے چمچے جتنا) زیتون کا تیل اوسطاً استعمال کیا، وہ دل اور دماغ کی مختلف بیماریوں سے زیادہ محفوظ رہے۔ یہی نہیں بلکہ مکھن اور مارجرین کے مقابلے میں زیتون کے تیل کو ترجیح دینے والے افراد میں سرطان (کینسر) سے اموات بھی بہت کم دیکھی گئیں۔ واضح رہے کہ صحت کے حوالے سے زیتون کے فوائد کوئی نئی بات نہیں۔ البتہ یہ پہلی مفصل اور طویل مدتی تحقیق ہے جس میں زیتون کا موازنہ مکھن، مارجرین اور مایونیز وغیرہ سے کرنے کے بعد محتاط نتیجہ حاصل کیا گیا ہے۔ ہارورڈ ٹی ایچ چین اسکول آف پبلک ہیلتھ، بوسٹن کے تحت ہونے والی اس تحقیق سے پتا چلا ہے کہ زیتون کا تیل بالکل بھی استعمال نہ کرنے والوں کے مقابلے میں جن افراد نے روزانہ اوسطاً کھانے کے صرف آدھے چمچے جتنا زیتون کا تیل باقاعدگی سے استعمال کیا تھا، ان میں دل کی کسی بھی بیماری سے موت کا خدشہ 19 فیصد کم تھا۔ علاوہ ازیں ان میں کینسر سے موت کا خطرہ 17 فیصد کم، دماغی و اعصابی بیماری سے موت کا خطرہ 29 فیصد کم، اور سانس کی تکلیف سے موت کا خدشہ 18 فیصد کم تھا۔ تحقیق میں یہ بھی معلوم ہوا کہ اگر مکھن اور مارجرین جیسی چکنائیوں کے استعمال میں صرف 10 گرام روزانہ جتنی کمی کرتے ہوئے ان کی جگہ اتنی ہی مقدار میں زیتون کا تیل استعمال کرلیا جائے تو کسی بھی طبی سبب سے موت کے خطرے میں 8 سے 34 فیصد تک کمی واقع ہو جاتی ہے۔

MNN

میوہ جات اور پھل سے زیادہ فوائد کیسے حاصل کریں؟

خوراک کو اصل وقت پر نہ کھانے کے سبب انسان بعض خطرناک بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے

آج کل کے دور میں اکثر خوراک ٹھیک وقت پر نہیں کھائی جارہی ہیں، جس کی وجہ سے لوگوں کی اکثریت ریح، موٹاپا، فشار الدم، اعصابی کمزوری، ہڈیوں کے امراض وغیرہ جیسے عوارضات کا شکار ہیں۔ جدید سائنس نے تحقیق کے بعد قدیم اطباء کے بتائے ہوئے قوانین کو تسلیم کیا ہے، مگر بعض نام نہاد ماہرین نے صرف اپنے پرچار کی خاطر اپنے خیالات انٹرنیٹ پر پھیلائے، جن کا کوئی حوالہ بھی نہیں ہوتا۔ صرف ایک جملہ "جدید سائنس کے مطابق ماہرین نے بتایا" کا استعمال کیا جاتا ہے اور ہمارے ایسے اشخاص جو تحقیق پسند ہیں وہ بغیر حوالہ پوچھے عمل کرنے لگتے ہیں۔ یہی وجہ ایک ایک کر کے کئی لوگوں کو مختلف مسائل کا شکار کر گئی۔ مثلاً نہار منہ پانی پینا، جسے آج کل کے معالجوں نے ضروری قرار دیا ہے، حالانکہ پانی کی طبعیت سرد اور تر ہے۔ جب انسان سو کر اٹھتا ہے تو اپنی طبعیت میں گرمی اور خشکی محسوس کرتا ہے، اب عقل سے یہ امر ثابت ہے کہ گرم چیز پر ایک دم ٹھنڈا پانی پھینکا جائے تو آگ بجھ جاتی ہے۔ یہی کیفیت انسانی طبیعت کی ہے کہ جس وقت طبیعت میں گرمی اور خشکی ہوتی ہے تو لازماً قوتیں بھی اپنی عروج پر ہوتی ہیں۔ لہذا ابو علی سینا کے قول کے مطابق نیم گرم پانی گھونٹ گھونٹ کر کے پی سکتے ہیں، مگر ٹھنڈا پانی نہ پئیں۔ بعض اشخاص کا کہنا ہے کہ انہیں نہار منہ پانی پینے سے سکون آتا ہے ورنہ دن بھر خشکی رہتی ہے۔ یہ ہر ایک کے ساتھ تو نہیں ہوتا۔ مگر یہ عمل ایسے پھیلایا جا رہا ہے کہ کوئی ٹوٹکہ ہو، بہرحال یہ غلط ہے۔ امام شافعی کے مطابق چار چیزیں انسان کو کمزور کرتی ہیں: غموں کی کثرت، جماع کی کثرت، نہار منہ پانی پینے کی کثرت اور کھٹی چیزیں زیادہ کھانا۔ اب اگر ان کی اہمیت پر غور کیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ غم ایک حد تک طبیعت میں گرمی پیدا کرتا ہے مگر سخت اور بالکثرت غم اسٹریس ہارمون کی مقدار خون میں بڑھاتا ہے جو اعصابی امراض، شوگر، فشار الدم جیسے امراض کا موجب بنتا ہے۔ اسی طرح کثرت جماع سے ہڈیاں کمزور ہو جاتی ہیں۔ ٹھنڈا پانی اگر چوس چوس کر پئیں تو دہن کی گرمی ہی اسے معتدل کر دیتی ہے اور بڑا گھونٹ پئیں تو معدے کی طبعی گرمی ختم کر کے ریح پیدا کرنے کا موجب ہے۔ کھٹی اشیاء تیزابیت بڑھاتی ہیں، لہذا خون میں تیزابیت زیادہ ہو جاتی ہے جو گردوں کو کمزور بناتی ہے۔ اسی طرح میوہ جات اور پھلوں کی بھی کیفیت ہے۔ میوہ جات اور پھل، کس وقت کھانا مفید ہے؟ رب تعالیٰ فرماتا ہے کہ وہی ہے جس نے رات دن سورج اور چاند کو پیدا کیا سب ایک گھیرے میں تیر رہے ہیں۔ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ ان سب کی اہمیت ہے۔ رات کا وقت اس میں چاند ہوتا ہے آرام کے لیے، سورج کا وقت دن کام کرنے کے لیے۔ چنانچہ سورج اور چاند کی اپنی اپنی منازل ہیں اور بقول حکیم عبدل الوہاب انصاری چاند کی منازل سے بیماریوں کے بحران کا پتہ چلتا ہے۔ سورج کی منازل کا بدن کی کیفیت پر اثر ہے۔ جو اشیاء قوت پہنچاتی ہیں وہ صبح کے وقت بہتر کام کرتی ہیں، مثلاً حدیث پاک ہے کہ جس نے صبح کے وقت سات عجوہ کھجوریں کھائیں اسے جادو اور زہر نقصان نہیں دے گا، اسی طرح ماء العسل (شہد کا پانی) کے بارے میں فرمان ہے کہ صبح ماء العسل کا پینا معدے کو دھو دیتا ہے۔ اس سے بھی معلوم ہوتا ہے کہ صبح لی جانے والی خوراک کا طبیعت پر اثر ہے۔ چنانچہ حکماء کے مطابق میوہ جات کیوں کہ قوت پہنچاتے ہیں، اس لیے صبح کے وقت موزوں ہیں۔ باقی اوقات دوپہر، رات کو انہیں کھانا طبیعت پر بوجھ ڈالتا ہے۔ دوپہر کے آخری وقت (عصر کے وقت) سورج ڈوبنے کی طرف مائل ہوتا ہے مگر زمین اس کی شعاعیں عصر کے وقت سے پہلے تک جذب کر چکی ہوتی ہیں، اب یہ واپس انہیں آسمان کی جانب پھینک رہی ہوتی ہیں اس کیفیت کو ابخرہ کہتے ہیں۔ چنانچہ انسانی طبیعت میں یہ اثر ہوتا ہے کہ تبخیر (تیزابیت) بڑھ جاتی ہے، یوں اس وقت اتنا خوراک استعمال کرنی جائز ہے کہ معدہ بھاری نہ ہو۔ کیونکہ اس وقت تیزابیت زیادہ پیدا ہوتی ہے لہذا ترش پھل اور ترش خوراک کے استعمال سے ممانعت ہے، مثلاً سنگترے، انناس، تربوز (ان میں سٹرک ایسڈ کی مقدار ہے)۔ اب اگر مغرب کے وقت سے رات بارہ بجے تک کے وقت کو زیرِ غور لایا جائے تو یہ سورج کی تنزلی کا وقت ہے، اس وقت انسان کی طبیعت سست ہو جاتی ہے، لہذا جلد ہضم ہونے والی اور ریح کم پیدا کرنے والی خوراک جائز ہے مثلاً یخنی، کم تیل والے حلوہ جات وغیرہ، مگر مغرب کے بعد کھانا درست نہیں، عشاء کے بعد تو سونے کا حکم ہے۔ سوال یہ ہے کہ ہم طبی طریقوں پر عمل سے کیوں محروم رہتے ہیں اور اس کے نتیجے میں ہمیں کیا نقصانات پہنچتے ہیں؟ ہمارے ہاں صبح کا وقت اپنے جاگنے کے وقت کو سمجھا جاتا ہے، جبکہ اصل میں سورج کے طلوع ہونے سے صبح کا آغاز ہوتا ہے، اسی طرح اپنی تھکان کے وقت کو سونے کا وقت قرار دیا جاتا ہے، جبکہ اصطلاح میں سورج کے ڈوبنے سے سونے کا وقت شروع ہوتا ہے، چنانچہ موسم گرما میں سورج زیادہ دیر رہتا ہے، اسی لیے دن لمبا کہا جاتا ہے اور موسم سرما میں اس کے برعکس ہوتا ہے۔ ہمارے یہاں لوگ ناشتے والی خوراک دوپہر کو اور دوپہر والی خوراک رات میں اور رات والی خوراک عین سوتے وقت کھا رہے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے موٹاپا، ہضم کی خرابی اور اعصابی کمزوری معاشرے میں تیزی سے جنم لے رہی ہیں۔ بروقت خوراک اپنے اجزاء میں تحلیل (میٹابولائز) ہونے کی بجائے ایڈیپوز خلیات میں جمع ہو جاتی ہے اور بہت مشکل سے ہضم ہوتی ہیں جس کے نتیجے میں اکثر لوگوں کا پیٹ بڑھ جاتا ہے۔ دیہی علاقوں میں رہنے والے حضرات جو صبح، شام اور ورزش کا دھیان رکھتے ہیں وہ لمبی عمر تک صحت مند زندگی اور خوش نما ساخت کے مالک رہتے ہیں۔ نقصانات کا ازالہ کیسے کریں؟ جو خوراک بے وقت کھائی جاتی ہے، اس کی مثال ایسی ہے کہ انسان جوانی کی عمر میں اپنا دھیان نہ رکھے۔ بڑھاپے میں اچھی صحت کا خواہش مند ہو اور بغیر کاروبار کے مال دار ہونے کا آرزو مند ہو۔ جدید اطباء نے بتایا ہے کہ کھانے کے بعد ہاضم ادویہ مثلاً اجوائن دیسی، زیرہ، دارچینی کا استعمال حسب ضرورت کرلیں مگر دیکھا جاتا ہے کہ کئی حضرات سوتے وقت بے چینی اور پیاس کی شکایت کرتے ہیں کیونکہ ہاضم بوٹیاں مزاج گرم ہوتی ہیں۔

MNN

ایشیا کپ: ٹیم انڈیا کی نئی جرسی لانچ

نئی دہلی (ایم این این):ایشیا کپ ۵۲۰۲ء کی تیاریوں کے درمیان، دفاعی چیمپئن ہندوستانی کرکٹ ٹیم نے اپنی نئی آفیشل جرسی لانچ کی۔ بی سی سی آئی نے ایک ویڈیو کے ذریعے ٹیم کی نئی کٹ کا انکشاف کیا ہے۔ جرسی کی لانچنگ کے ساتھ ہی، ہندوستانی ٹیم دبئی میں اپنی پریکٹس میں پسینہ بہا رہی ہے۔ ہندوستان اپنے ٹائٹل کے دفاع کے لیے جارحانہ آغاز کرنے کی تیاری کر رہا ہے۔ بی سی سی آئی کے سوشل میڈیا پر ایک ویڈیو شیئر کیا گیا ہے، جس میں ٹیم انڈیا کے کھلاڑی اپنی نئی جرسی میں نظر آ رہے ہیں۔ ویڈیو میں تمام کھلاڑیوں نے اپنی اپنی بات کہی۔ کپتان سوریہ کمار یادو نے کہا کہ وہ دوبارہ "ایشین چیمپئن" ٹائٹل جیتنا چاہتے ہیں۔ ساتھ ہی سنجو سیمسن نے بتایا کہ وہ اس میچ کو کمتر نہیں سمجھ رہے ہیں۔ ہاردک پانڈیا نے کہا کہ وہ اس اعزاز کے لیے لڑیں گے اور اپنا سب کچھ دینے کے لیے تیار ہیں۔ تیز گیند باز عرشدیپ سنگھ نے کہا کہ یہ صرف ایک میچ نہیں ہے بلکہ "پورے ملک کا خواب ہے۔ آخر میں کپتان سوریہ کمار یادو نے ایک بار پھر اس بات کا اعادہ کیا کہ وہ اس بار بھی چیمپئن بننے آئے ہیں۔ ہندوستان نے ریکارڈ ۸ مرتبہ ایشیا کپ کا خطاب جیتا ہے۔ اس بار ہندوستان اپنی مہم کا آغاز ۰۱ ستمبر کو میزبان یو اے ای کے خلاف کرے گا۔ اس کے بعد ۴۱ ستمبر کو پاکستان کے خلاف میچ ہو گا، پھر ۹۱ ستمبر کو وہ اپنا آخری گروپ میچ عمان کے خلاف کھیلے گا۔ اس کے بعد گروپ ۴ کے میچ ہوں گے اور پھر فائنل۔

سندھو ہانگ کانگ اوپن میں ہندوستانی ٹیم کی قائد ہوں گی

نئی دہلی (ایم این این): دو بار کی اولمپک میڈلسٹ پی وی سندھو منگل سے شروع ہونے والے ہانگ کانگ اوپن ۵۲۰۲ء بیڈمنٹن ٹورنامنٹ میں ہندوستانی ٹیم کی قیادت کریں گی۔ نمبر ۸ سیڈ سندھو کا اپنے پہلے راؤنڈ کے میچ میں یورپی چیمپئن شپ کی چاندی کا تمغہ جیتنے والی ڈنمارک کی لائن کرسٹوفرسن سے مقابلہ ہوگا۔ سندھو کے ساتھ خواتین کے سنگلز مین ڈرا میں ہم وطن انوپما اپادھیائے اور رکشیتا رامراج ہیں جبکہ روتپرنا پانڈا اور شویترا پانڈا خواتین کے ڈبلز زمرے میں واحد ہندوستانی جوڑی ہیں۔ سندھو کے لیے گزشتہ ماہ پیرس میں بی ڈبلیو ایف ورلڈ چیمپئن شپ ۵۲۰۲ء کے کوارٹر فائنل میں داخلہ اس سال سیزن کے پہلے انڈین اوپن کے ساتھ ساتھ کسی بھی بی ڈبلیو ایف ورلڈ ٹور میں ان کی بہترین کارکردگی تھی۔

دلیپ ٹرافی: ساؤتھ اور سینٹرل زون کے درمیان فائنل کھیلا جائیگا

نئی دہلی (ایم این این): ساؤتھ زون اور سینٹرل زون کے درمیان دلیپ ٹرافی کے فائنل میں خطابی مقابلہ ہوگا۔ گرجپریت سنگھ (۴ وکٹ) اور ایم ڈی ندھیش (۳ وکٹ) کے بعد نارائن جگدیشن (ناٹ آؤٹ ۲۵) کی شاندار کارکردگی کے دم پر ساؤتھ زون نے ۲۷۰ رنوں کی برتری حاصل کرتے ہوئے اتوار کو ڈرا ہوئے پہلے سیمی فائنل میں نارتھ زون کو شکست دے کر فائنل میں جگہ بنا لی۔ دوسری جانب ٦ بلے بازوں شبھم شرما (٦٩)، دانش (٦٧)، کپتان رجت پاٹیدار (٧٧)، اپیندر یادو (٨٧)، ہرش دوبے (٧٥) اور سارانش جین (٣٦) کی نصف سنچری اننگز کی بدولت بنائے گئے ۶۰۰ رنوں کے بڑے اسکور نے سینٹرل زون کو فائنل میں پہنچا دیا۔ آج سیمی فائنل کے چوتھے دن نارتھ زون نے اپنی پہلی اننگز ۵ وکٹ پر ۲۷۸ سے آگے بڑھائی۔ صبح کے سیشن میں واسوکی کوشک نے سنچری ساز شبھم کھجوریہ (۱۲۸) کو بولڈ کر کے چھٹا جھٹکا دیا۔ اس کے بعد ندھیش نے سہیل لوتھرا (۱۹) اور مینک ڈاگر (۱۳) کو آؤٹ کیا۔ یدھ ویر سنگھ چرک (۷) کو تیاگراجن نے شکار بنایا جبکہ گرجپریت سنگھ نے عاقب (۱۰) کو آؤٹ کر کے نارتھ زون کی اننگز ۳٦۱ پر سمیٹ دیا۔ جواب میں بلے بازی کرنے اتری ساؤتھ زون کی شروعات اچھی نہ رہی اور ۴۳ کے اسکور پر تنمے اگروال (۳۱) آؤٹ ہو گئے۔ اس کے بعد دیودت پڈیکل اور نرائن جگدیشن نے اننگز کو سنبھالا۔ دونوں نے ۹۱ رنوں کی ناٹ آؤٹ شراکت داری کی۔ جگدیشن نے ٦۹ گیندوں پر ٦ چوکوں کی مدد سے نصف سنچری مکمل کی اور ناٹ آؤٹ ۲۵ پر رہے جبکہ پڈیکل ۱٦ رن پر ناٹ آؤٹ رہے۔ ۳۲.۴ اوور میں ایک وکٹ پر ۵۹ رن بنانے کے بعد میچ ڈرا قرار پایا۔ ساؤتھ زون نے پہلی اننگز میں نارائن جگدیشن کی ۱۹۷ رنوں کی شاندار اننگز کی بدولت ۵۳٦ رن بنائے تھے، جبکہ نارتھ زون کی پہلی اننگز ۳٦۱ پر سمٹ گئی۔ اس طرح ساؤتھ زون کو ۱۷۵ رنوں کی برتری ملی جو دوسری اننگز میں ایک وکٹ پر ۵۹ رن بنانے کے بعد بڑھ کر ۲۷۰ رن ہو گئی۔ دوسرے سیمی فائنل میں سینٹرل زون نے اپنی پہلی اننگز ٦۰۰ رنوں پر مکمل کی۔ ارجان ناگواسوالا نے پیش تھاکر (۱۴) اور خلیل احمد (صفر) کو آؤٹ کر کے اننگز کا خاتمہ کیا۔ ویسٹ زون کی طرف سے دھرمندر سنگھ جڈیجا نے ۴ اور ناگواسوالا نے ۳ وکٹ لئے۔ جواب میں ویسٹ زون کے بلے باز سارانش جین اور ہرش دوبے کی شاندار بولنگ کا زیادہ دیر مقابلہ نہ کر سکے۔ یشسوی جیسوال اور آریہ دیسائی نے پہلی وکٹ کیلئے ٦۲ رن جوڑے لیکن اس کے بعد وکٹوں کے گرنے کا سلسلہ چلتا رہا۔ جیسوال نے ٦۴ رن بنائے۔

آج سے ایشیا کپ کا آغاز، ہندوستان خطاب کا مضبوط دعویدار

نئی دہلی (ایم این این):سوریہ کمار یادو کی قیادت میں ہندوستانی کرکٹ ٹیم منگل سے شروع ہونے والے ایشیا کپ ٹی ۲۰ ٹورنامنٹ میں پاکستان اور سری لنکا کی موجودگی کے باوجود خطاب کے مضبوط دعویدار کے طور پر آغاز کرے گی۔ ٹورنامنٹ کا آغاز ابوظہبی میں افغانستان اور ہانگ کانگ کے درمیان ہونے والے میچ سے ہوگا، لیکن سب کی نگاہیں دبئی پر مرکوز ہوں گی، جہاں ستاروں سے سجی ہندوستانی ٹیم بدھ کو اپنے پہلے میچ میں متحدہ عرب امارات (یو اے ای) پر بڑی جیت حاصل کرنے کے ارادے سے میدان میں اترے گی۔ ایشیا کپ اس سے پہلے ٹی ۲۰ ورلڈ کپ کیلئے ڈریس ریہرسل کے طور پر کام کرتا تھا لیکن اس بار ایسا نہیں ہے۔ اس کے باوجود ہندوستانی ٹیم ایشیا میں اپنا غلبہ برقرار رکھنے کیلئے کوئی کسر نہیں چھوڑے گی۔ ہندوستان کا ایشیا کپ میں ریکارڈ اچھا رہا ہے اور اس بار تو ٹیم پورے فارم میں نظر آ رہی ہے۔ ایسے میں اسے ہرانا کسی بھی ٹیم کے لئے سب سے بڑا چیلنج ہوگا۔ ہندوستانی ٹیم کے تعلق سے اعتماد اتنا زیادہ ہے کہ سلیکشن کمیٹی کے چیئرمین اجیت آگرکر اور ہیڈ کوچ گوتم گمبھیر نے ایک بار بھی ایشین کرکٹ کونسل کی طرف سے منظور شدہ اے رکنی ٹیم کا انتخاب کرنے پر غور نہیں کیا۔ اس کے بجائے انہوں نے آئی سی سی مقابلوں کی طرح ۱۵ کھلاڑیوں کا انتخاب کیا۔ نویں بار برصغیر کا خطاب جیتنے سے (۷ بار ون ڈے فارمیٹ میں اور ٦۱۰۲ء میں ایک بار ٹی ۲۰ فارمیٹ میں) نہ تو سوریہ کمار کو اور نہ ہی گمبھیر کو کوئی اضافی کریڈٹ ملے گا۔ لیکن ٹرافی سے کم کچھ بھی تنقید کو دعوت دے گا، کیونکہ ساڑھے چار ماہ بعد ہندوستان اور سری لنکا ٹی ۲۰ ورلڈ کپ کی مشترکہ میزبانی کریں گے۔ سوریہ کمار کی ٹیم ورلڈ کپ سے پہلے تقریباً ۲۰ میچ کھیلے گی جس میں ایشیا کپ کا فائنل بھی شامل ہے۔ ہندوستان ان میچوں سے ورلڈ کپ کیلئے صحیح امتزاج تیار کرنا چاہے گا۔ ہندوستان اس فارمیٹ میں اتنا مضبوط ہے کہ وہ بین الاقوامی سطح کی ۳ ٹیمیں اتار سکتا ہے۔ سوریہ کمار اب تک شاندار کپتان رہے ہیں اور ان کا جیت کا ریکارڈ ۸۰ فیصد ہے، لیکن اب قیادت کے گروپ میں نائب کپتان شبھمن گل ہوں گے۔ لہٰذا یہ دیکھنا دلچسپ ہوگا کہ ٹی ۲۰ کپتان اور ٹیسٹ کپتان کس طرح یک زبان ہو کر ایک ہی راگ الاپتے ہیں۔ جس طرح سے ہندوستانی بلے بازوں نے ٹی ۲۰ بلے بازی کو نئی شکل دی ہے اور آئی پی ایل کے تجربے کو دیکھتے ہوئے پاکستان اور سری لنکا جیسی ٹیموں کیلئے اس کی برابری کرنا مشکل ہو گیا ہے، جو ڈیڑھ دہائی پہلے تک برابری پر تھیں۔ اس لئے ایشیا کپ میں اس بات کو لے کر کم دلچسپی ہے کہ اسے کون جیت سکتا ہے بلکہ اس بارے میں زیادہ ہے کہ ہندوستان کو کون روک سکتا ہے۔ پاکستان اور سری لنکا دونوں کی ٹیمیں تبدیلی کے دور سے گزر رہی ہیں اور ان کیلئے ہندوستان کی مضبوط ٹیم کا سامنا کرنا مشکل ہوگا۔ پاکستان نے اپنے تجربہ کار بلے باز بابر اعظم اور محمد رضوان کو ٹیم میں شامل نہیں کیا ہے۔ اس کی کامیابی کافی حد تک اس بات پر منحصر ہوگی کہ شاہین شاہ آفریدی، حارث رؤف اور حسن علی ہندوستان کی جارح بلے بازی کے سامنے کیسی گیند بازی کرتے ہیں۔

دورہ آسٹریلیا سے قبل وراٹ اور روہت یکروزہ میچ کھیلیں گے

نئی دہلی (ایم این این):ہندوستان کے لیجنڈ کھلاڑیوں روہت شرما اور وراٹ کوہلی کے مداح میدان میں واپسی کا بے صبری سے انتظار کر رہے ہیں۔ دونوں کھلاڑیوں نے آخری بار ۹ مارچ ۵۲۰۲ء کو آئی سی سی چیمپئن ٹرافی ۵۲۰۲ء کے فائنل میں ہندوستان کے لیے کھیلا تھا۔ اس کے ساتھ ہی وراٹ اور روہت کے مداحوں کے لیے ایک اچھی خبر ہے۔ دونوں کھلاڑی جلد ہی دورہ آسٹریلیا سے قبل میدان پر اتر سکتے ہیں۔ رپورٹس کے مطابق لیجنڈری بلے باز وراٹ کوہلی اور ون ڈے کپتان روہت شرما انڈیا اے ٹیم کے لیے کھیل سکتے ہیں۔ وراٹ-روہت میدان میں واپس آئیں گے ایک رپورٹ کے مطابق وراٹ کوہلی اور روہت شرما کو ۵۰ اوور کے ۳ میچوں کے لیے ٹیم میں شامل کیا جاسکتا ہے۔ غور طلب ہے کہ دونوں کھلاڑیوں نے مئی ۵۲۰۲ء میں ٹیسٹ کرکٹ سے ریٹائرمنٹ لے لیا تھا اور آئی پی ایل ۵۲۰۲ء کے بعد سے کوئی مسابقتی میچ نہیں کھیلا ہے، اگر یہ رپورٹ درست ہے اور کوہلی اور روہت انڈیا اے کے لیے کھیلتے ہیں تو یہ ان کے لیے آسٹریلیا میں ہونے والی آسٹریلوی ٹیم کے خلاف تین میچوں کی ون ڈے سیریز کے لیے پریکٹس کرنے کا اچھا موقع ثابت ہوگا۔ ساتھ ہی رپورٹس کے مطابق وراٹ کوہلی اس ماہ ہندوستان واپس آکر بنگلورو میں اپنا فٹنس ٹیسٹ دے سکتے ہیں۔ ہندوستانی مردوں کی کرکٹ ٹیم اگلے ماہ آسٹریلیا کا دورہ کرے گی۔ اس دوران ٹیم ۳ ون ڈے اور ۵ ٹی ۲۰ میچ کھیلے گی۔ ون ڈے سیریز کا آغاز ۱۹ اکتوبر سے ہو رہا ہے، پہلا میچ پرتھ میں کھیلا جائے گا۔ اس کے بعد بقیہ دو میچ ۲۳ اکتوبر کو ایڈیلیڈ اور ۲۵ اکتوبر کو سڈنی میں کھیلے جائیں گے۔ ون ڈے سیریز ختم ہوتے ہی ٹی ۲۰ سیریز شروع ہو جائے گی۔ پہلا ٹی ۲۰ ۲۹ اکتوبر کو کینبرا میں ہوگا جب کہ بقیہ میچز ۳۱ اکتوبر کو میلبورن، ۲ نومبر کو ہوبارٹ، ٦ نومبر کو گولڈ کوسٹ اور ۸ نومبر کو برسبین میں کھیلے جائیں گے۔ یہ دورہ دونوں ٹیموں کے لیے بڑے ٹورنامنٹ سے قبل تیاری کا اہم موقع تصور کیا جا رہا ہے۔

نکہت زرین کی پیشقدمی، لولینا باہر

نئی دہلی (ایم این این):ہندوستان کی اسٹار باکسر نکہت زرین نے سنیچر کو لیورپول میں ورلڈ باکسنگ چیمپئن شپ میں خواتین کے ۵۱ کلوگرام وزن کے زمرے کے پہلے راؤنڈ میں شاندار فتح کے ساتھ بین الاقوامی اسٹیج پر اپنی واپسی کا اعلان کیا جبکہ ٹوکیو اولمپکس کی کانسہ کا تمغہ جیتنے والی لولینا بورگوہین کو خواتین کے ۷۵ کلوگرام زمرے میں شکست کا سامنا کرنا پڑا۔ ۲۹ سالہ نکہت، جو پہلے دو بار ورلڈ چیمپئن رہ چکی ہیں اور اس سال کسی بھی بین الاقوامی مقابلے میں حصہ نہیں لیا تھا، نے اپنے کھیل میں کسی بھی کمی کو ظاہر نہیں ہونے دیا اور پہلے ہی منٹ سے امریکہ کی جینیفر لوزانو پر حاوی رہتے ہوئے ۰-۵ سے کامیابی حاصل کی۔ تاہم ہفتے کا دن دیگر دو ہندوستانی کھلاڑیوں کے لیے زیادہ اچھا ثابت نہیں ہوا۔ ٹوکیو اولمپکس کی کانسہ کی فاتح لولینا بورگوہین خواتین کے ۷۵ کلوگرام زمرے کے دوسرے راؤنڈ میں ترکی کی۔

ہندوستان کی مردوں کی کمپاؤنڈ ٹیم نے طلائی تمغہ جیت کر تاریخ رقم کردی

نئی دہلی (ایچ این این):رشبھ یادو، امن سینی اور پرتھمیش پھوگے پر مشتمل ہندوستانی مردوں کی کمپاؤنڈ ٹیم نے اتوار کو شاندار کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہوئے ورلڈ آرچری چیمپئن شپ ۵۲۰۲ء میں طلائی تمغہ جیت کر تاریخ رقم کر دی۔ اتوار کو یہاں کھیلے گئے فائنل مقابلے میں ہندوستانی کمپاؤنڈ ٹیم نے فرانس کو ۲۳۵-۲۳۳ سے شکست دی۔ یہ پہلا موقع ہے جب ہندوستان نے مردوں کی کمپاؤنڈ ٹیم ایونٹ میں عالمی چیمپئن شپ کا طلائی تمغہ حاصل کیا ہے۔ فائنل میں ہندوستان کی شروعات کچھ کمزور رہی اور وہ پہلے سیٹ میں ۵۷-۵۹ سے پیچھے ہو گیا لیکن اس کے بعد شاندار واپسی کرتے ہوئے ہر سیٹ میں بہتر کارکردگی دکھائی اور فرانس کی چیلنج کو ۲۳۵-۲۳۳ پر ختم کر دیا۔ پہلے راؤنڈ میں بائی ملنے کے بعد ہندوستان نے آسٹریلیا کو شوٹ آف میں ہرایا، کوارٹر فائنل میں امریکہ کو ۲۳۴-۲۳۲ سے ہرایا اور سیمی فائنل میں ترکی کو ۲۳۴-۲۳۲ سے شکست دی۔ ہندوستان کے نوجوان تیر انداز رشبھ یادو نے اپنی پہلی عالمی چیمپئن شپ میں شاندار کارکردگی پیش کی۔ ۲۳ سالہ رشبھ نے کوالیفکیشن میں ۷۰۹ پوائنٹس کے ساتھ آٹھواں مقام حاصل کیا اور مکسڈ ٹیم ایونٹ میں بھی بہترین کھیل کا مظاہرہ کیا۔ انہوں نے ہندوستان کی صف اول کی کمپاؤنڈ خاتون تیر انداز جیوتی سوریکھا وینم کے ساتھ جوڑی بنا کر مکسڈ ٹیم میں چاندی کا تمغہ جیتا۔ دونوں نے جرمنی، ایل سلواڈور اور چینی تائی پے کو شکست دے کر فائنل میں جگہ بنائی۔

دُبئی میں ہندوستان اور پاکستان ٹیموں کی پریکٹس

نئی دہلی (ایم این این): شام ۷ بجے کے فوراً بعد سب کی نظریں آئی سی سی اکیڈمی میں پاکستانی ٹیم کے نیٹ ایریا پر تھیں جب وہ اتوار کو شارجہ میں افغانستان کے خلاف سہ فریقی سیریز کے فائنل سے قبل اپنے آخری تربیتی سیشن کے لیے پہنچی۔ کیا ہندوستان کے ساتھ کوئی کراس اوور ہوگا جو پہلے ہی اپنی تیاریوں میں مصروف تھے؟ کیا کھلاڑی ایک دوسرے کو سلام کریں گے یا فاصلہ رکھیں گے؟ دونوں ٹیمیں اپنے اپنے معمولات پر قائم رہیں۔ ہندوستان کا سیشن تقریباً ۳ گھنٹے تک جاری رہا، اس کے ہر ماہر بلے باز نے میدان میں ایک گھنٹے سے زیادہ وقت گزارا، اس کے بعد آل راؤنڈرس نے پیڈ پہن کر گیند کو تمام کونوں تک مارا، جس سے یہ نیٹ سیشن سے زیادہ رینج ہٹنگ بنا جس کا مقصد کھلاڑیوں کو ان کی ٹچ حاصل کرنے میں مدد کرنا تھا۔ پاکستان نے مین ایریا کے ایک پرسکون کونے میں بیٹنگ کی۔ انہوں نے ایسی سطحوں پر تیاری کی جو ٹرن اور غیر مساوی اچھال پیش کرتے ہیں۔ نیٹ سے دور، شاہین شاہ آفریدی نے چند کیچ لیے اور ہلکا وارم اپ کیا جبکہ حارث رؤف نے کچھ رن بنائے۔ شریس ایر ٹیم انڈیا اے کے کپتان مقرر کیا آئی سی سی اکیڈمی کے پاس مختلف قسم کی پچز ہیں، تقریباً ۴۰ پچ ہیں جن میں سے زیادہ تر ایشیائی ہیں لیکن کچھ ایسی بھی ہیں جو واکا، گابا میں باؤنسی کنڈیشنز کی طرح ہیں اور کچھ سوئنگ پیش کرتی ہیں، جن کا گزشتہ چند دنوں میں ٦۰ سے زائد کھلاڑیوں نے اچھا استعمال کیا، بشمول عمان اور ہانگ کانگ کے کھلاڑی۔ ہفتہ کو، جتیش نے کافی دیر تک بلے بازی کی اور گمبھیر نے نیٹ کے پیچھے سے ان پر گہری نظر رکھی۔ ایک موقع پر، ایسا لگتا تھا کہ انہوں نے جتیش کو اسکوپ اور پک اپ شاٹس کی اپنی کچھ پہلے سے منصوبہ بند کوششوں کے بارے میں مشورہ دیا تھا۔ دریں اثنا، سنجو سیمسن نے شروع میں صرف تھرو ڈاون لیا اور دوسرے بلے بازوں کو اپنی رفتار سے کھیلتے دیکھا۔ تاہم، سیشن ختم ہونے سے عین قبل، انہوں نے اپنے پیڈ پر رکھا اور گیند کو دور سے مارا۔ پل، فلیٹ بلے اور چند شاٹس تھے جنہوں نے انہیں کبھی کبھار شکل کے کھو جانے پر دلکش بنا دیا۔ مجموعی طور پر، یہ تجویز کرنے کے لئے کچھ بھی نہیں تھا کہ کچھ غلط تھا۔

انگلینڈ کی جنوبی افریقہ پر کرکٹ تاریخ کی سب سے بڑی فتح

نئی دہلی (ایم این این): جیکب بیتھیل (۱۱۰) اور جو روٹ (۱۰۰) کی شاندار سنچریوں کے بعد جوفرا آرچر (۴ وکٹ) اور عادل رشید (۳ وکٹ) کی خطرناک گیند بازی کی بدولت انگلینڈ نے اتوار کو تیسرے ایک روزہ میچ میں جنوبی افریقہ کو ۳۴۲ رن سے شکست دے دی۔ حالانکہ جنوبی افریقہ نے ۳ میچوں کی سیریز ۱-۲ سے جیت لی۔ یہ انگلینڈ کی ون ڈے تاریخ کی سب سے بڑی جیت ہے۔ ۴۱۵ رن کے ہدف کے تعاقب میں اترنے والی جنوبی افریقہ کی شروعات انتہائی خراب رہی اور اس نے صرف ۲۴ رن کے اسکور پر اپنے ٦ وکٹ گنوا دیے۔ ایڈن مارکرم (صفر)، رائن رکلٹن (ایک)، میتھیو بریٹز کے (۴)، ٹرسٹن اسٹبز (۱۰) کو جوفرا آرچر نے آؤٹ کیا۔ ویان ملڈر (صفر) اور ڈیوالڈ بریوس (٦) کو بریڈن کارس نے شکار بنایا۔ ایسے وقت میں کاربن بوش اور کیشو مہاراج نے اننگز کو سنبھالنے کی کوشش کی، لیکن ۱۵ ویں اوور میں عادل رشید نے کیشو مہاراج (۱۷) کو آؤٹ کر دیا۔ اس کے بعد کوڈی یوسف (۵) اور کاربن بوش (۲۰) بھی رشید کا شکار بنے۔ انگلینڈ کے گیند بازوں نے جنوبی افریقہ کو ۲۰.۵ اوور میں ۷۲ رن پر سمیٹ کر میچ ۳۴۲ رن سے جیت لیا۔ جوفرا آرچر کو شاندار گیند بازی کے لیے 'پلیئر آف دی میچ' اور سیریز میں ۱۷۵ رن بنانے والے جو روٹ کو 'پلیئر آف دی سیریز' قرار دیا گیا۔ انگلینڈ کی جانب سے جوفرا آرچر نے ۹ اوور میں ۱۸ رن دے کر ۴ وکٹ لیے۔ عادل رشید نے ۳.۵ اوور میں ۳۱ رن دے کر ۳ وکٹ جھٹکے۔ بریڈن کارس کو دو وکٹ ملے۔

یو ایس اوپن: آرینا سبالینکا نے خطاب کا کامیاب دفاع کیا

نئی دہلی (ایم این این):یو ایس اوپن ویمنز سنگلز کی دفاعی چیمپئن آرینا سبالینکا نے اپنے کریئر کا چوتھا گرینڈ سلیم ٹائٹل جیت لیا۔ عالمی نمبر ایک آرینا سبالینکا نے امریکہ کی اماندا انیسیمووا کو شکست دے کر اپنے ٹائٹل کا کامیاب دفاع کیا۔ بیلاروسی اسٹار رواں سال پہلا گرینڈ سلیم ٹائٹل جیتنے کے بعد جذبات سے مغلوب ہو کر آنکھوں میں نمی لیے گھٹنوں کے بل بیٹھ گئیں۔ اس سے قبل انہیں دو گرینڈ سلیم فائنلز میں شکست کا سامنا کرنا پڑا تھا۔ آخری مرتبہ سیرینا ولیمز کی جانب سے یہ کارنامہ انجام دیے جانے کے بعد آرینا سبالینکا واحد کھلاڑی ہیں۔ یہ آرینا سبالینکا کا چوتھا گرینڈ سلیم ٹائٹل ہے۔ اس سے قبل وہ ۳۲۰۲ء اور ۴۲۰۲ء میں آسٹریلین اوپن اور ۴۲۰۲ء میں ہی یو ایس اوپن ٹائٹل جیت چکی ہیں۔ ہفتے کی شب کھیلے گئے میچ میں بیلاروس کی سبالینکا نے فائنل مقابلے میں امریکہ کی اماندا انیسیمووا کو ۳-٦، ٦-۷ سے شکست دے کر ٹائٹل برقرار رکھا۔ اس جیت کے ساتھ بیلاروسی کھلاڑی سبالینکا ۴۱۰۲ء میں سیرینا ولیمز کے بعد نیویارک میں لگاتار دو سنگلز ٹائٹل جیتنے والی پہلی خاتون کھلاڑی بن گئیں۔

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,