



چاہیے لیکن اپنی جان کی فکر پہلے کرنی چاہیے۔ میں یہ سمجھنے سے قاصر ہوں کہ کیوں ہم اپنی جڑوں کو اپنے ہی ہاتھوں سے کاٹنے پر تیار ہوئے ہیں۔ ہم نے اپنی دوزخ، اپنی قبروں کا محور صرف اور صرف روٹی کو ہی رکھا ہے، اور اس لیے ہم ہر حال و تمام کام کرنے پر بھی تیار رہتے ہیں، لیکن پھر بھی ہماری اتنی تنگ و دو کے باوجود بھی افریقی ملک ملک کے بعد پہلا ایشیائی ملک پاکستان ہے، جس کا گھمراہ غربت کی گھیر کے نیچے زندگی بسر کرنے والے ممالک کی فہرست میں 36 ویں نمبر پر ہے۔ بنگلہ دیش کا نمبر 39 ہے۔ اس کا مطلب یہی ہے کہ کہیں نہ کہیں ہم سے کوئی تو ایسی غلطی ہو رہی ہے کہ ہم کسی بھی میدان میں اپنی کارکردگی بہتر کر سکتے ہیں تاکہ ہم

ہیں۔

اس کی وجوہ کی اگر بات کروں تو کوئی ایک اہم ترین وجہ نہیں ہی چا سکتی، بلکہ یہ مسائل مختلف وجوہ سے ہیں جن کی ملک میں نمودار ہوتے ہیں، ان میں کچھ ناخوش یا ایسا ہی ہو سکتی ہیں، اس کے علاوہ لوگوں میں شعور کی کمی بھی ایک وجہ ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ لوگوں کو بتایا جائے کہ کیا کیا اقدام کیے جانے چاہئیں۔ قومی نمائندے اسے اپنے علم سے میں شعور کی مہمات شروع کریں۔ لوگوں کو متبادل ذرائع کا بتایا جانا چاہیے۔ اور ایک مجموعی سوچ کو پروان چڑھایا جانا چاہیے۔

**بلاشبہ ہمارا ملک جس دوراہے پر کھڑا ہے، یہ سب ہماری اپنی سوچ کا ہی نتیجہ ہے۔ اگر ہم سوچ بدلیں گے تو حالات بھی بدلیں گے۔ جو چیز ہمارے اختیار میں ہے وہ تو ہم درست کر سکتے ہیں۔ خدا را اپنی سوچ کو بدلے، کیونکہ یہ ہمارے اختیار میں ہے۔**  
تحریر۔۔ محمد مصطفیٰ

# ماحولیاتی تبدیلی اور ہمارا بگڑتا ہوا معاشرتی رویہ

## ماحولیاتی مسائل کا حل ہماری ترجیحات میں کبھی شامل ہی نہیں رہا



تیار نہیں۔ چند دن پہلے کی ایک رپورٹ کے مطابق ماحولیاتی تبدیلی میں شدت آنے کی وجہ سے پاکستان اور بھارت کے 220 ملین لوگ شدید گرمی کا سامنا کریں گے۔ اسی طرح چند ماہ پہلے آنے والے سیلاب کی شدت زیادہ ہونے کے وجہ سے مہمیشیائی تبدیلی ہی ہے۔ روٹی کی فکر کرنی

ساتھ ساتھ دینی غریب بھی ہیں، بلکہ اگر میں یوں کہوں کہ ہم دینی غریب ہونے کی وجہ سے ہر سر کی غربت کا شکار ہیں، تو غلط نہ ہوگا۔ ہمیں صرف اپنی روٹی کی اتنی فکر ہے کہ اس کے حصول کیلئے ہم ایک چیز کو داؤ پر لگانے کیلئے تیار نہیں ہیں، اور کسی بھی چیز کو خاطر میں لانے کو

چیزوں کو حاصل کرنے کیلئے مصروف عمل رہتا ہے۔ اب مسئلہ یہ نہیں ہے کہ شروع ہونے کے ہم صرف اپنا ہی سوچتے ہوئے، اپنی روٹی کی فکر کرتے ہوئے، صرف اپنے لباس کو قیادت دیتے ہوئے اور اپنی چھتوں کو آسان تک پہنچانے میں لگے ہوئے ہیں۔ جس سے ثابت ہوا کہ معاشرتی غربت کے

ماحولیاتی تبدیلی اب ہمارے لیے ناظر نہیں رہا، معلوماتی وسائل کی کثیر دستیابی کی وجہ سے اب ہم ہر قسم کی معلومات سے بہرہ مند ہو رہے ہیں۔ ماحولیاتی مسائل کے بارے میں جاننا ہو یا مستقبل میں ماحولیاتی تبدیلی کی وجہ سے ہونے والے اثرات کے بارے میں معلومات درکار ہو، سب ہماری ہاتھی کی دوری پر ہے۔

ہمارے اندر ماحول کے حوالے سے احساس ڈے داری کا جذبہ اب جاگ رہا ہے کہ اس کے لیے اقوام متحدہ نے سسٹین ایبل ڈیولپمنٹ گولڈز کی ایک تفصیلی شکل مرتب کی ہے، جن کو ایجنڈہ 2030 کہا جاتا ہے، یعنی وہ سترہ اہداف جن کو 2030 تک حاصل کرنے کا ناسک پوری دنیا کے ممالک کو دیا گیا ہے، اور اس کا کردار کو جانچا جائے گا کہ کس ملک نے کتنی تک دوڑی، اور کس نے ان کو نظر انداز کر دیا۔ ان سترہ اہداف میں معاشرتی، ماحولیاتی اور سماجی نکات کو مد نظر رکھا گیا ہے۔

دنیا کے مختلف ممالک مختلف طرح سے ان اہداف کو پانے میں سرگرم ہیں، اور اپنی اپنی کوششوں میں جتے ہیں۔ جیسا کہ INDEX SDG کے مطابق 86.76 پانچواں فرن لینڈ پہلے نمبر پر برائیتان ہے، سویڈن 85.98 پانچواں کے ساتھ دوسرے اور 85.68 پانچواں کے ساتھ ڈنمارک کا تیسرا نمبر ہے، جبکہ بدقسمتی سے جنوبی ایشیا کا ایک بھی ملک پہلے پچاس ممالک کی فہرست میں شامل نہیں، جیسا کہ انڈیا کا نمبر 112 اور پاکستان کا نمبر 128 ہے۔

آخر ایسا کیوں ہو رہا ہے، اور کیوں ہم اہم مسائل کو حل کرنے کے بجائے اور اپنے ماحول، سماج اور معاشرتی فکروں سے غافل رہتے ہوئے کے بجائے عجیب گتیاں سلکھانے میں لگے ہیں؟ آخر وہ کون سے ایسے مسائل ہیں جن کی فکر ہی ہم کو کھائے جارہی ہیں، جبکہ کسی بھی نظام میں کبھی تین نکات اہم ہوتے ہیں، معاشرتی، سماجی اور ماحول۔

ہم جس معاشرے میں رہ رہے ہیں، بلاشبہ یہاں کے سب سے بڑے مسائل روٹی، پٹرول اور مکان ہی ہیں۔ ایک ترقی پذیر ملک ان تین مسائل سے ہمیشہ ہی دوچار رہتا ہے اور ہمیشہ سے ہی ان

# اخلاقیات اور مثبت رویے کیسے اجاگر ہوں؟

تحریر۔۔۔۔۔  
سمیر انور

**بچے من کے سچے اور کھلے ہوتے ہیں ان کے چھوٹے چھوٹے دماغ بہت کچھ سوچتے اور سمجھتے ہیں۔ ہم اکثر کہتے ہیں کہ بچے ہیں، انہیں کیا معلوم، لیکن یہی ہماری غلط فہمی ہے کیوں کہ ان کے مشاہدے کی حس بہت تیز ہوتی ہے۔**

بچوں کی نفسیات سمجھنے کے لیے والدین کو بہت کچھ دودنی ضرورت ہے۔ یہی وقت ہوتا ہے جب ہم اپنے بچوں کو صحیح غلط اور اچھے برے کی تیز سیکھا رہے ہیں۔ انہیں غور غور ماحول مہیا کرتے ہیں، ہر وقت ذرا ذرا سے انہیں ان کے درمیان ٹھوس سا بھی غیر منفردانہ سلوک ان کا مستقبل ان کی زندگی جاہ کر سکتا ہے۔ آئیے اپنے بچوں کی نفسیاتی اصلاح کریں، انہیں سمجھیں اور سیکھیں۔

کچھ گھروں میں بچوں پر کسی قسم کی کوئی روک ٹوک نہیں ہوتی، جہاں دل چاہے اپنی مرضی سے آئیں جائیں، یہ بھی ٹھیک نہیں ہے بچوں کو بلاوجہ آزادی دینا ٹھیک نہیں ہے، انہیں پیار سے سمجھیں کہ غلط دوست یا جگہ ان



بارہ فاسٹ فوڈ کے عادی ہو گئے تو پھر آپ کے لیے مشکلات پیدا کریں گے۔ ہرگز ایسی بات لگ جاتی ہے کہ انہیں کھانے بچھو دیتے ہیں، اس لیے بہتر ہے کہ انہیں کھانے کے ہی کھانے بنا کر دیتے۔ کبھی سبزی کے سینڈویچ بنا دیے تو کبھی چکن کے برگرس طرح ان کی فاسٹ فوڈ کی خواہش بھی پوری ہو جائے گی اور وہ کھر کا سادہ اور صاف ستھر کھانا بھی خوش کریں گے۔

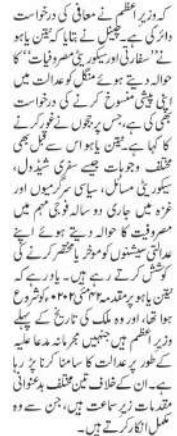
اور غور سے پرہیز کیجیے، تاکہ آپ کے بچے بھی آپ کا دلی احترام کریں۔ بچے کو کچھ سے بچ جائے، بھوٹ، اچھا بڑا، نصیبت، چھٹی اور دیگر اخلاقی برائیوں اور اچھا نیکی کی پہچان کر انہیں اور ان کے کردار کا حصہ بنائیں۔ بچے کو کھانگی اور رات کو وقت پر سونے کی عادت ڈالیں کیوں کہ یہ عادت نہ صرف بچے کے لیے بہترین ثابت ہوئی، بلکہ آپ کو بھی اس کا فائدہ ہوگا۔ بچہ نماز کا پابند ہوگا، اسکول وقت پر جائے گا اور وقت پر ناشتا کرے گا۔ بہن بھائیوں کا آپس میں احساس پیدا کریں کہ بڑے بہن بھائی آپ کا کتنا خیال رکھتے ہیں اور بڑوں کو سمجھائیں کہ وہ چھوٹے بہن بھائیوں کو پیار سے رکھیں اور ان سے نرمی سے پیش آئیں۔

لے کوشش کیجیے، انہیں دوسروں سے محبت کرنا سکھائیے اور جب آپ ان کے دل میں محبت کا جذبہ پیدا ہوگا، تو سب سے پہلے وہ آپ کے قریب ہوں گے، آپ کی قربت ان کے ساتھ ہوگی، تو وہ سب سے پہلے آپ کے ساتھ دل رشتہ جوڑیں گے۔

اکثر والدین اس بات پر حیران ہوتے ہیں کہ ان کے بچے کے دماغ میں اپنی عمر سے بھی بڑی باتیں کیسے آئیں۔ بچوں کے لیے کھیں ایسا ماحول پیدا کریں کہ بچوں کی عمر کے مطابق برائیات ہو کوئی بات بھی بچوں سے پوچھیے، تو اس بات کو یاد رکھیں کہ ان کا 'آج' گروپ کیا ہے۔ بچوں کو سمجھائیں کہ اسکول اور گھر میں اپنی عمر کی دوست بنائیں، تاکہ ان کی اچھی دوستی ہو سکا۔

کے کوشش کیجیے، انہیں دوسروں سے محبت کرنا سکھائیے اور جب آپ ان کے دل میں محبت کا جذبہ پیدا ہوگا، تو سب سے پہلے وہ آپ کے قریب ہوں گے، آپ کی قربت ان کے ساتھ ہوگی، تو وہ سب سے پہلے آپ کے ساتھ دل رشتہ جوڑیں گے۔

اسرائیل: بدعنوانی کے مقدمے میں وزیراعظم نتین یاہو پہلی بار عدالت میں حاضر



برطانوی فوج نے افغانستان میں جنگی جرائم کا ارتکاب کیا: سابق سینئر افسر کا انکوائری میں بیان

[illegible][illegible][illegible][illegible]

سے ٹیسٹ کرانا ضروری ہے، اسے خود سے کوئی عام درد سمجھ کر نظر انداز نہ کیجیے۔

ایک خاتون اپنے دل کے دورے کی تشخیصات کے بارے میں بتاتی ہیں کہ مجھے مایو کا ریڈیل انفیکشن ہوا تھا، اس میں آپ کے دل میں کوئی شریان بلاک ہوئی ہیں، وہ بکتر ہوئی ہیں، تو آپ کے خون کی جانچ سے پتا چل جاتا ہے کہ آپ کو دل کا دورہ پڑا ہے۔

ایسے امراض کی وجہ جنیاتی کے ساتھ طرز زندگی بھی ہے، جو خواتین ورزش نہیں کرتیں چاہے وزن زیادہ نہ ہو، اس کے باوجود فعال زندگی ضروری ہے۔ یہی نہیں سونے جانے کا طریق متاثر ہوتا ہے بلکہ دل متاثر ہونے لگتا ہے۔

بچوں کی پیدائش کے بعد جو پوسٹ پارٹم ڈپریشن ہوتا ہے، اس کو سمجھا ہی نہیں جاتا بلکہ بہت سے گھروں میں اسے سستی اور مرض وقت تو بے جی سے بھانے قرار دے دیے جاتے ہیں، جب کہ اس مرحلے پر ماں کی بارمون کی تبدیلیوں کا خیال نہ کیا جائے، تو مسائل پیچیدہ ہونے لگتے ہیں۔ اگر یہ نگہداشت نہ ہو تو اس کے نتیجے میں ڈپریشن اور ڈپریشن سے دل کے مسائل ہونے لگتے ہیں۔ ایک اور بات پوسٹ پارٹم ڈپریشن سے متعلق یہ ہوتی ہے کہ جو آپ کے پچھلے ٹراژماز ہوتے ہیں، وہ بھی زندگی کے دوران شدید ہونے لگتے ہیں، کیوں کہ بارمون تبدیلیاں اتنی بلند ہوتی ہیں کہ آپ کو پچھلی اور پرانی باتیں اور غم یا حادثہ زیادہ محسوس ہونے لگتا ہے۔ پوسٹ پارٹم ڈپریشن میں اس لیے اس کے لیے نفسیاتی مدد کی بہت ضرورت ہوتی ہے۔

**’ٹراما‘ کے بعد  
سائیکولوجیکل  
ہیلپ کو بھی  
ہمارے ہاں کوئی  
اہمیت نہیں دی  
جاتی، یعنی کہ اگر  
کسی کو ہارت  
اشیک ہوا ہے، اس  
کی بھی صرف  
طبی امداد ہوتی  
ہے اور کوئی  
کانونسلنگ نہیں  
ہوتی کہ مریض  
بیماری یا عارضے  
کا سن کر ہی آدھا  
ہوجائے یا اس  
صدمے کو ذہن پر  
سوار کر کے اپنی  
طبیعت اور خراب  
کر لے۔**

# خواتین اور دل کے عوارض

## دل کی بیماری خواتین میں بھی موت کی سب سے بڑی وجہ ہے، جو کسی بھی دوسری وجہ سے زیادہ جان لیتی ہے



دل کا دورہ پڑنے کی امکانات یہ بھی زیادہ ہوتے ہیں۔ بالکل ایک حقیقت ہے کہ جن کو زیادہ غصہ آتا ہے، ایسی شخصیت کے حامل افراد دل کی بیماریوں کا شکار ہوتے ہیں۔ دل کا دورہ پڑنے کی عمر اب چالیس سے کم ہو کر 25 اور 20 سال کی عمر تک ہو گئی ہے، آپ سگریٹ نوشی کرنے والے فرو سے بھی دور رہیں، کیوں کہ دونوں صورتوں میں آپ اس کے مضر اثرات کا شکار ہو سکتے ہیں۔ ویسے اب خواتین میں بھی سگریٹ نوشی بڑھ رہی ہے، کچھ خواتین فیشن کے طور پر بھی سگریٹ نوشی کرتی ہیں۔

خواتین کو اپنے دل کی بہتر صحت کے لیے محتاط رہنا چاہیے، کیوں کہ خواتین اور بزرگوں میں دل کے دورے کی علامات روايتی نہیں ہوتیں، خواتین میں دل کی بیماری سرطان کے بعد موت کی دوسری بڑی وجہ ہے۔ تو آپ کو اپنے آپ کو خود چھانا ہے، اس سے اگر آپ کے خاندان میں آپ کے والدین میں یا آپ کے بہن بھائیوں میں کسی کو 50 سال کی عمر سے پہلے ہارٹ ایکٹ ہوا تھا، تو آپ کو دل کے عوارض کے زیادہ خطرات لاحق ہو سکتے ہیں۔

کوئی دہلی خاتون اگر دل کے دورے کی علامات کا خدشہ ظاہر کر رہی ہے، یا ان علامات کی شکایت کر رہی ہے، تو اسے دہلا ہونے کی بنا پر یہ توجہ نہیں دی جائے گی کہ یہ دل کی تکلیف بھی ہو سکتی ہے، جب کہ یہ رویہ درست نہیں ہے، اور وہ خواتین چاہیے اور فوری طور پر ضروری جانچ کرینی چاہیے، بہ صورت دیگر نقصان کا احتمال رہتا ہے۔ جب بھی کوئی دل کے مقام پر شدید درد یا دباؤ کی شکایت کرے، تو دل کے حوالے

چاہیے۔  
’ہیونیک ہارٹ ڈیزیز‘ بھی دل کی ایک عام بیماری ہے، جس کا تعلق بچپن میں ہونے والی گٹ کی بیماری سے ہے، جس کا ٹھیک طرح علاج نہیں کیا جائے، تو پھر وہ دل کے مختلف حصوں کو متاثر کرنے لگتی ہے، یہ ہمارے جیسے ترقی پزیر ممالک کی بیماری ہے۔ جیسے بچپن میں کسی وقت بچوں کو بخار، جوڑوں میں درد ہوا اور وہ ختم ہو گیا۔ اس کے بعد انھوں نے اس کو چھوڑ دیا، پھر 15، 10 سال بعد اس کے اثرات دل پر آنا شروع ہو جاتے ہیں۔ اس کی علامات یہ ہوتی ہیں، عموماً کہ سانس لینے میں دشواری ہو گئی کی دھڑکن بہت تیز چل رہی ہوگی، سانس کھینچنے لگے گا، پاؤں میں سوجن آجائے گی، اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ وہ دل کمزور ہونے لگتا ہے۔

ایسے ہی خواتین کو حمل کے آخری مہینوں سے زچگی کے چھ ماہ تک کچھ قلبی مسائل درپیش ہو سکتے ہیں۔ اس وقت دل کے پٹھے کمزور ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ یہ بہت خطرناک اور جان لیوا بیماری ہے، ہمارے ملک میں بھی کافی عام ہے، بہت سی خواتین میں بروقت تشخیص نہیں ہو پاتی، اس کے لاحق ہونے کے بعد زچگی میں ماں کی جان کو شدید خطرہ ہوتا ہے، اس لیے اس سے روک دیا جاتا ہے۔ ایک دفعہ اگر آپ کا دل متاثر ہو جاتا ہے، تو پھر یہ بہت مشکل ہوتا ہے کہ وہ پہلے جیسا کام کر سکے، دس فی صدیں مکمل صحت یابی ہوتی ہے، اور وہ خواتین نارمل زندگی گزار سکتی ہیں، ورنہ اکثر خواتین کو ساری زندگی ادویات جاری رکھنی پڑتی ہیں۔

جن کو زیادہ غصہ آتا ہے ان کا غصہ کرنے کے بعد

بیماریاں ہیں، اس کے علاوہ ڈیمینٹیا انزائمر ہو سکتا ہے اور دل پر یہ سب سے زیادہ اثر انداز ہوتا ہے۔

خواتین اور بزرگوں میں دل کے دورے کی علامات مردوں سے کچھ مختلف ہوتی ہیں، دل کی دورے کی صورت میں سینے میں جلن ہوتی ہے، تنکھن کا احساس ہوتا ہے، سانس لینے میں دقت ہونے لگتی ہے اور تھکی جیسی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ خواتین کو مردوں کی نسبت دل کے دورے کی ہلکی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ مردوں میں دل کے دورے کی علامات میں سینے میں تکلیف، جکڑن، گھبراہٹ اور بازوؤں، کمر، جڑوں اور گردن میں تکلیف وغیرہ شامل ہیں۔ خواتین کو صرف سانس لینے میں دقت ہوتی ہے، غنودگی بھی طاری ہو سکتی ہے، اس کے علاوہ سینے میں معمولی تکلیف محسوس ہو سکتی ہے۔ خواتین میں دل کے دورے کی علامات جدا ہونے کا سبب یہ خیال جاتا ہے کہ ان میں مردوں سے مختلف شریانوں میں رکاوٹ پیدا ہوتی ہے۔ خواتین میں چھوٹی شریانوں میں رکاوٹ پیدا ہو سکتی ہے، جب کہ مردوں کی عموماً بڑی یا مرکزی شریانوں میں دوران خون میں رکاوٹ پیدا ہوتی ہے۔

خواتین اور بزرگوں کو اکثر اسپتال لانے میں دیر ہو جاتی ہے اور طبی امداد دیر سے ملتی ہے پہلے خواتین میں دل کے دورے کی وجہ سے شرح اموات زیادہ بھی گراپ آئیں کچھ کی واقع ہوئی ہے۔

نوجوان خواتین میں اگر آپ ذہنی پریشانی کا زیادہ شکار ہیں، آپ کے خاندان میں دل کی بیماری پائی جاتی ہے، تو آپ کو خیال کر لینا

تحریر۔۔۔۔۔  
ساجدہ فرحین فرخی  
وہ بیماریاں اور عوامل جو عورتوں پر زیادہ اثر کرتی ہیں، وہ دیر سے طبی امداد مانا ہے، کیوں کہ خواتین ان علامات کو پہچان نہیں یا پھر وہ علامات مختلف ہوتی ہیں، جو عام علامات ہیں، جو کہ دل کے دورے کی ہو سکتی ہیں، جیسے سینے میں یا بازو میں درد ہونا اور اس کی ہر جڑے کی طرف جانا۔ کہیں ایسا بھی ہوتا ہے کہ اگر کوئی خاتون یہ خدشہ ظاہر بھی کرے، تو ان کے ارد گرد لوگ اسے نظر انداز کرتے ہیں، یہاں تک کہ ہنگامی صورت حال میں بھی وہ اتنی مستعدی نہیں دکھاتے۔ ایسے بہت سے عوامل ہیں، جنہیں ملحوظ رکھا جائے تو خطرات کم ہو سکتے ہیں۔

خواتین میں کچھ عام بیماریوں میں دل کے ’والز‘ بند ہونا بھی ہیں۔ یہ آج کل نوجوان خواتین میں بھی اہم وجہ موت ہے۔ خواتین کی زندگی کے مختلف مراحل میں بارمون تبدیلیاں ان کے دل پر بھی اثر انداز ہوتی ہیں، جس میں دورانِ حمل دل کے پٹھوں کی کمزوری بھی ایک جان لیوا عارضہ ہے، جس کو ’پریٹنسی پیری پارٹم کارڈیو مایو پیتھی‘ کہتے ہیں، اگر کسی کو پہلی دفعہ ہو اور وہ مکمل طور پر صحت مند نہیں ہوا ہو تو یہ خطرناک ہو سکتی ہے، ایک دفعہ ہونے کے بعد دوبارہ ہونے کے خدشات زیادہ ہوتے ہیں، جس کی وجہ سے پیچیدہوں میں پانی جانا، سانس پھولنا، دل کی دھڑکن کی بے ترتیبی کی شکایت ہوتی ہے۔

**’کارڈیو جینک  
شاک‘ میں  
بلیڈ پریشر  
خطرناک کی  
حد تک کم ہو  
جاتا ہے، مگر  
اس صورت حال  
میں مریض  
کے دل کی  
فعالیت  
اہمیت  
رکھتی ہے  
کہ یہ کیسی  
اور کتنی ہے؟**

نیند کی کمی اقسام ہوتی ہیں، جس میں ہلکی درمیانی اور گہری نیند شامل ہے اور اسی کے حساب سے ہماری جسم کے اندر بارمون خارج ہوتے ہیں، جس سے جسم کو آرام ملتا ہے اور ہمارے جسم کے اعضا اپنی بحالی کا کام سرانجام دیتے ہیں۔ آپ کا جسم حالت سکون میں آ جاتا ہے، اس میں ہماری پریشانی کو مکمل شل ہوتا ہے، جس سے ہمارا امزگیں بڑھ جاتا ہے، نتیجتاً مختلف ذہنی وجہیاتی عوامل بڑھ جاتے ہیں، جن میں سرفہرست دل کی

روشنی کے بغیر تعلیم ممکن نہیں

کی طالعہ 13 سال کی آریہ کوڑھ گیتی ہے کہ ”ہمیں بھلکانے ہونے کی وجہ سے بہت ہی پریشانی پہنچتی رہتی ہے۔“ فح میں اسکول جاتی ہوں اور شام کو گھر واپس لوٹتی ہوں۔ مجھے رات کو بیٹھ کر اپنا اسکول کا کام کرنا ہوتا ہے۔ لیکن میں اندھیرے میں اپنے اسکول کا کام پورا نہیں کر سکتی اور مجھے ہوم ورک اسکول میں ہی جا کر کرنا پڑتا ہے۔ میں یہ نہیں بلکہ اس اسکول میں پڑھنے والے بچوں کے گاہوں کے کبھی بچے اپنا ہوم ورک اسکول میں ہی آ کر کرتے ہیں۔“

اس سلسلہ میں مندی کے جوہر انجینئر جاوید احمد ملک کہتے ہیں کہ بجلی کی بہتر فراہمی کے لئے مرکزی حکومت کی جانب سے ریوچارج ڈسٹریکشن بکٹر اسکیم (آر ڈی ایس ایس) نام سے ایک نئی اسکیم شروع کی گئی ہے۔ اس کے تحت ان تمام جگہوں پر تار اور کھمبے لگائے جائیں گے جہاں کی وجہ سے بجلی کا عمل نہیں ہو سکا ہے۔ انہوں نے بتایا کہ اس پر اگلے دو اپریل سے کام شروع ہو جائے گا جس کے بعد کوئٹہ میں علاقہ بجلی کی اس سے محروم نہیں رہے گا۔ کابل اور پشاور کے آر ڈی ایس ایس اسکیم نظر انداز شدہ دوسری پینشن ہیلڈ اسکیم حکومت ہند کی ایک اسکیم ہے، جس میں حکومت نے نقل از اہلیت کے معیار کو پورا کرنے اور بنیادی کم از کم حصول کی بنیاد پر چلائی انفراسٹرکچر کو منجوبہ بنانے کے لیے اس کام کو توجہ سے منسلک بنی مرعات فراہمی کریں۔ اسکیم کی مالی امداد فراہم کرے گی اس کی آپریشنل کارکردگی اور مالی استحکام کو بہتر بنانے میں مدد کرنے کے مقصد سے منظور کیے گئے سالانہ بجٹ کے تحت 5 سالہ ایڈجسٹڈ ایس آر

2021-22 سے ابلی سال 2025-26 کے لیے  
3,03,758 کروڑ روپے کا خرچ ہے۔ دیہی علاقوں میں برقی  
کاری کے کاموں کو بہتر بنانے والے دول الیکٹرکیشن کارپوریشن  
(آر ای سی) کی سرگرمی کے خفا میں بولنے میں اہم کرنے کے لیے  
نوڈل ایجنسی کے طور پر مرمز دی گیا ہے۔ بہر حال بجلی کی کمی کی وجہ  
لکڑیوں کی تعلیم سب سے زیادہ اثر پذیر رہا ہے۔ کمر میں سی ان کی  
شادی کر دی جارہی ہے۔ ان کی وجہ سے ان لکڑیوں کی بھی جلد شادی  
جاری ہے جو تعلیم حاصل کرنے میں تھوڑا پر گھر ہونے کا خواب دیکھ  
تھیں۔ لیکن بجلی کی کمی ان کا خواب تو ایک دیہاتی ہے۔ جب کہ  
میں نہیں ہوگی تعلیم کے ممکن ہو سکتی ہے؟

صرف اس لئے تعلیم چھوڑ کر مزدوری کریں گے کہ انہیں پڑھنے کی سہولیات نہیں ہے تو کیسے ہمارا ملک ترقی کی راہ پر آگے بڑھ سکتا ہے؟ بچے ملک کا مستقبل ہوتے ہیں اور یہ مستقبل ہی تعلیم چھوڑے تو ملک کے روشن مستقبل کا خیال درست نہیں ہے۔

اس بات کو اسے بڑھاتے ہوئے وہیں کے مقامی بزرگ عبدالاحد، عمر 72 سال کا کہتا ہے کہ میں نے اپنے گاؤں بایلدہ سرمہ میں کسی بچہ نہیں دیکھی ہے۔ کاغذات میں تو یہ بچہ گرہم میں موجود ہے لیکن اصل میں یہ ہمارے گھروں میں نہیں ہے کاغذات میں اس لیے موجود ہے کہ ہمیں گرہم میں بچہ کا کل آتا ہے جو ہمیں گرہم میں بھرا پڑا ہے۔

[illegible]

تحریر۔۔۔۔۔ شازیہ اختر  
منڈی، پونچھ

ہندوستان کا تاج کہ جانے والی ریاست جوں و بیشیری کی  
ہی کے علاقہ بانیہ جہاں کی آبادی ابھی بھی بجلی بجھتی  
ہے شرم ہے جس سے یہاں کے علماء ۱۱ اپنی تعلیم کو  
اس حوالے سے مقامی 40  
م فاطمہ بنتی ہیں کہ کچھ نہ ہونے کی  
اور تارے کا کس کے بچوں کو  
ہی جھیلتی ہوتی ہے۔ پچھلے 20  
میں شادی کر کے یہاں دور  
تک میں نے کب نہیں دیکھی  
دو بچیاں ہیں وہ اسکول نہ جاتی  
پڑھتیں پاتی ہیں۔ یہاں کا  
بہت دور ہے۔ وہ دن کو اسکول  
شام میں واپس گھر آتی تھیں  
نانا مہر دیکھ کر کہتا تھا

یہ وہ انعام نہیں کر سکتی تھی۔ وہ بتاتی کہ صرف میری ہی  
 کامیابی ہمارے گاؤں کی کبھی بچوں کو ملے گی۔ پیشانی پر دھن کی پتی  
 سے دوڑ میں تعلیم کے سب سے زیادہ دوزیا جاتا ہے۔ لڑکا ہوا  
 دونوں کے لیے اہم ہے۔ لیکن افسوس اس بات کا ہے کہ بچی  
 ت سے محروم ہونے کی وجہ سے ہمارے بچے پیچھے رہ گئے  
 ناظرہ کبھی بچہ نہ لے سکتی تھی۔ ہونے کی وجہ سے ہمارے بچوں کی  
 کامیابی پر دُعا ہے۔ بچے کو پڑھانے کے لیے ہاتھ دیا اور دانش  
 ہے۔ آج وہ بچہ ہے۔ بچے کو بچہ کی تعلیم کی سہولیات سے ہونے  
 تعلیمی محکمہ اور محوری پیچیدہ محروم رہا۔ بچہ پر زور ہے  
 کر سکتی ہیں کہ ہمارے بچے اگر مل حاصل کرنے کی عمر ہیں

وہ کب کے آئے اور گئے بھی      نظر میں اب تک سمار ہے ہیں

تحریر: بشیر احمد قریشی

میرے قریبی ساتھی سابق ڈپٹی ایڈیٹر اعظمین غلام اسحاق خان (آزاد کم) مارچ ۲۰۱۷ء کو عاتقہ مبارک داغ مفارقت دے گئے تھے۔ پہلی بھئی بعد کی سبزی وحشی کے آغاز میں کشمیر کے بڑے تعلیمی ادارے سے دگرگی کا بیج پھر پھول بننے لگا۔ ایک انتہائی **outlook** کے مالک کی طرف منتقل کیا گیا اور ہم ایک جہان و قلاب ہو گئے۔ رفتہ رفتہ وحشی کا ساں ہو گئے ہیں پہلے جہاں چور جہاں جاں پھر جہاں جہاں ہوئیں۔

ان بولوں میں ہوش میں تعمیرِ حبِ فنون کا چلیقہ تھا، ہم علمِ ادبی کا کافی غریب تھے۔ ان کے ہم دروہ ان کے بچے اور بھائی کی مسائل میں ایسا ہی حیران و حائل بھی تھے۔ ان کے ساتھ درگاہِ کج کے آداب اور ہوش کے قیام و طعام کے آداب سیکھے۔ ایک سہیل پیرزادہ، ان کے زندگی کا ٹھکانہ تھا۔ میں حیران تھا کہ ان پیرازوں کے بیٹوں میں کس طرح و کش عادات و اطوار درکار اور حیا پر زبان اور آدابِ زندگی لڑکپن سے ہی وجودِ قائم موجود تھے۔

**I think this is transcendental education**

پھر ہم پوسٹ کی بجائے پیش میں بٹھیں اور ہول سے رہے۔ مرحوم بعد میں ریسرچ اسکالرشپ لے کر اور ان کی شخصیت پیوندیوں کی علمی اور انسانی تقریباً دو چاروں پر مبنی رہی۔ مرحوم شیعہ کے موقر اخبارات آفتاب میں ستم نظریف کے قتل کے کئی دنوں کے قتل کا قلم لکھتے تھے جس کی سیاسی سماجی علمی اور ادبی طغیانیوں میں بہت بڑی پراگندگی ہوئی تھی۔ جسے وائس راکٹ (wordwords) کی مشہور زمانہ نظم جو شیوں نے اپنے دوست کی جدائی پر لکھی ہے وہ تمام خصوصیات جن کا لاکھ (wordwords) لفظی علم میں گہرے ہیں۔ وہ تمام خصوصیات میرے دوست کی شخصیت میں بدرجہا موجود تھیں۔

جموں و کشمیر کے ضلع پونچھ کے گاؤں ہل کا کامیں صحت کا منظر نامہ

کرنا خطر کا ثابت ہو سکتا ہے گاؤں کے لوگوں کا بچا ہے کہ آج بھی بچے  
(1947ء) سے پھیلنے والے دور میں رہے ہیں بڑی بڑی دکان کے ساتھ یہ  
تعمیرات رہا ہے جب یہ دھواں مٹتا ہے۔ بہت بڑے بڑے دھوے  
کرتے ہیں۔ اور ان کے برعکس لوگوں کا استعمال پر ایک پانی نے کیا ہے  
دھو لینے کے لیے ایک دروازہ ہے اور اس جگہ سے یہ لڑ کر کہاں  
تعمیرات دھو جاتا ہے کہ اب کام ہونے لگا ہے۔ وہ دھو دھو کر پانی  
میں بھرنے کے لیے تھکتے تھے۔ ان کے ساتھ 10 گھڑیاں پولیس کی ہوتی تھیں  
اور ان کے بڑے پولیس تھیں۔ ان کے گھوڑے ان کی طرف ہمارے  
دور کا نظم ہیں۔ تھکتے ہیں۔ ساتھ ساتھ۔ سب کا کھانا۔ سب کا دھواں۔ کہاں  
وہ ایک نظم ہیں۔ یہ سب ان کے ہیں۔ ان کے لوگوں نے ان کی حالت  
حق کے لیے پراس اس احتجاج کیا تو ان راجدویر پونچھ سے ایک دستہ جناب  
جاتا ہے۔ کہ ان کی بڑی قربانی دینے کے بعد ان بھی اس گاؤں کی حالت  
اور سرکار کو اپنے گئے دھوے پورے کرنے ہوں گے۔ کیونکہ  
مشکل وقت میں برعکس لوگوں نے فوج کے ساتھ کاروائی سے کام چلانا  
کھڑے ساتھ رہا ہے۔

[illegible]

طالب علم: مولانا آزاد پبلیکیشنز اردو یونیورسٹی (شعبہ صحافت)

جہوں کشمیر کا وہ تاریخی قتل گاہوں جس نے جہوں کشمیر میں  
ہوں کے خلاف جمہوی طور پر ایک جنگ لڑی شاید اسی وجہ سے اس  
معدومستان میں مئی میں کرگل کے نام سے جانا جاتا ہے اور جب بھی اس  
منستے ہیں تو کرگل کے بعد دوسری سب سے بڑی جنگ یاد آتی  
جس کا نام تھا (vinash-sarp-Operation)

سرینگر  
وطن

کیا روس اور یوکرین کے درمیان جاری جنگ عالمی ایٹمی جنگ میں تبدیل ہوگی

روسیں اور یوکرین کے درمیان جاری خون ریز جنگ میں بڑے پیمانے پر چٹائی و بر بادی ہو رہی ہے۔ یوکرین کے معروف شہر کھلمکھلم پورے کے پورے تباہ ہو چکے ہیں۔ تاہم ابھی تک یوکرین کی راجدھانی کیف پوری طرح سے گری نہیں اور ابھی تک سے روسی فوجیوں کو مزاحمت کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے جس کے عوض میں روسی فوج کیف پر بڑے پیمانے پر بمباری کر رہی ہے۔ دنیا بھر کے کئی ڈیڑھ گھنٹے کے ٹیلی ویژن پروگراموں پر دکھایا گیا ہے کہ اگر یہ جنگ جلد از جلد ختم نہیں ہوتی ہے تو اس بات کے قوی امکان ہے کہ یہ عالمی ایٹمی جنگ کا روپ دھار کر سکتا ہے۔ کیونکہ خاپری طور پر یہ لڑائی یوکرین اور روس کے درمیان ہے مگر اصل رسم کشی تو روسی ہلاک اور امریکن ہلاک کے درمیان ہے۔ یوکرین کے وزیر خارجہ دمتریو کولبیا نے کہا ہے کہ روس کی جانب سے دارالحکومت کیف پر راکٹ برساتے جا رہے ہیں اور آخری بار اس طرح کی صورت حال کا سامنا اس وقت کرنا پڑا تھا جب جرمنی نے 1941ء میں حملہ کیا تھا۔ دمتریو کولبیا نے کہا کہ یوکرین نے اس وقت بھی دشمن کو شکست دی تھی اور اس مرتبہ بھی ایسا ہی کریں گے۔ انہوں نے دنیا سے مطالبہ کیا کہ روسی صدر پوٹن کو روکا جائے، روسیوں کو تنہا کیا جائے اور تعلقات منقطع کیے جائیں گے۔ یوکرین پر روس کے حملے کے اگلے روز کے گئے ٹوئٹ میں دمتریو کولبیا نے اس دور کا حوالہ دیا جب یوکرین سوویت یونین میں شامل تھا اور 22 جون 1941ء کو نازی جرمنی نے دوسری عالمی جنگ میں کیف پر حملہ کر دیا تھا۔ جرمنی کے اس اچانک حملے کے بعد غمگینی فوج نے یوکرین پر قبضہ کر لیا تھا۔ جرمنی کو اسٹالن گراؤ کی جنگ کے بعد 1943ء کے وسط میں یوکرین سے پسپا ہونا پڑا تھا۔ یوکرین پر روس کے حملے کے بعد جس طرح دمتریو کولبیا نے اس کا موازنہ دوسری عالمی جنگ کے واقعات سے کیا ہے اسی طرح عالمی سطح پر یہ سوال گردش میں ہے کہ کیا یوکرین پر روس کا حملہ تیسری عالمی جنگ کا آغاز ثابت ہوگا؟ اور اس کے ساتھ ہی سوشل میڈیا پر تیسری عالمی جنگ (WWIII) کے ٹرینڈز بھی چل رہے ہیں۔ مبصرین کے نزدیک یوکرین پر روس کے حملے اور دوسری عالمی کے آغاز میں کچھ مفاہمت باقی جاتی ہے لیکن اس تنازع کے عالمی سطح پر پھیلاؤ کے بارے میں وہ کئی مئی رائے کو قبول از وقت قرار دیتے ہیں۔

عالمی جنگ کا سطح ہو سکتی ہے؟

جب ہنگری فوج نے پولینڈ پر چڑھائی کی تو امریکہ کے سخت روزنامہ ناٹائم نے اسے 11 ستمبر 1939ء کے شمارے میں لکھا تھا "دوسری عالمی جنگ اس وقت شروع ہو گئی تھی جب گزشتہ ہفتے جمعہ کی ستمبر کو پولینڈ کے مقامی وقت کے مطابق) پانچ بج کر تیس منٹ پر جرمن طیاروں نے پولینڈ کے گاؤں پر بمباری کی تھی۔ اس حملے کے بعد پولینڈ کے اتحادیوں فرانس اور برطانیہ نے تین ستمبر کو جرمنی کے خلاف جنگ کا اعلان کر دیا تھا۔ اگرچہ یوکرین پر روس کے حملے کوئی گھنٹے گزر چکے ہیں اور کسی ملک نے اس کے خلاف مزاحمتیں کولیں۔ پھر بھی یہ سوال زور شور سے جا جا رہا ہے کہ کیا یہ تیسری عالمی جنگ کا آغاز ہے؟ روس کے حملے کے بعد یوکرین میں کیا صورت حال ہے؟ جوشو بولاک اس سوال کا جواب نفی میں دیتے ہیں۔ وہ جریدے "دی نان پریسیڈنٹ ریشن رپورٹ" کے مدیر ہیں اور بڑے پیمانے پر برٹانی پیپمانے والے ہتھیاریوں اور ان کی روک تھام سے متعلق امور پر امریکی حکومت کے مشیر بھی رہ چکے ہیں۔ واکس آف امریکہ کے اسٹیو برمن سے بات کرتے ہوئے بولاک کا کہنا تھا کہ اصل سوال یہ ہے کہ کیا یہ دوسری سرب جنگ کا آغاز تو نہیں۔ اس سوال کے جواب کا انحصار اس بات پر ہے کہ روس پر کب تک پوٹن کی حکمرانی رقی ہے۔ شہنشاہ کیونیورسٹی میں تاریخ کی ایسوسی ایٹ پروفیسر لوک ویک بھی اس رائے سے متفق ہیں۔



## انٹریوں کی سوزش سے کیسے محفوظ رہیں؟

ورنہ بدن کمزوری میں مبتلا ہو کر مزید امراض کے ترغیب میں آنے کے خدشات سر اٹھانے لگتے ہیں۔

اتریوں میں سوزش کب اور کیسے پیدا ہوتی ہے؟  
فی زمانہ میدے سے بنی غذا کیں، فارمولا دو دو،

اس وقت ڈور، چار سائے اور کچھ بیچھڑات کا بے پروا  
 کھانا تھا۔ استعمال پر چارے سے بعد اور چاروں کی سوتھی سمیت  
 چاروں کی سائے کا چارے میں خیراتیں کی سوتھی سمیت  
 چارے میں خیراتیں کی سوتھی سمیت  
 چارے میں خیراتیں کی سوتھی سمیت

[illegible]

کی کوشش کرنی چاہیے ورنہ اس کا پھیلاؤ انٹریوں کے کینسر کا باعث  
 بھی بن سکتا ہے۔

میں استعمال کر کے معدے اور انٹریوں کی سوزش سے چھٹکارا پایا جا  
 سکتا ہے۔

سفوف السری ادھی چچی ہر کھانے کے درمیان کھانے سے دو چار ہفتوں میں ہی ان تریوں کے السر سے بجات میسر آتی ہے۔ علاوہ ازیں سوفن ایک چٹکی، زیرہ سفید ایک چٹکی اور الائچی سبز ایک چمچ کا پاؤ دودھ میں اچھی طرح پکا کر پینے سے بھی افاقہ ہوتا ہے۔ دار چینی اور ہلدی بھی اندرونی زخموں اور سوزش کے خاتمے کے لیے بے حد مفید مائی جاتی ہیں۔ ان کا مناسب مقدار منہ پر کھانے کے بعد استعمال کرنے سے السر کی کیفیت سے نجات مل جائے گی۔ ماہر معالج اور غذا و غذائیت پر دسترس رکھنے والے سے مل کر اپنی غذا، دوا اور پریہیز تجویز کروایا جاسکتا ہے۔

[illegible]

گھریلو علاج

انٹڑیوں کی سوزش سے نجات حاصل کرنے کے لیے انتہائی احتیاط اور کوشش کرنا پڑتی ہے۔ پانی ہمیشہ ابال کر پیا جائے۔ بطور گھریلو علاج انٹڑیوں کی سوزش کے لیے انار کھانا بہترین فوائد کا حامل ثابت ہوتا ہے۔ اسی طرح مرہبہ آملاہ اور مرہبہ بھی شادانہ نتائج کے حامل گھریلو اجزاء میں شامل ہیں۔ 50 گرام تک مرہبہ یا آملاہ دن میں ایک بار اچھی طرح دھو کر کھانے کا معمول بنانے سے انٹڑیوں کی سوزش سے آفاقہ ملتا ہے۔ اسی طرح بیل گری کا پھل بھی انٹڑیوں کے ورم میں نفع دینے کا مفید ثابت ہوتا ہے۔ میچک

[illegible]

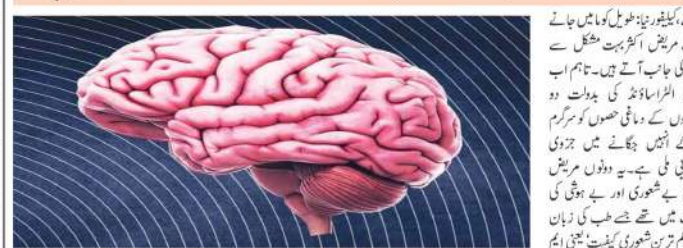
مصلح تنازعات سے 63 کروڑ  
خواتین اور بچوں کی صحت متاثر ہے، رپورٹ



ان: علاقائی جموں، چھوٹی سیل، مسلح  
ہونے اور ان کے ساتھ ساتھ ہونے کی خبریں  
6 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں  
10 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں  
15 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں  
20 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں  
25 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں  
30 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں  
31 مارچ کو ان کے ہونے کی خبریں

[illegible][illegible][illegible][illegible]

کو ما میں مبتلا دو مریضوں کو الٹر اسائونڈ سے جگانے میں جزوی کامیابی



اپنے اثرات مرتب ہوئے۔  
 ان خیزیدوں کے نام شائے  
 وہ تصور ہیں ان کی جانب  
 سے اصرار کرنے کا ایک  
 تھیں جس کی ہرگز کوئلے سے پیچھے  
 اور اپنی شناخت پر بال یا جان  
 کے دوسرے 50 سالہ  
 قدر سے کم کسی  
 حاکمی ملک اس کی نسبت

میں جھلا ہونے کے بعد جب آپس  
 افراساتوئے کے اڑا کر تو وہ بات  
 چیت سننے لگی اور نکھار اچھل کے  
 درمیان سفر کی ہر محسوس کرنے  
 لگی۔ سناؤندوں نے اس کا حق کو  
 بہت پر امید قرار دیتے ہوئے اسے  
 اچھا لکھنا دیکھا ہے۔ تاہم اس پر مزید  
 تحقیق جاری ہے۔ تحقیق کی تعویذ کی  
 ایکسپریس میں کی ہے۔

1990

گزارا گیا۔ اس میں سے ایک مریض کو کئی روز تک ہوا۔ انہی میں سے چار مریضوں میں شوکر کے غیر متسلل دینے پر آثار ہوئے۔ دو مریض نے ہر اکھوں کے پتے ملائے۔ اور دیکھا کہ کڑواہٹ سے شکر کے پتے ملائے۔

تیسرے تجربے میں **14** ماہ سے مریض اس میں شوکر کے پتے ملائے۔

تمباکو نوشی کے عادی افراد میں کورونا کی بیماری تباہ کن ثابت ہو سکتی ہے

اندر ان ایک نئی تحقیق میں ثابت ہوا ہے کہ سرگرمیت سے اپنے دل اور فرائی کو بڑا - 19 کی علامتیں پیدا ہوا جن کی ثابت ہوئی ہیں اور یہ اس کے سوت کی جانب جانے کے امکان میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ سراسر ایک تجربے کے طور پر میں لکھتا ہوں کہ اندرون کا تحقیقی مقادیر میں ہوا سے میں بخوبی کیا گیا ہے کہ سرگرمیت سے جان کی افراد کو بڑے 19 فیصد زیادہ خوش ہے وہ جانے ہیں۔ اس تحقیق میں گزشتہ 24 گھنٹہ اور اس کے لیے جانکا یا کارڈ کیا گیا۔ اس میں سے حاصل ہونے والے اعداد و شمار کے ہوتے ہیں کہ عام افراد میں 14 فیصد زیادہ خطرہ وجود ہے ان لوگوں میں عام افراد کے مقابلے میں پانچ سے زیادہ حالات کا امکان 29 فیصد اور 14 فیصد سے زیادہ علامات کی اطلاع کا امکان 50 فیصد زیادہ۔ تحقیق میں یہ کیا گیا ہے کہ سرگرمی کرنے والوں کے مقابلے میں سرگرمیت سے فوری کے جانکی افراد کے یہ سہاگل میں داخل ہونے کا امکان دو گنا زیادہ ہوتا ہے اور اس میں اجتماعی نگہداشت کے افراد میں داخلے اور دھکیلی لڑکی کی ضرورت پہلے سے پانچ سے دو گنی اور اندرون کا جانکی تو جانتے ہیں اور جو جانتے ہیں اسے سخت جان کیے اور ان کی مدد کی طلب کی۔

افلان شاہ کپ: ہندوستان آخری قدم پر لڑکھڑا گیا، فائنل میں بلجیم نے ہرایا



حقمی، چنانکہ اسے آغاز میں ہی علیم،  
دورانِ کیم کے بچپن اصرار میں  
ذہن پر ہے ایک بچہ تو ایک بچہ  
قریب تھا کہ برستی کو دیکھا کہ  
وہ چھوٹے چھوٹے چھوٹے  
دوستوں کے ساتھ چلنے کو چاہتا  
ہوئے چلنے لگا۔ اس نے اپنے  
بچپن کی قیادت میں اپنے  
مستور کو، بدھتائی میں نے  
لجائی میں ہر، بچہ کے  
لجائی نکازی کے جوہر کے  
موانع میں، بدھتائی میں

نئی دہلی (اے این این) بیہیم نے سخت  
اور تیز مخالفانہ رد بدستوں کا ایک  
مقررے گفت سے سرگرمی اظہار کیا۔  
شاہ کپور کا چارہ اچھا ہے نہ کم کریا۔  
کچھ کا چارہ اور فیصلہ کم کر لیا  
اسلئے کہ وہ اس وقت میں  
اس وقت کا چارہ بیہیم نے خاندانِ رحم  
سمو کے ذریعہ بدستوں پر دفع کیا  
ہوگا۔ بیہیم نے سب سے بڑی شکایت  
بیہیمی اسی ہوتی ہے کہ بیہیم نے  
صرف بیہیمی شرکت کی اس سے  
۱۸۰۰ء میں بیہیم نے سب سے  
بڑی شکایت کی تھی کہ بیہیم نے  
بدستوں میں بیہیم کا دوسرا  
جب اس کا کل میں شکست کا سامنا  
کرنا چاہا۔ بدستوں نے آخری بار  
۱۸۰۲ء میں بیہیم کو روک دیا  
سے فاصل پار کیا تھا۔ خطبات کے  
ساتھ بدستوں بدستوں کی بدستوں  
دوری کی بدستوں کی بدستوں کی  
اس کی آخری بدستوں ۱۸۰۰ء میں آئی

## شہ من گل کا بی سی سی آئی سینٹر آف ایکسیلنس میں صحت یابی کا عمل



کاؤر  
ہو رہا  
کے  
نہ  
ہند  
ہوئی۔

جائے۔ ہندوستان بچے کے پاکستان کے اہل راہیل  
نے جوئی اہل راہیل کے خلاف ہندو راہی کی سٹی کی  
ہند ہے کہ اگر آخر میں نہ ہوں ہوں، لیکن گنہ  
ہاڑوں نے اہل راہیل سے ہند کی ہر گشت ہوتے  
کامیابی راہی۔ جوئی اہل راہیل کو ہند گشت  
ہند کے ہند کے اہل راہیل ہے کہ اگر میں

راؤس میں دوسرے ٹیٹ کے دوران نہیں  
میں راہیل میں ہند کی ہند کی ہند کی ہند  
نہ صرف دہشت گشت ہے ہند ہند کی ہند  
ہند ہے ہند ہے ہند ہے ہند ہے ہند ہے ہند ہے  
ہند کی ہند کی ہند ہے ہند ہے ہند ہے ہند ہے  
ہند کی ہند کی ہند ہے ہند ہے ہند ہے ہند ہے  
ہند کی ہند کی ہند ہے ہند ہے ہند ہے ہند ہے

[illegible]

## آسٹریلیائی کرکٹر گلین میکسویل کا آئی پی ایل نہ کھیلنے کا اعلان

[illegible]

نی دہلی (ایم این این) : آئینہ سبز کے استاد کرکٹر کلین میگوں نے آئی بی ایل دھیلنے کا اعلان کر دیا۔ سول ہینڈا پوسٹ میں سبز آئی بی ایل دھیلنے میگوں نے آئی بی ایل کی پچودہ سالہ راڈر کاٹھن میگوں نے آئی بی ایل دھیلنے کا اعلان کیا ہے۔ کلین میگوں نے آئی بی ایل آٹھن میں جام نہ دینے کی فیصلہ کیا ہے۔ خوش نصیب ہوں کرنگی وولڈنگ ٹھانڈا ہوں کے ساتھ کھیلنا۔ آئینہ سبز راڈر کرکٹ میں مزید کام کے سپورٹ کے سبب کرکٹ ٹیم کو ہزاروں روپے کی مدد سے کہ اس نے جنوبی افریقہ کے سابق کپتان فاف

جونیر ورلڈ کی ہاکی: آج ہندوستان اور سوئزرلینڈ آمنے سامنے

[illegible][illegible][illegible]

عثمان خواجہ انگلینڈ کے خلاف دوسرے ایشیئر ٹیسٹ سے باہر  
 اشون نے ملے بازوں میں حارحانہ سوچ پیدا کرنے کیلئے پورا کرڈٹ رائل دراوڈ اور روہت شرما کو دبا

[illegible][illegible]

دینی (ایم این اے) آخر دنیا کے  
اوپر عثمان غنی کو خلیفہ کے  
عہد کا آغاز ۵۰۲ھ میں شروع  
کے وقت کے دوسرے اہل سنت  
پارہ ہو گئے ہیں۔ اہل سنت و  
سنت کے مطابق عثمان غنی کے دور  
میں سیرت کے لیے کچھ کے  
چھٹ گئی جس کے اہل سنت و  
صحت باب نہ ہے۔ آخر سیرت  
میکمل نہ ہو سکی۔

ڈویلپمنٹس اور میک لافلن ورلڈ ایجوکیشن آف دی ایئر منتخب

[illegible]

## دھرمیندر کی آخری رسومات میں جلد بازی کیوں کی گئی؟



تھی (ایم این این) کی دلی رو سے ہی میں نے حضرت سیدنا محمد کو نبی اعلان کیا۔ ان کی موت کے چوتھ بعد ان کے خاندان نے اسلام کا آخری سید پیدا کیا۔ ان کے بعد سے لوگوں نے اس سید پر رسول اللہ کی آخری رسومات کی اجازت نہیں دی تھی؟ اب دیکھو خاندان کے قرین فیاض برائی کی ایک سبب مکمل طور پر ظاہر ہو رہی ہے۔