صفحہ 03 دوسری جنگ عظیم کی برسی: پوتن نے ۸اور ۹مئی کو جنگ بندی کا اعلان کیا

WATTAN
The Urdu Daily

روزنامہ
وطن
بڈگام

صفحہ 08 ایران کو بڑا دھچکا، علی قلی زادہ ورلڈ کپ سے باہر

بدھوار
06 مئی 2026
WEDNESDAY
06 MAY - 2026

The Urdu Daily WATTAN Budgam | RNI No. JKURD/2011/37141 | قیمت: 02 روپے | صفحات: 08 | شمارہ نمبر: 106 | جلد: 16


# لیفٹننٹ گورنر بڈگام میں میگا پد یاترا میں شامل، منشیات اسمگلروں کیخلاف بھرپور کارروائی کا عہد

# منشیات کی لت صرف صحت کا مسئلہ نہیں، یہ قومی سلامتی کا بھی بحران

## جہاں بھی ممکن ہوگا ہر گاؤں اور شہر میں غیر رسمی ''والدین بریگیڈ'' قائم ہوگا/ منوج سنہا

سرینگر،05 مئی ،سی این آئی ،بڈگام کے ہر خاندان، سماجی تنظیم، روحانی اور سیاسی رہنماؤں سے ضلع بھر میں منشیات سے پاک جموں وکشمیر مہم کو تیز کرنے کی اپیل کرتے ہوئے لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے یقین دلایا کہ انتظامیہ اور اس کی پوری طاقت منشیات کے خاتمے کے لیے پرعزم ہے۔سی این آئی کے مطابق لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے منشیات سے پاک جموں وکشمیر مہم کے ایک حصے کے طور پر بڈگام میں ایک بڑی عوامی تحریک میں شمولیت اختیار کی اور شہریوں کو یقین دلایا کہ انتظامیہ کا ہر بازو اس مسئلے کا مقابلہ کرنے اور اس خطرے کو مؤثر طریقے سے ختم کرنے کے لیے عزم اور اتحاد کے ساتھ کام کرے گا۔ لیفٹننٹ گورنر نے بڈگام کے ہر خاندان، سماجی تنظیم، روحانی اور سیاسی رہنماؤں سے ضلع بھر میں منشیات سے پاک جموں وکشمیر مہم کو تیز کرنے کی اپیل کی اور انہیں یقین دلایا/102

## وائٹ نائٹ کور کے جنرل کمانڈنگ آفیسر کا بسنت گڑھ کا دورہ

سرینگر،05 مئی ،اے پی آئی ،وائٹ نائٹ کور کے جنرل آفیسر کمانڈ کا بسنت گڑھ کا دورہ، فوجی دستوں کے حوصلے اور پیشہ وارانہ صلاحیتوں کی ستائش کی ۔ اے پی آئی نیوز کے مطابق وائٹ نائٹ کور کے جنرل آفیسر کمانڈ لیفٹیننٹ جنرل پی کے مشرا نے ادھمپور ضلع کے بسنت گڑھ علاقے کا دورہ کر کے حفاظتی صورتحال اور آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا ۔ اس موقعہ پر ان کے ہمراہ کونٹر انسرجنسی فورس ( سی آئی ایف ) ڈیلٹا کے جے او سی میجر جنرل اے پی ایس بال بھی ان کے ہمراہ تھے ۔ فوجی ترجمان کے مطابق لیفٹیننٹ جنرل نے موجودہ سیکورٹی نظام/101

## این ڈی پی ایس مقدمات میں مطلوب اننت ناگ میں منشیات فروش خاتون گرفتار

## نشہ مکت جموں وکشمیر مہم کے تحت سرینگر میں منشیات فروش کی 1.20 کروڑ روپے کی جائیداد ضبط

سرینگر،05 مئی ،سی این آئی ،حکومت نے یوٹی بھر میں نشہ مکت جموں کشمیر ابھیان کے تحت منشیات کی اسمگلنگ کے خلاف کریک ڈاؤن کو تیز کرتے ہوئے، اننت ناگ پولیس نے منشیات کے متعدد معاملات میں ملوث ایک بدنام خاتون منشیات فروش کو گرفتار کیا اور اس کے قبضے سے ممنوعہ اشیاء ضبط کیں۔ ادھر منشیات کی اسمگلنگ کے خلاف اہم کریک ڈاؤن میں سرینگر پولیس نے بدنام زمانہ منشیات فروش کی تقریباً 1.20 کروڑ روپے کی غیر منقولہ جائیداد ضبط کر لی ہے۔سی این آئی کے مطابق پولیس پوسٹ ڈیلگام کی ایک پولیس پارٹی نے لالن بائی پاس پر معمول کے مطابق ناکہ چیکنگ پوائنٹ قائم کیا تھا۔ چیکنگ کے دوران ایک خاتون کو بونہ ڈیلگام سے لالن کی طرف آتے دیکھا گیا۔ پولیس پارٹی کو دیکھ کر اس نے شک پیدا کرتے ہوئے موقع سے فرار ہونے کی کوشش کی۔ تاہم الرٹ ناکہ پارٹی نے تیزی اور تدبر سے کام لیا، اور اسے موقع پر ہی کامیابی سے گرفتار کر لیا۔ تلاشی کے دوران اس کے قبضے سے ممنوعہ مادہ، بظاہر ہیروئن جیسی نوعیت کا تھا، برآمد ہوا۔ مسلسل پوچھ گچھ پر، اس نے اپنی/103

# وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے بجٹ کی عمل آوری کا جائزہ لیا

## اہم اقدامات کو تیز کرنے پر زور

سری نگر،رانفو،روزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے مالی برس 2026-27 کے بجٹ اعلانات کے بعد سول سیکرٹریٹ میں ایک اعلیٰ سطحی میٹنگ کی صدارت کی تاکہ جموں وکشمیر کے لوگوں کو فلاحی سکیموں کی بروقت فراہمی پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے کلیدی بجٹ اقدامات پر تیزی سے عمل درآمد کیا جا سکے۔ میٹنگ میں نائب وزیر اعلیٰ سریندر کمار چودھری، وزراء سکینہ ایتو، جاوید رانا، جاوید ڈار اور ستیش/104

## انجینئر رشید کو 10 مئی تک ایمز میں والد سے ملنے کی اجازت مل گئی/ دہلی ہائی کورٹ

سرینگر،05 مئی ،سی این آئی ،ٹیرر فنڈنگ کیس میں دس روزہ عبوری ضمانت پر رہا بارہمولہ کے ممبر اسمبلی انجینئر رشید کو ایک اور راحت دیتے ہوئے دہلی کی عدالت نے حکمنامہ میں ترمیم کرتے ہوئے انہیں 10 مئی تک ایمز نئی دہلی میں زیر علاج والد سے ملنے کی اجازت دی ۔سی این آئی کے مطابق دہلی ہائی کورٹ نے بارہمولہ کے جیل میں بند رکن پارلیمنٹ شیخ عبدالرشید عرف/105

# متحدہ عرب امارات پر حملوں میں بھارتی شہریوں کا زخمی ہونا قابل مذمت

## بات چیت اور سفارت کاری تمام مسائل کا پرامن حل/ وزیر اعظم مودی

سرینگر،05 مئی ،سی این آئی ،متحدہ عرب امارات پر میزائل اور ڈرون حملوں میں تین بھارتی شہریوں کے زخمی ہونے کے بعد اس کی مذمت کرتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی نے کہا کہ ہندوستان متحدہ عرب امارات کے ساتھ مضبوط یکجہتی میں کھڑا ہے اور بات چیت اور سفارت کاری کے ذریعے تمام مسائل کے پرامن حل کے لیے اپنی حمایت کا اعادہ کیا۔سی این آئی کے مطابق وزیر اعظم نریندر مودی نے متحدہ عرب امارات پر حملوں کی شدید مذمت کی ہے جس میں تین ہندوستانی شہری زخمی ہوئے تھے۔انہوں نے کہا کہ شہریوں اور انفراسٹرکچر کو نشانہ بنانا ناقابل قبول ہے۔انہوں نے کہا کہ ہندوستان متحدہ عرب امارات کے ساتھ مضبوط یکجہتی میں کھڑا ہے اور بات چیت اور سفارت

کاری کے ذریعے تمام مسائل کے پرامن حل کے لیے اپنی حمایت کا اعادہ کیا۔انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ آبنائے ہرمز کے ذریعے محفوظ اور بلا رکاوٹ نیویگیشن کو یقینی بنانا علاقائی امن، استحکام اور عالمی توانائی کی سلامتی کے لیے بہت ضروری ہے۔ ایکس پر ایک پوسٹ میں وزیر اعظم مودی نے لکھا'' متحدہ عرب امارات پر حملوں کی شدید مذمت کرتا ہوں جس کے/106

J&K Bank
Serving To Empower
YOUR BANK SINCE 1938

THE JAMMU & KASHMIR BANK LIMITED
CIN : L65110JK1938SGC000048

J&K Bank Credit Cards
To Apply for Credit Card Online
Scan Here


**FINANCIAL RESULTS FOR THE QUARTER AND YEAR ENDED 31ST MARCH, 2026**

**KEY RATIOS (YOY)**: Net Profit Growth 36.48 % | Return on Assets 1.78 % | Gross NPA 2.50 % | Net NPA 0.64 % | Capital Adequacy Ratio 16.55 % | Provision Coverage Ratio 90.33 %

(₹ in Lakh)

| S.No | PARTICULARS | STANDALONE | | | | | CONSOLIDATED | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | QUARTER ENDED | | | YEAR ENDED | | QUARTER ENDED | | | YEAR ENDED | |
| | | 31.03.2026 (AUDITED) | 31.12.2025 (REVIEWED) | 31.03.2025 (AUDITED) | 31.03.2026 (AUDITED) | 31.03.2025 (AUDITED) | 31.03.2026 (AUDITED) | 31.12.2025 (REVIEWED) | 31.03.2025 (AUDITED) | 31.03.2026 (AUDITED) | 31.03.2025 (AUDITED) |
| 1 | Total income from operations (net) | 3,53,106 | 3,59,135 | 3,61,353 | 14,08,505 | 13,66,622 | 3,53,579 | 3,59,532 | 3,61,659 | 14,10,138 | 13,68,157 |
| 2 | Net Profit/ (Loss) for the period (before Tax, Exceptional and/or Extraordinary items) | 86,052 | 80,606 | 80,918 | 2,95,788 | 2,93,370 | 86,233 | 80,720 | 80,967 | 2,96,358 | 2,93,868 |
| 3 | Net Profit/ (Loss) for the period before Tax, (after Exceptional and/or Extraordinary items) | 86,052 | 80,606 | 80,918 | 2,95,788 | 2,93,370 | 86,233 | 80,720 | 80,967 | 2,96,358 | 2,93,868 |
| 4 | Net Profit/ (Loss) for the period after Tax, (after Exceptional and/or Extraordinary items) | 79,780 | 58,673 | 58,454 | 2,36,348 | 2,08,246 | 79,856 | 58,149 | 58,191 | 2,35,951 | 2,08,179 |
| 5 | Total Comprehensive Income for the period {Comprising Profit/(Loss) for the period (after tax) and Other Comprehensive Income (after tax)} | Refer Note No. 2 | | | | | Refer Note No. 2 | | | | |
| 6 | Paid up Equity Share Capital | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 | 11,013 |
| 7 | Reserves (excluding Revaluation Reserve) as shown in the Audited Balance Sheet of previous year | | | | | 12,90,312 | | | | | 12,85,949 |
| 8 | Securities Premium Account | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 | 2,91,950 |
| 9 | Net Worth(excl. intangible assets, revaluation reserve & DTA*)) | 1504586* | 14,52,547 | 13,01,326 | 1504586* | 13,01,326 | 1479550* | 14,27,462 | 12,96,962 | 1479550* | 12,96,962 |
| 10 | Paid up Debt Capital/Outstanding Debt | 2,38,100 | 2,38,100 | 2,38,100 | 2,38,100 | 2,38,100 | | | | | |
| 11 | Outstanding Redeemable Preference Shares | - | - | - | - | - | | | | | |
| 12 | Debt Equity Ratio | 0.16 | 0.16 | 0.18 | 0.16 | 0.18 | | | | | |
| 13 | Total Debts to total assets | 0.02 | 0.01 | 0.01 | 0.02 | 0.01 | | | | | |
| 14 | Operating Margin (%) | 25.79% | 21.73% | 22.14% | 21.20% | 21.44% | | | | | |
| 15 | Net Profit Margin (%) | 22.59% | 16.34% | 16.18% | 16.78% | 15.24% | | | | | |
| 16 | Earnings Per Share (before extraordinary items) (₹ 1/- each) for continuing and discontinued operations | | | | | | | | | | |
| | Basic : (* not annualized) | 7.24* | 5.33* | 5.31* | 21.46 | 18.91 | 7.25* | 5.28* | 5.28* | 21.42 | 18.91 |
| | Diluted : (* not annualized) | 7.24* | 5.33* | 5.31* | 21.46 | 18.91 | 7.25* | 5.28* | 5.28* | 21.42 | 18.91 |
| 17 | Capital Redemption Reserve | - | - | - | | - | | | | | |
| 18 | Debenture Redemption Reserve | - | - | - | | - | | | | | |

**Note:**
1. The above is an extract of the detailed format of quarter and year ended Financial Results filed with the Stock Exchanges under Regulation 33 and Regulation 52 of the SEBI (Listing obligation and Disclosure Requirements) Regulations, 2015. The full format of the quarter and year ended Financial Results are available on the Stock Exchange websites. www.nseindia.com, www.bseindia.com and on Bank's website https://jkb.bank.in/Investor/financial-information/financial-results
2. Information relating to Total comprehensive Income and Other Comprehensive Income is not furnished as Ind AS is not yet made applicable to Banks.

For and on behalf of the Board

AMITAVA CHATTERJEE
Managing Director & CEO
DIN : 07082989

Place : Srinagar
Dated : 5th May, 2026

NB-388-26

# آخری مغل تاجدار کی زندگی کا اختتام رنگون میں دورانِ اسیری ہوا

عرفان احمد بیگ

ہندوستان میں اگرچہ ہندو اکثریت تھی مگر تقریباً ایک ہزار سال تک برصغیر پر مسلمانوں کی حکومت رہی۔ یہاں پہلا مسلمان حکمران 17 سالہ محمد بن قاسم تھا، جس نے جنوبی ہندوستان کے علاقوں سندھ، پنجاب اور بلوچستان کے علاقے لسبیلہ پر 712ء میں حکومت قائم کی تھی مگر یہ حکومت صرف تین سال تک قائم رہی۔ محمد بن قاسم نے یہاں ہندو راجہ داہر کو شکست دی جس کی یہاں ہندو حکومت تھی اور یہاں جو دوسری اکثریت تھی وہ بدھ مت کے ماننے والے تھے جو راجہ داہر کے ظلم وستم کے شکار تھے۔

اس دور میں جب یہاں سے محمد بن قاسم کے جانے کے کچھ عرصے بعد دوبارہ ہندو حکومت قائم ہو گئی تھی تو سنٹرل ایشیا، ایران اور افغانستان میں اسلام آچکا تھا اور ایران میں آتش پرست اور افغانستان اور ایران سے ملحقہ علاقے جو آج کے پاکستانی علاقوں ہیں ان میں ہندو اور بدھ آبادی بعد کے آنے والے دنوں میں جب غزنوی اور غوری دور کا آغاز ہوا تو ہندو اور بدھ مت مذاہب کے ماننے والے مسلمان ہونے لگے اور بہت سے مرکزی ہندوستان اور دوسرے علاقوں میں منتقل ہونے لگے۔

ہندوستان کے قدیم معاشرے کا یہ المیہ رہا کہ یہاں ہندو مت جو ابتدا میں معاشرے میں اشتراک کار کے لحاظ سے چار طبقات، برہمن، کشتری، ویش اور شودر میں بانٹا گیا تھا وہ ذات پات کے ظالمانہ نظام میں تبدیل ہو گیا۔

اس وقت بھارت کی کل آبادی 1 ارب 40 کروڑ سے زیادہ ہے۔ بنگلہ دیش کی کل آبادی تقریباً 17 کروڑ ہے اور اس آبادی میں مسلم آبادی کا تناسب 91.04% ہے ہندو آبادی کا تناسب 7.95% بدھ مت آبادی کا تناسب 0.61% جب کہ عیسائی آبادی 0.30% ہے۔

پاکستان کی کل آبادی 23 کروڑ کے قریب ہے، جس میں مسلم آبادی کی تناسب 96.47% ہے ہندو آبادی کا تناسب 2.14% اور عیسائی آبادی کا تناسب 1.27 فیصد ہے یوں اس وقت برصغیر یا جنوبی ایشیا یعنی پاکستان، بنگلہ دیش اور بھارت کی مجموعی آبادی ایک ارب 80 کروڑ سے زیادہ ہے۔

اس میں کل مسلم آبادی 55 کروڑ سے زیادہ ہے یوں مسلم آبادی کا تناسب اس وقت جنوبی ایشیا یعنی پاکستان، بھارت اور بنگلہ دیش میں 30% ہے اس وقت دنیا کی کل آبادی ساڑھے سات ارب سے کچھ زیادہ ہے 2020ء کے اعداد وشمار کے مطابق اس آبادی میں مذہبی اعتبار سے عیسائی آبادی 2.38 ارب ہے دوسرے نمبر پر مسلم آبادی 1.91 ارب ہے تیسرے نمبر پر ہندو ہیں جن کی مجموعی آبادی 1.16 ارب ہے اور چوتھے نمبر پر بدھ مت کے ماننے والے ہیں۔

جن کی کل آبادی 50 کروڑ 70 لاکھ ہے یہاں جنوبی ایشیا اور عالمی سطح پر آبادی کے اعداد وشمار پیش کرنے کی ایک وجہ یہ ہے کہ آپ یہ دیکھیں کہ ہندوستان میں ہندو مت کے مقابلے میں بدھ مت اور جین مت جیسے مذاہب ترقی نہ کر سکے بلکہ یہاں سے ان مذاہب کا تقریباً خاتمہ کر دیا گیا مگر دین اسلام نے یہاں گہرے اثرات مرتب کئے ہیں اور گذشتہ ایک ہزار برس کے دوران جنوبی ایشیا میں مسلمانوں کی نہ صرف تعداد میں اضافہ ہوا بلکہ برصغیر کے معاشرے پر گہرے تہذیبی، سماجی، ثقافتی، ادبی، سیاسی اثرات مرتب کئے ہیں۔

1857ء کی جنگ آزادی جو اُس وقت غدر کہلایا یہ ایک ایسا موڑ تھا جہاں مسلمانوں کی سلطنت کا باقاعدہ خاتمہ ہو گیا، لیکن یہ بھی ضروری ہے کہ ہم یہاں مسلمانوں کی سلطنت کے آغاز کا جائزہ لیں۔ اگرچہ برصغیر میں پہلے محمد بن قاسم آیا مگر اُس کے اقتدار کا دورانیہ صرف تین سال رہا ہے یعنی یہاں اسلام براہِ راست نہیں آیا بلکہ ہندوستان میں آنے سے پہلے اسلام سنٹرل ایشیا، افغانستان اور ایران اور اس کے بعد یہاں سے مسلمان فاتحین ہندوستان میں داخل ہوئے۔

جس کی ترتیب یوں ہے کہ 12ویں صدی عیسوی میں غزنوی اور غوری ہندوستان آئے دہلی کی مملوک سلطنت 1206ء سے 1290ء اس کے بعد خلجی سلطنت 1290ء سے 1320ء تک رہی پھر تغلق خاندان کا اقتدار 1321ء سے 1414ء تک رہا سادات دہلی کا اقتدار 1414ء سے 1451ء تک رہا اس کے بعد لودھی سلطنت 1451ء سے 1526ء تک رہی جب امیر تیمور کی نسل سے تعلق رکھنے والے ظہیر الدین بابر نے ابراہیم لودھی کو شکست دے کر ہندوستان میں مغلیہ سلطنت کی بنیاد ڈالی جو اکبر اعظم کے عہد 1556ء سے 1605ء تک مالی، معاشی، اقتصادی، سیاسی اور دفاعی لحاظ سے بہت مضبوط رہی مگر نور الدین جہانگیر کے عہد 1605ء تا 1627ء سے کمزور ہونے لگی اکبر اعظم اگرچہ اسلامی عقائد کے اعتبار سے بہتر نہیں تھا مگر اُس نے ہندوستان کو اس وقت کی دولت مند اور خوشحال سلطنت بنا دیا تھا۔

اکبر کو بعض مورخین کنجوس شہنشاہ بھی کہتے ہیں۔ جہانگیر ایک عیاش اور شاہ خرچ بادشاہ تھا جس نے اپنے باپ کے جمع شدہ خزانہ کو نہ صرف دل کھول کر خرچ کیا بلکہ بیماری شہزادی کے انگریز ڈاکٹر سے کامیاب علاج کروانے پر ساحل پر کئی میل طویل علاقے انعام مانگنے پر دے دیا۔ اسی طرح شاہجہان جس کا عہد حکومت 1627ء تا 1657ء تھا اُس نے بے پناہ دولت عمارتوں کی تعمیر پر خرچ کی۔

صرف تاج محل پر اُس زمانے میں ایک کروڑ روپے خرچ آیا۔ واضح رہے کہ اُس زمانے کے ایک روپے کی قیمت آج کے ایک لاکھ روپے کے برابر تھی۔ یہ محل شاہجہان نے اپنی پسندیدہ ملکہ ممتاز محل کی وفات پر اُس کی یاد میں بنوایا تھا جس سے اُس کے چودہ بچے پیدا ہوئے تھے۔

چودویں بچے کی پیدائش پر ملکہ کا انتقال ہو گیا شاہجہان ہی کے عہد میں شہزادوں کے درمیان جنگِ تخت نشی ہوئی اور نگ زیب نے فتح پائی بھائیوں کو قتل کیا اور باپ کو قید کر لیا اورنگ زیب نے دکن اور دیگر مہمات، جنگوں میں بے تحاشہ روپیہ خرچ کیا اس کا عہد 1658ء سے 1707ء تک رہا لیکن اس کی وفات کے بعد ہندوستان کی مغلیہ سلطنت کمزور ہو کر بکھرنے لگی اور آہستہ آہستہ آزاد اور خودمختار ریاستیں بھی وجود میں آنے لگیں اورنگ زیب کے بعد بہادر شاہ اول، جہاندر شاہ، فرخ سیر، رفیع الدین پھر محمد شاہ رنگیلے کا پہلا دور 1719-20ء رہا پھر ابراہیم شاہ کے بعد محمد شاہ رنگیلے کا دوسرا دور 1720ء سے 1748ء تک رہا۔ اسی دوران ایران کے بادشاہ نادر شاہ افشار نے 1838ء میں ہندوستان پر حملہ کر کے ہندوستان کو برباد کر دیا۔

وہ یہاں سے شاہجہان کا بنایا ہوا قیمتی تخت طاؤس اور دنیا کا مشہور ہیرا کوہ نور سمیت کئی ارب ڈالر کا خزانہ لوٹ کر لے گیا اور ساتھ ہی افغانستان کابل سے ہندوستان کے مغلیہ خاندان کی حکومت ختم ہو گئی اور افغانستان ایران کا حصہ بن گیا۔ 1747ء میں نادر شاہ کو قتل کر دیا گیا تو احمد شاہ ابدالی نے افغانستان میں اپنی حکومت بنالی احمد شاہ ابدالی نے 1748ء سے 1761ء تک ہندوستان پر پانچ حملے کئے اس دوران دہلی کے تخت پر عالمگیر دوئم، شاہجہان سوئم شاہ عالم دوئم مغل بادشاہ رہے اگرچہ احمد شاہ ابدالی نے ہندوستان میں مرہٹوں کا زور توڑ دیا لیکن اس دوران ہندوستان میں مغلیہ حکومت متواتر کمزور ہوتی گئی۔

احمد شاہ ابدالی کے حملوں کے دوران ہی 1757ء میں ایسٹ انڈیا کمپنی کے لارڈ کلائیو نے بنگال میں نواب سراج الدولہ کو اُس کے غدار وزیر میر جعفر کی مدد سے شکست دے کر شہید کر دیا اور بنگال میں ایسٹ انڈیا کمپنی کی حکومت قائم ہو گئی۔

شاہ عالم دوئم کا عہد 1759ء سے 1806ء تک رہا اس دوران میسور کے حکمران ٹیپو سلطان کے خلاف انگریز مرہٹوں اور حیدر آباد کے نظام کی مدد سے جنگ کرتے رہے اور آخر کار 1799ء میں غدار وزیر میر صادق کی مدد سے شیر میسور ٹیپو سلطان کو شہید کر کے انگریزنے یہاں بھی قبضہ کر لیا۔

اس دوران ٹیپو سلطان نے فرانس کے سپہ سالار نپولین بونا پارٹ سے رابطہ کیا تھا لیکن مصر فتح کرنے کے بعد نپولین کو یہاں برطانوی فوج اور خصوصاً برٹش نیوی نے نپولین کی فوجوں کو بہت نقصان پہنچایا اسی دوران انقلاب فرانس کے مراحل خاصے بحرانی ہو چکے تھے تو نپولین یہاں سے نکلے اور فرانس آ کر بادشاہ بن گئے۔

اسی دوران زار روس یعنی روس کے بادشاہ پال اول نے بھی نپولین سے رابطہ کیا اور یہ منصوبہ اُس کو بھیجا گیا کہ اگر نپولین برٹش انڈیا پر حملہ کرے تو روس سنٹرل ایشیا سے ہوتا ہوا بلوچستان کے گرم سمندر کے ساحل کو حاصل کر لے گا۔ شاہ عالم دوئم کی وفات 1806ء میں ہوئی۔

ان کے بعد دہلی میں اکبر شاہ دوئم بادشاہ بنے جو 1806ء سے 1837ء تک تخت نشین رہے۔ ان کے زمانے میں ایسٹ انڈیا کمپنی کا قبضہ ہندوستان کے وسیع علاقوں تک ہو چکا تھا۔ 1837ء میں اکبر شاہ دوئم کا انتقال ہوا تو اُن کے دوسرے بیٹے بہادر شاہ ظفر کو اقتدار نصیب ہوا۔

بہادر شاہ ظفر کا پورا نام مرزا ابو ظفر سراج الدین محمد تھا۔ 24 اکتوبر 1775ء کو دہلی میں پیدا ہوئے اور 1862ء میں رنگون برما 'جس کا آج نام میانمار ہے' یہاں جلاوطنی میں وفات پائی۔ اُن کی پانچ بیویاں 22 بیٹے اور 16 بیٹیاں تھیں۔ بہادر شاہ ظفر تیمور نسل سے تعلق رکھنے والے اور ہندوستان میں مغلیہ سلطنت کے بانی ظہیر الدین بابر کے بعد مغلیہ سلطنت کے 20ویں اور آخری بادشاہ تھے اور آج تاریخی اعتبار سے وہ بھارت، بنگلہ دیش اور پاکستان کے آخری بادشاہ کہلاتے ہیں۔

ان کے دور حکومت میں وہ برائے نام بادشاہ تھے اور اُن کی حکومت دہلی کے لال قلعہ تک محدود تھی۔ مغل بادشاہ سے کہیں زیادہ آمدنی اور دولت اُس وقت ہندوستان کی تقریباً 540 ریاستوں کے نوابین اور راجاؤں کی تھی۔ یہی راجے مہاراجے اور نوابین کبھی کبھار نذرانے کے طور پر بہادر شاہ ظفر کو رقوم بھجواتے تھے۔

انگریز اب ہندوستان میں مرکزی اور سب سے بڑی طاقت تھے۔ بہادر شاہ ظفر کے دور اقتدار میں انگریزوں نے شمال یعنی افغانستان سے پھر کسی ممکنہ حملے کو روکنے کے لیے ہندوستان کے حکمرانوں کے مقابلے میں دفاعی جنگ کی بجائے جارحانہ حکمت عملی اپنائی۔ ہندوستان کے بادشاہ اکثر حملہ آوروں کو روکنے کے لیے ہندوستان افغانستان کی سرحدوں سے کئی سو میل دور پانی پت کے میدان میں دفاعی جنگ کرتے تھے۔

انگریزوں نے 1839ء میں پہلی اینگلو افغان وار میں راجہ رنجیت سنگھ کی مدد اور معاونت کے ساتھ افغانستان پر حملہ کیا اور یہاں قبضہ کر لیا۔ اگرچہ چار سال بعد افغانیوں نے 1842ء کے موسم سرما میں انگریزوں کی ساڑھے بارہ ہزار ہندوستانی فوج کو ہلاک کر کے افغانستان کو آزاد کرا لیا، مگر 1839ء میں ہی انگریز نے بلوچستان میں خان آف قلات میر محراب خان کو شہید کر کے یہاں قبضے کی کوششیں شروع کر دیں۔ 1839ء ہی میں رنجیت سنگھ کا انتقال ہو گیا تو اس کے جانشین اقتدار حاصل کرنے کی سازشوں میں مبتلا ہو گئے۔

اسی دوران اُنہوں نے انگریزوں سے جنگ کی اور 1846ء میں انگریزوں نے پنجاب، خیبر پختونخوا کشمیر کے علاقوں پر کنٹرول حاصل کر لیا۔ اب آج کے پاکستان یعنی سندھ، پنجاب، خیبر پختونخوا، بلوچستان اور کشمیر میں انگریز داخل ہو چکا تھا۔ اُس وقت جب دنیا میں یورپی نو آبادیاتی نظام مستحکم ہو رہا تھا برطانیہ کے مقابل دو قوتیں تھیں جن میں فرانس کا نپولین اگرچہ برطانیہ کو یورپ میں چیلنج کر چکا تھا تو دوسری طرف روس بھی تھا۔

اب اس تناظر میں دیکھا جائے تو آخری مغل بادشاہ بہادر شاہ ظفر کی کیا حیثیت تھی اس کا اندازہ کیا جا سکتا ہے۔ مگر ہندوستان کی مغلیہ سلطنت کی ان تمام کمزوریوں میں صرف بہادر شاہ ظفر کا قصور نہیں تھا۔ مغلوں میں سلطنت کی وراثت کا نظام یہ تھا کہ بادشاہ کی وفات کے بعد سلطنت اُس کے بیٹوں میں تقسیم کر دی جاتی تھی۔ تیمور کی سلطنت اُس کی موت کے بعد اُس کے تین بیٹوں میں تقسیم ہو گئی اور چند نسلوں کے بعد ظہیر الدین بابر کے باپ عمر شیخ مرزا کے پاس چند مربع میل کی فرغانہ کی ریاست رہ گئی تھی۔

بابر نے اس روایت کو بدل دیا اور ہمایوں کو اپنا جانشین بنایا تو بھائیوں کے درمیان دشمنی ہوئی۔ جہانگیر نے اپنے بیٹے تک کو نہیں بخشا۔ پھر اورنگ زیب اور بھائیوں میں باقاعدہ جنگ تخت نشی ہوئی اور اورنگ زیب عالمگیر نے خود اپنی اولاد کے لیے سلطنت کی وراثت میں تقسیم کو واضح انداز میں چھوڑ دیا، مگر اس کے باوجود محمد شاہ رنگیلا کے دور تک ایران سنٹرل ایشیا تک ہندوستان کی مغلیہ سلطنت کا رعب و دبدبہ قائم تھا۔

1738ء سے پہلے تک نادر شاہ نے 'جس کی حکومت سنٹرل ایشیا، اور ایران کے علاوہ آج کی سلطنت عمان تک تھی اور اُس وقت تک افغانستان یعنی کابل ہندوستان کی مغلیہ سلطنت کا حصہ تھا' قبضہ کیا تو اُسے یہ ڈر تھا کہ دہلی سے مغلیہ حکومت فوجیں کابل کے دفاع کے لیے بھیجے گی مگر جب محمد شاہ رنگیلے کی جانب سے کوئی ردعمل نہیں آیا تو نادر شاہ سمجھ گیا کہ مغلیہ سلطنت کمزور ہو چکی ہے۔

پھر اُس نے ہندوستان پر حملہ کر دیا اور اُس کی فوجیں جیسے جیسے آگے بڑھ رہی تھیں اور محمد شاہ رنگیلے کو جا کر کہا جاتا کہ دشمن کی فوجیں آگے بڑھ رہی ہیں تو رنگیلے شاہ کا جواب ہوتا کہ (ہنوز دہلی دور است)۔ یہ صورتحال تسلسل کے ساتھ چلتی اور آگے بڑھتی رہی۔ یہ بھی تلخ حقیقت ہے کہ تقریباً تمام مسلمان ممالک خصوصاً برصغیر یورپی مغربی ممالک کے مقابلے علم تحقیق اور سائنس ٹیکنالوجی کے شعبوں میں بہت پیچھے رہ گئے تھے۔

پھر خصوصاً جب اسپین میں مسلمانوں کی صدیوں پر محیط سلطنت کو زوال آیا اور آخر 1492ء میں یہاں نہ صرف مسلمانوں کی صدیوں پر محیط سلطنت کا خاتمہ ہو گیا بلکہ یہاں کے عیسائی بادشاہ فرنڈس اور ملکہ ازابلا نے یہاں مسلمانوں کا ایسا قتل عام کیا کہ یہاں شاید ہی کوئی مسلمان بچا ہو۔ اسی سال یہاں کی ملکہ ازابلا کی مالی مدد سے کرسٹوفر کولمبس نے امریکہ دریافت کر لیا اور تھوڑے عرصے بعد ہی واسکوڈی گامانے راس امیدا کا چکر کاٹ کر ہندوستان کا نیا بحری راستہ دریافت کر لیا اور یوں دنیا کی تاریخ میں نو آبادیاتی نظام کا آغاز ہوا۔

یہ ماضی کے فتوحات سے مختلف تھا۔ 1492ء سے پہلے بھی اگرچہ مختلف ممالک کی جنگیں ہوتی رہیں اور بادشاہ دوسرے ملکوں کو فتح کرتے رہے تھے مگر یہ نظام نو آبادیاتی نظام نہیں تھا۔ اس کی مثال برصغیر سے اس وقت اس لیے دی جا رہی ہے کہ یہ مضمون برصغیر کے آخری بادشاہ بہادر شاہ ظفر سے متعلق ہے۔

یہاں بابر اور بابر سے پہلے کے فاتحین جن کا تعلق سنٹرل ایشیا یا افغانستان سے تھا یہ فاتحین جب سنٹرل ایشیا یا افغانستان سے چلتے تو ایک تو بادشاہ کی اپنی ایک باقاعدہ فوج ہوتی لیکن اس سے کہیں زیادہ تعداد میں اُس لشکر میں وہاں کے مقام قبائل ہوا کرتے تھے اور جب بادشاہ ہندوستان فتح کر لیتا تو ہر قبیلے کے لشکر کی تعداد کو مدنظر رکھتے ہوئے وہ ہندوستان جیسے وسیع رقبے کے ملک میں ان سرداروں کو جاگیریں عطا کرتا۔ اب یہ سردار اپنے قبیلے کے لشکر کو فوج کے طور پر علاقی سطح پر استعمال کرتا وہاں امن وامان برقرار رکھتا اور یہاں کی پیداوار پر لوگوں سے ٹیکس لگان وصول کرتا جس کا ایک حصہ مقامی طور پر عوام کی سہولتوں اور فلاحی رفاعی کاموں پر خرچ کیا جاتا تھا، ایک حصہ بادشاہ کے حضور پیش کیا جاتا اور ایک حصہ جاگیردار خود پر خرچ کرتا تھا۔ ہندوستان چونکہ بہت زرخیز اور امیر ملک تھا۔ یوں جاگیرداروں کو ملنے والا آمدنی کا تیسرا حصہ بھی بہت بڑا ہوتا تھا۔

مغلوں کے پورے عہد میں جاگیردارانہ نظام اس طرح تھا کہ جاگیر دار کی موت کے بعد جاگیردار کا بڑا بیٹا جاگیردار یعنی نواب یا راجہ مہاراجہ بن جاتا تھا مگر یہ بھی قانون تھا کہ مغلیہ سلطنت جب تک مضبوط اور طاقتور رہی اُس وقت تک جاگیردار (نواب اور راجہ) کی جاگیر (ریاست) اُس کی ملکیت نہیں تھی بلکہ مرکزی حکومت کی ملکیت ہوا کرتی تھی۔ یعنی بادشاہ اگر چاہتا تو کسی بھی وقت جاگیردار کو ریاست سے محروم کر سکتا تھا۔

یہ عموماً اُس وقت ہوتا جب جاگیردار نواب یا راجہ مالی معاملات میں بے ایمانی کرتا یا بادشاہ کے خلاف سازش کا حصہ بنتا۔ صوبائی سطح کی انتظامیہ یعنی گورنر بادشاہ کے خاندان کا فرد ہوتا تھا۔ اب چونکہ جاگیردارانہ نظام میں نواب یا راجے یہ جانتے تھے کہ کسی بھی وقت اُن کو ریاست سے بے دخل کیا جا سکتا ہے اس لیے وہ جو دولت جمع کرتا تھا وہ سونے، سونے کی اشرفیاں دیگوں میں رکھ کر کسی جگہ دفن کر دیا کر وایا کرتے تھے کہ جب بادشاہ کا عذاب نازل ہو تو وہ جان بچا کر فرار ہو جائیں اور اچھے وقت پر آ کر وہ خزانہ حاصل کر سکیں یا یوں بھی ہوتا کہ کوئی بیرونی حملہ آور ہندوستان کو فتح کر لیتا تو ایسے میں بھی راجاؤں کو شکست کے وقت فرار ہونا پڑ جاتا۔ پاکستان بھارت اور بنگلہ دیش میں جو دفینے اب بھی لوگوں کو قسمت سے مل جاتے ہیں وہ اُسی جاگیردارانہ نظام کی وجہ سے ہیں لیکن مغلیہ دور تک فاتحین جب ملک پر قبضہ کر لیتے تو یہاں کا سرمایہ یہیں رہتا تھا۔

اگرچہ انگریز نے بھی اسی جاگیردارانہ نظام کو اپنایا اور وائسرائے اور گورنر جنرل لارڈ ہوتے جو برطانوی شاہی خاندان کے افراد ہوتے تھے لیکن نو آبادتی نظام میں یہ ہوا کہ فاتحین یورپ سے تجارت کی بنیاد پر آئے تھے اور یہاں سے دولت اپنے ملک برطانیہ لے جاتے تھے۔

اُن کی برتری اس لیے تھی کہ اُنہوں نے برصغیر کے مقابلے میں سائنس اور ٹیکنالوجی میں ترقی کر لی تھی۔ یورپ میں معیشت اور سیاست، جمہوریت سے ہم آغوش ہو کر متوازن انداز میں معاشرتی استحکام کو فروغ دے رہی تھی۔ ہم مغلیہ سلطنت 1526 سے 1857ء تک کو مدنظر رکھیں اور اُس زمانے کا سائنس اور ٹیکنالوجی کے اعتبار سے برطانیہ بشمول یورپ کا موازنہ برصغیر سے کریں تو بہت واضح فرق دکھائی دیتا ہے، برطانیہ میں آئزک نیوٹن 1642-1727ء کا دور تھا۔ عضویاتی ارتقا کا نظریہ پیش کرنے والا چارلس ڈارون 1809-1882ء، جدید برقیات کا بانی مائیکل فرائی ڈے 1791ء - 1867ء، طبیعیات دان جیمز کلاک میکس ویل 1831ء-1879ء، ایٹمی مفروضے کا بانی جان ڈالٹن جدید سرجری کا بانی ولیم ٹی جی مورٹن 1819ء، 1868ء طبیعیات دان ولیم ہاروے 1578ء، 1678ء، علم الآبادیات کا ماہر تھامس مالتھیس 1766ء، 1834ء یہ تمام برطانوی سائنس دان تھے۔

ان کے علاوہ اسی دور میں فرانس کے لوئیس پاسچر، لوئیس ڈیگیوری انتوی لائزنٹ، پولینڈ کے نیکولسکو پرنیکس، سکاٹ لینڈ کے ماہر معیشت آدم سمتھ اور جیمز واٹ، اپنے شعبوں میں انقلابی تبدیلیوں کا سبب بنے۔ یہ درج بالا سائنس دان اور ماہرین انسانی تاریخ کے آج تک کے 50 عظیم ترین سائنس دانوں میں شامل ہیں یوں اندازہ کیا جا سکتا ہے کہ برصغیر کے حکمران اُس وقت کی دنیا کی سائنس اور ٹیکنالوجی سے کس قدر بے خبر تھے۔ 1526ء سے 1857ء یعنی مغلیہ دور میں ہندوستان میں تاج محل سمیت درجنوں تاریخی اور خوبصورت عمارات بنیں مگر ایک بھی یونیورسٹی بھی نہیں بنائی گئی۔

جب کہ اسی عرصے میں برطانیہ کی آکسفورڈ اور کیمبرج یونیورسٹیوں سمیت یورپ میں 100 سے زیادہ یونیورسٹیاں قائم ہو چکی تھیں۔ یہ بھی تلخ حقیقت ہے کہ اگر 1857ء کی جنگ، آزادی میں بہتر منصوبہ بندی ہوتی اور اکثر جاگیردار نوابین اور راجے انگریز کا ساتھ نہ دیتے تو جنگ آزادی کامیاب ہو جاتی۔ جنگ آزادی کا آغاز میرٹ چھاؤنی سے 10 مئی 1857ء سے اُس وقت ہوا جب اتوار کے دن انگریز فوجی افسران اپنی عبادت کے لیے چھٹی پر تھے۔ بغاوت کی فوری وجہ یہ تھی کہ انگریزوں نے اپنی ہندوستانی فوج کی بندوقوں کے لیے نئے انداز کے کارتوس متعارف کروائے جن کو استعمال کرنے سے پہلے اس کے سرے کو دانتوں سے کاٹا جاتا تھا۔

فوجیوں میں یہ مشہور ہو گیا کہ اس میں سور اور گائے کی چربی استعمال کی گئی ہے۔ گائے ہندوں کے لیے معتبر ومقدس اور سور مسلمانوں کے لیے حرام ہے اس لیے یہ فوجی ان کارتوسوں کو استعمال نہیں کرنا چاہتے تھے اور یہی وجہ فوری جنگ یا بغاوت کا سبب بنی۔ یہ باغی فوجی انگریز فوجی افسران کو قتل کر کے دہلی کی طرف آئے، بہادر شاہ ظفر کو ہندوستان کا با اختیار بادشاہ تسلیم کر لیا اور ملک کی آزادی کا اعلان کر دیا گیا۔ اسی دوران جھانسی کی رانی لکشمی بائی، نانا صاحب، حضرت محل اور جنرل بخت خان اس جنگ آزادی میں شامل تھے۔

انگریز کے ساتھ ریاست پٹیالہ، کپورتھالہ، رامپور، جودھپور اور سلطنت نیپال اور انگریز فوجوں کے علاوہ آئر لینڈ کمپنی کی فوجیں بھی اس جنگ آزادی کو ناکام کرنے کے لیے دہلی اور دیگر علاقوں میں پہنچیں۔ یہ جنگ 10 مئی 1857ء سے یکم نومبر 1858ء تک جاری رہی۔ اس جنگ میں 6000 برطانوی فوجی اور سویلین ہلاک ہوئے جب کہ 1871ء کی مردم شماری کے مطابق دوسری جانب جنگ آزادی اور وبائی مرض سے 8 لاکھ سے زیادہ ہندوستانی جاں بحق ہوئے، جن میں سے 95% مسلمان تھے۔

جنگ آزادی کی ایک بڑی وجہ یہ بھی تھی کہ انگریز سرکاری نے یہ اعلان کر دیا تھا کہ اب ہندستان میں ایسٹ انڈیا کمپنی کی حکومت ختم ہو جائے گی اور ہندوستان پر براہ راست تاج برطانیہ کی حکومت ہوگی، اس لیے بہادر شاہ ظفر کے بعد ہندوستان کی مقامی مغل بادشاہت کا خاتمہ ہو جائے گا اور برطانیہ کا بادشاہ ہی ہندوستان کا بادشاہ ہوگا۔ اگرچہ بہادر شاہ ہندوستان کا برائے نام ہی بادشاہ تھا مگر ہندوستان کے مسلمانوں کے لیے یہ فخر تھا کہ ہندوستان کی بادشاہت اُن کی ہے۔ جب جنگ آزادی میں بہادر شاہ ظفر اور حریت پسندوں کو شکست ہو گئی تو بہادر شاہ ظفر نے لال قلعہ سے فرار ہو کر ہمایوں کے مقبرے میں پناہ لی جہاں سے انگریز میجر ہڈسن نے بہادر شاہ کو گرفتار کر لیا بعد میں اُس کے سامنے اُس کے دو بیٹوں سر پیش کیے گئے۔

گرفتاری کے بعد پہلے یہ فیصلے ہوا کہ بادشاہ پر کلکتہ میں 'جہاں ایسٹ انڈیا کمپنی کے ڈائریکٹروں کا ہیڈ کوارٹر تھا' مقدمہ چلایا جائے مگر بعد میں یہ طے پایا کہ دہلی کا لال قلعہ جو ہندوستان میں مسلمان باشاہوں کی قوت اور اقتدار کی علامت تھی اسی قلعے میں برصغیر کے آخری بادشاہ پر غداری کے الزام کے تحت مقدمہ چلایا جائے۔

82 سالہ بوڑھے بادشاہ پر چار الزمات عائد کیے گئے نمبر 1۔ باغیوں کی معاونت اور ان کی تعداد میں اضافہ کرنا۔ نمبر 2۔ باغیوں کی حوصلہ افزائی اور انگریزوں کے خلاف لڑائی نمبر 3۔ ہندوستان کی آزادی اور خودمختاری کے لیے سربراہی نمبر 4۔ عیسائیوں کا قتل۔ مقدمہ اپریل 1858ء سے شروع ہوا یہ مقدمہ 21 دن چلا، 19 سماعتیں ہوئیں، بادشاہ کے خلاف 21 گواہان کی شہادتیں پیش کی گئیں، ثبوت کے لیے 100 سے زیادہ اردو اور فارسی میں تحریر شدہ دستاویزات پیش کی گئیں، مقدمے کی ابتدا میں بہادر شاہ ظفر کے وزیر حکیم احسان اللہ خان نے بادشاہ کی طرفداری کی مگر بعد میں اُن کے خلاف ہو گئے۔

اسی دوران دہلی اور دوسرے شہروں سے ہزاروں مسلمان تاجروں اور امراء پر مقدمات چلائے گئے اور بیشتر حریت پسندوں کو سرعام پھانسیاں دی گئیں۔ بہادر شاہ ظفر کو 7 اکتوبر 1858ء کو اُن کے دو بیٹوں اور بیگمات کے ساتھ لفٹیننٹ Ommnay اومانے کی نگرانی میں برما (میانمار) کے شہر رنگون جلاوطن کر دیا گیا جہاں بہادر شاہ ظفر نے 7 نومبر 1862ء میں قید کے دوران 87 برس کی عمر میں وفات پائی۔

وہیں رنگون ہی میں دفن ہوئے، بہادر شاہ ظفر ہی کا شعر ہے (کتنا ہے بدنصیب ظفر دفن کے لیے۔۔ دو گز زمین بھی نہ ملی کوئے یار میں) واضح رہے کہ برصغیر میں مغلیہ سلطنت کے بانی ظہیر الدین بابر بھی ترک اور فارسی زبان کے شاعر تھے جن کا ایک مشہور فارسی شعر ہے (بابر با عیش کوش کہ عالم دوبارہ نیست) اور آخری بادشاہ بہادر شاہ ظفر اردو کے ایک بہت اچھے شاعر تھے اردو کے عظیم نثر نگار اور تنقیدی نگار رشید احمد صدیقی نے ایک جگہ لکھا کہ مغلیہ دور نے ہندوستان کو تین چیزیں دیں نمبر 1۔ اردو زبان نمبر 2۔ تاج محل اور نمبر 3 غالب۔ میں نے یہ واضح کیا تھا کہ ہم نے ہندوستان میں یورپ کے مقابلے سائنس اور ٹیکنالوجی کے شعبوں میں کوئی کام نہیں کیا لیکن رشید احمد صدیقی نے واقعی یہ حقیقت بیان کی ہے۔

# فلسطینی صحافتی یونین کی رپورٹ: 2026 میں 300 اسرائیلی خلاف ورزیاں، جنگ میں 224 صحافی شہید ہوئے

نئی دہلی (ایم این این) فلسطینی جرنلسٹس سنڈیکیٹ نے ۶۲۰۲ء کے آغاز سے اب تک فلسطینی صحافیوں کے خلاف اسرائیل کے ذریعے تقریباً ۳۰۰ خلاف ورزیوں کی اطلاع دی ہے اور میڈیا نمائندوں پر ہونے والے اسرائیلی حملوں میں اضافے کو اجاگر کیا ہے۔ یہ اعداد و شمار مقبوضہ مغربی کنارے کے علاقے البیرہ میں ۳ مئی کو 'عالمی یوم آزادی صحافت' کے موقع پر منعقدہ ایک ریلی کے دوران جاری کئے گئے۔ سنڈیکیٹ کے مطابق، اکتوبر ۳۲۰۲ء میں محصور فلسطینی علاقے غزہ میں اسرائیل کی جنگی کارروائیوں کے آغاز سے اب تک کل ۲۶۲ فلسطینی صحافی شہید ہوئے ہیں، جن میں سے ۱۶۲ کا تعلق غزہ سے ہے۔ رواں سال کے آغاز سے اب تک ۶ صحافی اسرائیلی حملوں میں ہلاک ہوئے ہیں۔ سنڈیکیٹ کی آزادی کمیٹی کے سربراہ محمد اللحام نے بتایا کہ صرف رواں سال کے دوران ۱۰ صحافیوں کے زخمی ہونے، ۳۲ کی گرفتاری، ۱۲۰ مقامات پر صحافتی کوریج میں رکاوٹ یا صحافیوں کو حراست میں لئے جانے اور صحافیوں پر براہ راست حملوں کے ۱۲ واقعات ریکارڈ کئے گئے ہیں۔ سنڈیکیٹ کے نائب سربراہ عمر نزال نے شرکاء کو بتایا کہ فلسطینی صحافی ''غیر معمولی اور بے مثال حالات'' میں کام کر رہے ہیں۔ انہوں نے اس صورتحال کو ''سخت ترین اسرائیلی جنگی مشین'' کا مقابلہ قرار دیا۔ سنڈیکیٹ نے بیان کیا کہ اکتوبر ۳۲۰۲ء سے اب تک ہونے والی خلاف ورزیوں کی تعداد ۳۸۹۳ تک پہنچ چکی ہے۔ ان خلاف ورزیوں میں براہ راست فائرنگ، آنسو گیس اور اسٹن گرنیڈز کا استعمال اور آلات کی ضبطگی جیسے واقعات شامل ہیں۔ رپورٹ میں ۸۸۱ گرفتاریوں اور ۸۱ میڈیا اداروں کے ساتھ صحافیوں کے ۱۴۰ گھروں کی تباہی کا بھی ذکر کیا گیا ہے۔ اس کے علاوہ، صحافیوں کے خاندان کے ۷۳۱ ممبران کی ہلاکت کی اطلاع دی گئی ہے۔ یہ اعداد و شمار اس بات کی نشان دہی کرتے ہیں کہ ان اثرات کا دائرہ خود میڈیا نمائندوں سے کہیں زیادہ وسیع ہے۔ تنظیم نے مزید کہا کہ ایسے اقدامات صحافیوں کے خلاف اسرائیل کی ''منظم پالیسی'' کی عکاسی کرتے ہیں جس کا مقصد صحافت کو محدود کرنا اور فلسطینی آواز کو دبانا ہے۔ سنڈیکیٹ نے اقوام متحدہ سے تحفظ اور احتساب کو یقینی بنانے کا مطالبہ کیا۔ اقوام متحدہ کی آزادی صحافت کو لاحق عالمی خطرات پر تنبیہاً اقوام متحدہ کے ہائی کمشنر برائے انسانی حقوق وولکر ترک نے نیویارک میں ایک پریس بریفنگ کے دوران خبردار کیا کہ دنیا بھر میں صحافیوں پر بڑھتے ہوئے حملے، جمہوری نظام اور احتساب کو کمزور کر رہے ہیں۔ عالمی یوم آزادی صحافت کے موقع پر انہوں نے آزاد صحافت کو ''آزاد اور کھلے معاشرے کی آکسیجن'' قرار دیا۔ ترک نے مزید کہا کہ اس سال عالمی سطح پر کم از کم ۱۴ صحافی ہلاک ہو چکے ہیں۔ انہوں نے نوٹ کیا کہ گزشتہ دو دہائیوں کے دوران قتل ہونے والے دس صحافیوں میں سے صرف ایک کو مکمل انصاف فراہم کیا گیا ہے۔ انہوں نے غزہ کو صحافیوں اور رپورٹرز کیلئے ''موت کا پھندا'' قرار دیتے ہوئے زور دیا۔

## غزہ کے ملبے تلے 8ہزار لاشیں، جبکہ ایک فیصد سے بھی کم ملبہ ہٹایا جاسکا: رپورٹ

نئی دہلی (ایم این این): ایک اسرائیلی میڈیا رپورٹ کے مطابق، جس نے اقوام متحدہ کے ایک اہلکار کا حوالہ دیا، غزہ کی پٹی میں تقریباً ۸ ہزار فلسطینی لاشیں ملبے تلے دبی ہوئی ہیں، جہاں اسرائیل کی دو سالہ نسل کشانہ جنگ کے بعد ایک فیصد سے بھی کم ملبہ ہٹایا گیا ہے۔ اخبار ہاریٹز نے اقوام متحدہ کے ترقیاتی پروگرام (UNDP) کے ایک گمنام اہلکار کے حوالے سے بتایا کہ ملبہ ہٹانے کی سست رفتار کا مطلب ہے کہ یہ عمل سات سال تک جاری رہ سکتا ہے۔ اہلکار نے مزید بتایا کہ پوری غزہ پٹی میں تباہ شدہ عمارتوں کے نیچے ہزاروں لاشیں ابھی بھی دفن ہیں۔

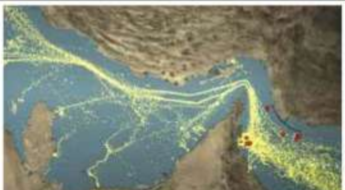
# تیل کی قیمتوں میں اضافہ سے امریکہ کی 'اسپرٹ' ایئر لائن بند ہوگئی

نئی دہلی (ایم این این): عالمی سطح پر تیل کی قیمتوں میں اضافہ امریکہ کی سب سے کم کرایہ کی ایئر لائن کو لے ڈوبی، ٹرمپ کے ساتھ معاہدہ نہ ہو پانے کی وجہ سے اسپرٹ ایئر لائن بند ہوگئی۔ سی بی ایس کے مطابق حکومت سے 'ریسکیو ڈیل' لینے میں ناکامی پر اسپرٹ ایئر لائن بند ہوگئی، ایئر لائن نے ہفتے کی صبح اعلان کیا کہ وہ اپنی تمام سرگرمیاں بند کر رہی ہے، کیونکہ یہ انتہائی کم لاگت فضائی کمپنی امریکی حکومت سے ۵۰ کروڑ ڈالر کا مالی بیل آوٹ حاصل کرنے میں ناکام رہی۔ اسپرٹ ایئر لائنز انکارپوریٹڈ ایک امریکی انتہائی کم لاگت (الٹرا لو-کاسٹ) فضائی کمپنی تھی، جس کا صدر دفتر فلوریڈا کے شہر ڈینیا بیچ میں، میامی میٹروپولیٹن علاقے میں واقع تھا۔ ایئر لائن کی پیرنٹ کمپنی اسپرٹ ایوی ایشن ہولڈنگز نے ایک بیان میں افسوس کے ساتھ اعلان کیا کہ اس نے فوری طور پر منظم طریقے سے کاروبار بند کرنے کا عمل شروع کر دیا ہے۔ امریکی محکمہ ٹرانسپورٹ کے سکریٹری شان ڈفی نے کہا کہ اسپرٹ کے پاس ایک ریزرو فنڈ موجود ہے جس سے منسوخ شدہ پروازوں کے مسافروں کو اصل ادائیگی کے طریقے کے مطابق ریفنڈ دیا جائے گا۔ جس مسافر نے کسی تھرڈ پارٹی جیسے ٹریول ایجنٹ کے ذریعے بکنگ کی ہے، اسے اپنے متعلقہ ادارے سے رابطہ کرنا ہوگا۔ ایئر لائن نے بندش کے عمل سے متعلق سوالات کے لیے ایک ویب سائٹ بھی قائم کی ہے۔ برطانوی ایئر لائن ایسیڈ بھی دیوالیہ! برطانیہ کی ایسیڈ ایئرویز کی بندش کی وجہ سے تمام پروازیں فوری طور پر منسوخ کردی گئیں۔

## ایران کا امریکہ کو مشورہ: ''ناممکن جنگ یا برے معاہدے میں کسی ایک کا انتخاب کریں''

نئی دہلی (ایم این این): ایران کی پاسداران انقلاب (IRGC) نے کہا ہے کہ امریکی صدر ڈونالڈ ٹرمپ کو ایران کے ساتھ ''ناممکن جنگ یا برے معاہدے'' کے درمیان انتخاب کرنا ہوگا۔ اتوار کو ایکس پر ایک پوسٹ میں، پاسداران کے خفیہ محکمہ نے کہا کہ ایران نے امریکی فوج کو ایرانی بندرگاہوں کی ناکہ بندی ختم کرنے کے لیے ایک ڈیڈ لائن بھیج دی ہے۔ اس نے مزید کہا کہ ''یورپ، چین اور روس، امریکہ کے بارے میں زیادہ تنقیدی لہجہ اپنا رہے ہیں۔ اس سے نمٹنے کا صرف ایک ہی طریقہ ہے، ٹرمپ کو یا تو ناممکن فوجی کارروائی یا ایران کے ساتھ برے معاہدے کا انتخاب کرنا ہوگا۔

# آبنائے ہرمز کیلئے نیا قانون بنانے کا اعلان



نئی دہلی (ایم این این): ایران نے آبنائے ہرمز کے انتظام کے لئے نیا قانون بنانے کا اعلان کر دیا ہے۔ ایران کے نائب اسپیکر کا کہنا ہے کہ ایک نیا قانون تیار کیا جا رہا ہے، جس کے تحت اسرائیلی جہازوں کو آبنائے ہرمز سے گزرنے کی اجازت نہیں ہوگی۔ مجوزہ بل کے تحت دشمن ملکوں کے جہازوں کو اس وقت تک آبنائے ہرمز سے گزرنے کی اجازت نہیں ہوگی جب تک وہ جنگ کا ہرجانہ ادا نہ کر دیں۔ دیگر ممالک کے جہاز ایران سے پیشگی اجازت اور منظوری حاصل کرنے کے بعد گزر سکیں گے۔ ایرانی قانون سازوں کا کہنا ہے کہ مجوزہ منصوبے کے تحت اسرائیلی جہازوں کو آبنائے ہرمز سے مستقل طور پر روک دیا جائے گا جبکہ امریکہ اور اس کے اتحادیوں کے جہازوں کو صرف اسی صورت میں گزرنے کی اجازت ہوگی جب وہ جنگی ہرجانہ ادا کریں۔ اس منصوبے کے تحت اس آبی گزرگاہ کو ایرانی 'انتظام' میں دینے کی تجویز دی گئی ہے۔ ایران انٹرنیشنل کے مطابق علی نیکزاد، جو ایرانی پارلیمان کے پہلے نائب اسپیکر ہیں، نے بندر عباس کے دورے میں پارلیمنٹ کی تعمیراتی کمیٹی کے اراکین سے گفتگو میں کہا کہ ۱۲ نکاتی منصوبے کے تحت اسرائیلی جہازوں کو کسی بھی وقت گزرنے کی اجازت نہیں دی جائے گی۔ انہوں نے کہا کہ دشمن ممالک کے جہازوں کو بھی اس وقت تک آبنائے ہرمز عبور کرنے کی اجازت نہیں دی جائے گی جب تک وہ جنگ کے دوران ہونے والے نقصانات کا معاوضہ ادا نہ کریں۔ انہوں نے اسرائیل کے علاوہ کسی اور ملک کا نام نہیں لیا لیکن ایرانی حکام ماضی میں اسی طرح کی اصطلاحات استعمال کرتے ہوئے امریکہ اور مشرق وسطیٰ میں اس کے بعض عرب اتحادیوں کو دشمن ریاستیں قرار دیتے رہے ہیں۔ امریکہ کی قیادت میں ایران کے خلاف جاری جنگ کے ۲ ماہ بعد بھی یہ اہم آبی گزرگاہ بند ہے جس کے باعث دنیا کی تقریباً ۲۰ فیصد تیل اور گیس کی ترسیل متاثر ہو رہی ہے۔ آبنائے ہرمز اس وقت مؤثر طور پر بند ہو گئی جب ایران نے خلیج فارس میں اپنے عرب ہمسایہ ممالک پر جوابی حملے شروع کئے۔

# بارسلونا: 500 مظاہرین کا گلوبل صمود فلوٹیلا کے کارکنان کی رہائی کا مطالبہ

نئی دہلی (ایم این این): ہسپانیہ کے شہر بارسلونا کے مرکزی علاقے میں تقریباً ۵۰۰ افراد نے فلسطینی پرچم اور بینرز لہراتے ہوئے کارکن سیف ابوکیشک اور تھیاگو ایویلا کی فوری رہائی کا مطالبہ کیا۔ یہ دونوں کارکن ۲ مئی ۶۲۰۲ء کو گلوبل صمود فلوٹیلا پر حملے کے بعد حراست میں لیے گئے تھے۔ مختلف سماجی گروہوں کی جانب سے منظم کی گئی یہ ریلی یورپی یونین کمیشن کے دفتر سے شروع ہو کر ہسپانوی حکومت کے وفد تک پہنچی، جہاں مظاہرین نے غزہ کی ناکہ بندی کی مذمت کی اور ہسپانوی و یورپی حکام سے مداخلت کی اپیل کی۔ بعد ازاں ریلی کے دوران، ابوکیشک کی اہلیہ نے صورت حال کو ''انتہائی مشکل لمحہ'' قرار دیا اور بتایا کہ ان کے بچے ابھی تک واقعے سے بے خبر ہیں۔ انہوں نے اسرائیل میں حراست میں لی گئی فلسطینی خواتین کے ساتھ یکجہتی کا اظہار بھی کیا اور عوام سے تحریک جاری رکھنے کی اپیل کی۔

# اسرائیلی طرزِ عمل سے یورپ میں 'اسرائیلائزیشن' کا خطرہ: فرانسسکا البانیز کا انتباہ

نئی دہلی (ایم این این): اقوام متحدہ کی خصوصی نمائندہ برائے مقبوضہ فلسطینی علاقے، فرانسسکا البانیز نے سنیچر کو خبردار کیا کہ یورپ میں ''اسرائیلائزیشن'' کا خطرہ بڑھ رہا ہے۔ ایتھنز میں فلسطینیوں کی مصائب اور مزاحمت کے ساتھ اظہار یکجہتی کے لیے منعقدہ ایک تقریب میں گفتگو کرتے ہوئے البانیز نے زور دیا کہ اسرائیل پر عالمی عدالتوں (بین الاقوامی فوجداری عدالت اور بین الاقوامی عدالت انصاف) میں جنگی جرائم، انسانیت کے خلاف جرائم اور نسل کشی کے الزامات ہیں۔ انہوں نے کہا کہ جب تک اسرائیلی قبضہ (جو بین الاقوامی قانون اور اقوام متحدہ کی قراردادوں کی خلاف ورزی ہے) مکمل اور غیر مشروط طور پر ختم نہیں ہوتا، اقوام متحدہ کے رکن ممالک کو اسرائیل کی کسی بھی طرح مدد یا معاونت نہیں کرنی چاہیے۔ بعد ازاں البانیز نے کہا کہ یورپی ممالک نے اسرائیل سے تعلقات ختم کرنے کی بجائے اس کے ساتھ تجارت، ہتھیاروں کی فروخت، اور جاسوسی کے آلات کی خریداری جاری رکھی ہے۔

# امریکہ: 2026ء کے وسط مدتی انتخابات سے قبل کشیدگی میں نمایاں اضافہ

نئی دہلی (ایم این این): امریکہ میں ۶۲۰۲ء کے وسط مدتی انتخابات سے قبل سیاسی اور آئینی سطح پر کشیدگی میں نمایاں اضافہ ہو گیا ہے۔ سپریم کورٹ کے حالیہ فیصلے کو انتخابی نظام کے مستقبل پر دور رس اثرات رکھنے والا اہم موڑ قرار دیا جا رہا ہے۔ امریکی سپریم کورٹ میں امریکی شہری فلپ کیلاکس اور دیگر شہریوں نے ریاست لوزیانہ کے خلاف نسل پرستانہ بنیادوں پر نیا حلقہ قائم کرنے پر کیس دائر کیا تھا جو لوزیانا بنام کیلاکس کے نام سے مشہور ہوا۔ عدالت نے کیس میں ۶ کے مقابلے میں ۳ کی اکثریت سے فیصلہ دیتے ہوئے لوزیانا میں پارلیمنٹ کے نئے انتخابی حلقے کو کالعدم قرار دے دیا۔ اس حلقے میں ایک نیا اکثریتی سیاہ فام حلقہ شامل کیا گیا تھا جسے نچلی عدالت نے پہلے ہی امتیازی قرار دیا تھا۔ تاہم سپریم کورٹ نے اپنے فیصلے میں کہا کہ یہ حلقہ بندی غیر آئینی اور نسلی بنیادوں پر اور اقلیتوں کی نمائندگی کو کم کرنے کے زمرے میں آتی ہے۔ عدالت کے مطابق انتخابی حلقہ بندیوں میں نسل پرستی کے استعمال کی حد آئینی طور پر محدود ہے اور ریاستیں اس بنیاد پر ایسے حلقے نہیں بنا سکتیں جو آئینی اصولوں سے متصادم ہو۔ فیصلے کے بعد ووٹنگ رائٹس ایکٹ، حلقہ بندیوں اور ووٹر حقوق سے متعلق بحث غیر معمولی شدت اختیار کر گئی ہے جبکہ ڈیموکریٹس اور ریپبلکن ایک دوسرے پر انتخابی فائدے کے الزامات عائد کر رہے ہیں۔ انتخابی حلقہ بندی میں ممکنہ تبدیلیاں ہو سکتی ہیں۔ ڈیموکریٹس کا کہنا ہے کہ عدالتی فیصلے ریپبلکن کو انتخابی فائدہ دے سکتے ہیں۔ ریپبلکن کا کہنا ہے کہ فیصلہ نسلی اثرات سے پاک انتخابی نظام کی طرف قدم ہے۔ اس فیصلے کو انتخابی قانون سازی میں ایک اہم نظیر کے طور پر دیکھا جا رہا ہے۔ عدالتی فیصلے کے بعد ریاستی سطح پر نئی حلقہ بندیوں کی تیاری شروع کر دی گئی ہے، قانونی جنگوں میں اضافہ ہو گیا، ووٹر رجسٹریشن اور انتخابی قوانین میں سختی پر سیاسی کشیدگی بھی بڑھ گئی ہے۔ ریاستی خودمختاری اور وفاقی عدالتی کردار پر نئی آئینی بحث شروع ہو گئی جبکہ انتخابی نتائج پر اثر انداز ہونے اور ووٹر دباؤ کے الزامات میں اضافہ ہو گیا ہے۔


**اتر ریلوے**

**ای-نیلامی نوٹس**

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

نیلامی فہرست نمبر:- EAFZR-SLR26-21

نیلامی شروع ہونے کا وقت اور تاریخ: 20/05/2026 کو 11:00 Hrs.

کام کا نام: گاڑیوں میں پارسل اسپیس کو لیز پر دینے کا ٹھیکہ (ٹرین نمبر/ ایس ایل آر کمپارٹمنٹ):19614/R1

مفصل معلومات اور رجسٹریشن کے لئے، براہ کرم ریلوے کی ویب سائٹ www.ireps.gov.in پر جائیں۔

1497/2026

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ



**اتر ریلوے**

**ای-ٹنڈر نوٹس**

سینئر ڈویژنل انجینئر-تھرڈ/فیروزپور کے ذریعے صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے درج ذیل ای-ٹنڈرز، آخری تاریخ 25.05.2026 وقت 15:00 بجے تک www.ireps.gov.in پر طلب کی جاتی ہے۔ ٹنڈر دہندہ اپنی اصل/ترمیمی ٹنڈر بند ہونے کی تاریخ و وقت تک جمع کر سکتے ہیں۔ مینوئل ٹنڈر کی اجازت نہیں ہے اور ایسے کسی بھی مینوئل پیشکش کو قبول نہیں کیا جائے گا۔ ٹھیکیدار ٹنڈر فارم کی لاگت اور بیعانہ رقم کی ادائیگی صرف www.ireps.gov.in پورٹل پر دستیاب آن لائن ذرائع کے ذریعے جیسے نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ و کریڈٹ کارڈ وغیرہ سے ادائیگی کر سکتے ہیں۔ ڈیمانڈ ڈرافٹ، بینکرس چیک، ایف۔ ڈی۔ آر۔ و رسیدوں کے ذریعے سے ادائیگی کی اجازت نہیں ہے۔

| ٹنڈر قسم | ٹنڈر سیکشن | بیکٹ سسٹم |
|---|---|---|
| اوپن | کام | ایکل پیکٹ سسٹم |
| ٹنڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ | بولی شروع کرنے کی تاریخ | ٹنڈر بند ہونے کی تاریخ و وقت |
| 02.05.2026 | 11.05.2026 | 15:00/25.05.2026 بجے |

| نمبر شمار | ٹنڈر نمبر، تاریخ | ٹنڈر کی تفصیل |
|---|---|---|
| 1 | 18-2026-27-ADEN-I-ASR | اسسٹنٹ ڈویژنل انجینئر-فرسٹ/امرتسر سیکشن کے تحت امرتسر، چھہرٹا، خاصا، اٹاری، ویرکا، کتھونگل، جینتی پورہ، بٹالا، کادیاں اسٹیشنوں پر معذوروں کے لئے MEA اور دیگر سہولیات جیسے سپر شنیہ راستہ، ہینڈ ریلنگ، پارکنگ علاقہ، کنٹراسٹنگ کلر اسکیم وغیرہ دستیاب کرنا۔ |
| 2 | 19-2026-27-ADEN-II-ASR | اسسٹنٹ ڈویژنل انجینئر-سکنڈ/ امرتسر کے سیکشن کے بھگتنوالا، ترن تارن، پٹی، بیاس، جنڈیالا اور منوالا اسٹیشنوں پر معذوروں کے لئے MEA اور دیگر سہولیات جیسے سپر شنیہ راستہ، ہینڈ ریلنگ، پارکنگ علاقہ، کنٹراسٹنگ کلر اسکیم وغیرہ دستیاب کرنا۔ |
| 3 | 20-2026-27-ADEN-JUC | اسسٹنٹ ڈویژنل انجینئر - جالندھر شہر کے سیکشن میں نکودر، نورمحل، ملسیاں شاہ کوٹ، بلگا، سورنوسسی، کرتارپور اور جیسے سپر شنیہ راستہ، ہینڈ ریلنگ، پارکنگ علاقہ، کنٹراسٹنگ کلر اسکیم وغیرہ دستیاب کرانا۔ |

| نمبر شمار | اشتہاری قیمت (روپے) | بیعانہ رقم (روپے) | پیشکش کی اہلیت | تکمیل کی میعاد |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2,58,35,204.44 | 5,16,700.00 | 60 دن | 09 ماہ |
| 2 | 1,70,98,208.41 | 3,42,000.00 | 60 دن | 09 ماہ |
| 3 | 1,83,19,499.26 | 3,66,400.00 | 60 ماہ | 09 ماہ |

یکساں نوعیت کا کام: ''ٹریک تعمیر کام کے علاوہ کوئی بھی سول کام۔'' (ہر ٹنڈر کے لئے)

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

ٹنڈر نمبر:- 18-2026-27-ADEN-I-ASR, 19-2026-27-ADEN-II-ASR & 20-2026-27-ADEN-JUC مورخہ: 04.05.2026

1502/2026

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ



**اتر ریلوے**

ٹینڈر نوٹس

سینئر ڈویژنل الیکٹرک انجینئر/الیکٹرک لوکوشیڈ اتر ریلوے، لدھیانہ کیلئے اور بھارت کے راشٹرپتی کی جانب سے ای۔ ٹینڈرز A09-26-2025 طلب کیے جاتے ہیں۔ ٹینڈر دہندگان اپنے اصل/ترمیم شدہ ٹینڈر تاریخ 29-05-2026 کو 15.00 بجے تک پیش کر سکتے ہیں۔ ان ٹینڈروں کیلئے مینوئل آفر جائز نہیں ہے اور ایسے کسی بھی مینوئل موصول آفر کو منظور نہیں کیا جائے گا۔ ٹینڈر دہندگان ٹینڈر فارم کی لاگت اور بیعانہ کی رقم کے بھگتان کرنے کیلئے صرف آئی آر ای پی ایس پورٹل پر دستیاب آن لائن وسائل جیسے نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ، کریڈٹ کارڈ سے بھگتان کر سکتے ہیں۔ مینوئل بھگتان جیسے ڈیمانڈ ڈرافٹ، بینکرز چیک، جمع رسیدوں اور ایف ڈی آر وغیرہ کے ذریعے سے بھگتان کی اجازت نہیں ہے۔

ٹینڈر نمبر: 2025-26-09A

کاموں کی تفصیلات: ای ایل ایس/ایل ڈی ایچ کے 3فیز لوکوموٹیو کے CO-CO ہائی ایڈہیسیو بوگی کا 02 سال کی مدت کیلئے اوور ہالن۔

تخمینہ لاگت:- 3,74,50,254/- روپے۔

ٹینڈر کی قیمت:- 0/- روپے

ٹینڈر اختتام کی تاریخ اور وقت: 29-05-2026 کو 15.00 بجے تک

بیعانہ کی رقم:- 7,49,000/- روپے۔

مدت تکمیل کام: 24 مہینے

ٹینڈر کھلنے کی تاریخ اور وقت: 29-05-2026 کو 15.00 بجے کے بعد

ویب سائٹ: www.ireps.gov.in

نمبر 230-Elect/TRS/LDH/WC/CO-CO Bogie/2025-26/09A مورخہ 05-05-2026

1498/26 گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ



**اتر ریلوے**

**ای-ٹنڈر نوٹس**

ڈویژنل انجینئر-ہیڈ کوارٹر، فیروزپور کے ذریعے صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے درج ذیل ای-ٹنڈرز، آخری تاریخ 25.05.2026 وقت 15:00 بجے تک www.ireps.gov.in پر طلب کی جاتی ہے۔ ٹنڈر دہندہ اپنی اصل/ترمیمی ٹنڈر بند ہونے کی تاریخ و وقت تک جمع کر سکتے ہیں۔ مینوئل ٹنڈر کی اجازت نہیں ہے اور ایسے کسی بھی مینوئل پیشکش کو قبول نہیں کیا جائے گا۔ ٹھیکیدار ٹنڈر فارم کی لاگت اور بیعانہ رقم کی ادائیگی صرف www.ireps.gov.in پورٹل پر دستیاب آن لائن ذرائع کے ذریعے جیسے نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ و کریڈٹ کارڈ وغیرہ سے ادائیگی کر سکتے ہیں۔ ڈیمانڈ ڈرافٹ، بینکرس چیک، ایف۔ ڈی۔ آر۔ و رسیدوں کے ذریعے سے ادائیگی کی اجازت نہیں ہے۔

| ٹنڈر قسم | ٹنڈر سیکشن | پیکٹ سسٹم |
|---|---|---|
| اوپن | کام | ایکل پیکٹ سسٹم |
| ٹنڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ | بولی شروع کرنے کی تاریخ | ٹنڈر بند ہونے کی تاریخ و وقت |
| 30.04.2026 | 11.05.2026 | 25.05.2026 کو 15:00 بجے |

| نمبر شمار | ٹنڈر نمبر، تاریخ | ٹنڈر کی تفصیل |
|---|---|---|
| 1 | 16-2026-27-ADEN-I-FZR | اسسٹنٹ ڈویژنل انجینئر-فرسٹ/فیروزپور کے تحت سینئر سیکشن انجینئر/کام/کوٹکاپورا کے تحت گونیے آنا بھائی جگتا میں 2 ریل سطحی پلیٹ فارموں کو اعلیٰ سطح تک اٹھانا اور فرید کورٹ میں 1 پلیٹ فارم کو اعلیٰ سطح تک اٹھانا۔ |
| 2 | 17-2026-27-DEN-HQ-FZR | فیروزپور ڈویژن کے تحت ڈویژنل انجینئر-ہیڈ کوارٹر/فیروزپور کے زیر اختیار علاقہ میں ٹریفک محکمہ کے 33 لیول-کراسنگ کے بنیادی ڈھانچے میں سدھار سے متعلق اور ٹریفک محکمہ کے 11 لیول-کراسنگ کے بنیادی ڈھانچے میں سدھار کا کام۔ |

| نمبر شمار | اشتہاری قیمت (روپے) | بیعانہ رقم (روپے) | پیشکش کی اہلیت | تکمیل کی میعاد |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 5,76,25,932.23 | 11,52,500.00 | 60 دن | 12 ماہ |
| 2 | 1,03,07,126.07 | 2,06,200.00 | 60 دن | 12 ماہ |

یکساں نوعیت کا کام: ''ٹریک تعمیر کام کے علاوہ کوئی بھی سول کام۔'' (ہر ٹنڈر کے لئے)

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

ٹنڈر نمبر:- 16-2026-27-ADEN-I-FZR & 17-2026-27-DEN-HQ-FZR

مورخہ: 04.05.2026

1488/2026

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

# کھانا کھانے میں خوشی کی اہمیت!

## من پسند کھانے کا مقصد صرف بھوک مٹانا نہیں بلکہ یہ خوشی کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے

رانا نسیم

**یہ جاننا کوئی راکٹ سائنس نہیں کہ زندگی کے گورکھ دھندوں میں پھنسے انسان کی سب سے بڑی خواہش ''خوشی'' کا حصول ہے۔**

کوئی دولت، عزت، شہرت، اولاد یا وسیع و عریض جائیدادیں بنانے کا خواہش مند ہے تو اس کے پیچھے بھی درحقیقت بنیادی مقصد ''خوشی'' کا حصول ہی ہے۔ اگرچہ پاکستان سمیت دنیا بھر میں ہر سال **20** مارچ کو ''خوشی'' کا عالمی دن منایا جاتا ہے لیکن یہ انسان کی وہ بنیادی ضرورت ہے، جس کا وہ ہر وقت طالب ہے، کیوں کہ یہ وہ چیز ہے، جو انسان کے ظاہر ہی نہیں بلکہ باطن پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔

طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ خوش مزاج لوگ رشتوں کو بہتر اور کامیاب انداز سے نبھاتے ہیں اور وہ تخلیقی اور تعمیری صلاحیتوں کے بھی مالک ہوتے ہیں۔ ایک تحقیق کے مطابق خوش باش افراد طویل عمر پاتے ہیں۔ تاہم، آج کل کے دور میں، جب ہر طرف مسائل کا انبار اور پریشانیاں موجود ہوں تو ایسے میں خوش رہنے کے مواقع ڈھونڈنا مشکل ہو جاتا ہے۔

خوشی کا مطلب مختلف لوگوں کے لئے متنوع ہو سکتا ہے۔ ایک فرد کو اگر زیادہ نیند لینے سے خوشی حاصل ہوتی ہے تو دوسرے کے لئے یہ صرف وقت کا ضیاع اور جہالت ہے۔ کوئی کھیل سے خوشی حاصل کرتا ہے تو کوئی کھانے کا شوقین ہے۔

کھانے سے یاد آیا کہ آج کل اے بی سی ڈی کے ساتھ وٹامن ''**P**'' کا بہت تذکرہ کیا جاتا ہے، ''**P**'' یعنی **Pleasure**۔ اور آج کا ہمارا موضوع بھی ''خوشی'' کا حصول ہے، جو ایک انسان مختلف ذرائع سے حاصل کرنے کی کوشش کرتا ہے تاہم یہاں ہم کھانے کے ذریعے 'وٹامن پی' کے حصول کا ذکر کرنے جا رہے ہیں کیوں کہ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ لذیذ کھانے کا مقصد صرف بھوک مٹانا نہیں بلکہ یہ خوشی کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔

ہم میں سے تقریباً ہر ایک کے پاس اس سوال کا جواب ہے کہ ''آپ کا پسندیدہ کھانا کیا ہے؟'' اور یہ پسندیدگی دراصل خوشی کا حصول ہے۔

کھانے کے اوقات کو پرلطف بنانے کے لئے کھانے سے لذت کا حصول درحقیقت اپنے اندر متعدد طبی فوائد سموئے ہوئے ہے، جیسے کھانے کا ذائقہ ہاضمے کو سہارا دیتا ہے، کھانے کے ساتھ آپ کے تعلقات کو بہتر بنانے میں مدد کر سکتا ہے، کھانے کی خرابی پر قابو پانے میں مدد کر سکتا ہے وغیرہ وغیرہ۔ کھانے سے لذت یا خوشی کا حصول اتنا ہی اہم ہے، جتنا کہ کھانے کی ضرورت۔ آئے جانتے ہیں کہ کھانے کے لیے لذت یا خوشی کیوں اہمیت رکھتی ہے؟

### خوشی کے حصول کے لئے کھانے کی نفسیات

برسوں سے، محققین خوشی کے لیے کھانے کی نفسیات کا مطالعہ کر رہے ہیں، جن کے نتائج نہایت دلچسپ اور بڑی حد تک حوصلہ افزا ہیں۔ جسمانی طور پر لوگ کھانے سے جو لذت حاصل کرتے ہیں وہ ہمارے منہ اور دماغ دونوں میں ہوتی ہے۔

ایلیٹا سٹورچ، امریکی ادارے وائز ہارٹ نیوٹریشن اینڈ ویلنس کی تھراپسٹ، اینٹی ڈائیٹ ڈائیٹیشین، اور سرٹیفائیڈ باڈی ٹرسٹ پرووائیڈر ہیں۔

ماہر غذائیات ایلیٹا سٹورچ بتاتی ہیں کہ ''کھانے سے لذت سمیت کسی بھی قسم کی خوشی دماغ میں ڈوپامائن (ہارمون) کے اخراج کا باعث بنتی ہے۔ ڈوپامائن کو عمومی طور پر ایک اچھا ہارمون کہا جاتا ہے کیوں کہ یہ دماغ میں ایسے نظام کو متحرک کرتا ہے، جو خوشی، سکون، حوصلہ افزائی اور توجہ کو فروغ دینے میں مدد کرتا ہے۔'' درحقیقت، **2011** کی کچھ پرانی تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ موٹاپے کے شکار لوگوں میں ڈوپامائن کی حساسیت میں خلل پڑ سکتا ہے، جس کی وجہ سے وہ کھانے سے مناسب لذت حاصل کرنے کے لیے ضرورت سے زیادہ کھاتے ہیں لیکن جب دماغ کی کیمسٹری ٹھیک سے کام کر رہی ہو تو ہمارا کھانے سے لطف اندوز ہونا جسمانی فوائد کا باعث بنتا ہے۔

سٹورچ کا کہنا ہے کہ ''جب ہم اس کھانے سے لطف اندوز ہوتے ہیں جو ہم کھا رہے ہیں اور ڈوپامائن کو متحرک کرتے ہیں، تو ہم حقیقت میں اسے زیادہ موثر طریقے سے ہضم اور میٹابولائز کرتے ہیں۔ جب ہم خوشگوار کھانے کے تجربے کے جواب میں پرسکون ہوتے ہیں، تو ہمارا اعصابی نظام آرام اور ہضم کے موڈ میں چلا جاتا ہے، جو ہمیں مکمل طور پر ٹوٹ پھوٹ اور ان غذائی اجزاء کو استعمال کرنے دیتا ہے جو ہم کھاتے ہیں۔''

خوشی کے لیے کھانا صحت مند کھانے کو بھی فروغ دیتا ہے۔ امریکن نیشنل انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ کی **2020**ء کی ایک تحقیق میں کھانے سے لطف اندوز ہونے اور صحت مند غذا کے درمیان تعلق کے بارے میں **119** مطالعات کا جائزہ لیا گیا، جس میں **57** فیصد تک کھانے کی خوشی اور غذائی نتائج کے درمیان سازگار تعلق پایا گیا۔

مثال کے طور پر ایک مطالعہ اعلیٰ غذائیت کی حیثیت کے ساتھ زیادہ کھانے کی خوشی کو منسلک کرتا ہے جبکہ ایک دوسری تحقیق میں صحت افزا اور متوازن غذا کو فروغ دینے کے لیے صحت مند کھانوں سے لطف اندوز ہونے کی اہمیت پر زور دیا گیا ہے۔

مستند امریکی غذائی ماہر سارہ گولڈ ایبز لوور کے مطابق ''ایک عمومی تاثر یہ ہے کہ صحت مند کھانے کا ذائقہ زیادہ تر اچھا نہیں ہوتا، لیکن یہ بات بالکل بھی درست نہیں ہے کیوں کہ جب ہم وہ کھانا کھاتے ہیں جس سے ہم لطف اندوز ہوتے ہیں تو اطمینان بڑھ جاتا ہے اور خوشی حاصل ہوتی جو درحقیقت غذا کے معیار کو بہتر بنا سکتا ہے اور زیادہ کھانے یا زیادہ کھانے کے امکانات کو کم کر سکتا ہے۔

### کھانے کی جذباتی اہمیت

اگر کھانا صرف ایندھن ہوتا تو کھانے کے اوقات کافی بورنگ ہوتے۔ ہمیں اپنے پیاروں کے ساتھ اپنے ثقافتی ورثے سے جوڑنے تک، کھانا انسانی زندگی میں خاص اہمیت رکھتا ہے۔ مختصر یہ کہ کھانا جسمانی کے ساتھ جذباتی پرورش بھی کرتا ہے۔

یہاں ہم لذیذ کھانے سے لطف اندوز ہونے کے چند فوائد کا تذکرہ کرتے ہیں۔

### **i**۔ سماجی تعلقات کی مضبوطی

کسی پارٹی یا خاندانی اجتماع میں اگر کھانے پینے کا اہتمام نہ ہو تو یہ نشست خالی خالی سی محسوس ہوتی ہے۔ تھائی سوشل کمیونٹی کی **2015**ء میں شائع ہونے والی ایک ریسرچ کے مطابق جب لوگ دوسروں کے ساتھ کھانے سے لطف اندوز ہوتے ہیں، تو یہ زیادہ تر خوشی کے احساس میں اضافے کا باعث بنتا ہے۔

### **ii**۔ جسمانی اور جذباتی سکون

جب آپ بیمار ہوتے ہیں تو گرم چکن سوپ یا پسندیدہ میٹھا کھانے کو دل چاہتا ہے، یہ چاہنا دراصل آپ کی خوشی کے لئے ہے۔

اس طرح کے کھانے ہماری جذباتی تسکین اور جسم کو سکون بخشنے کا بہترین ذریعہ ہیں۔ اس حوالے سے ڈاکٹر ایبز لوور کہتے ہیں کہ بعض اوقات کھانا ایک مشکل دن کے اختتام پر بھی سکون فراہم کرتا ہے، جب ہم خود کو کھانے کے ساتھ جڑنے اور اس سے لطف اندوز ہونے دیتے ہیں، تو اس سے متعدد فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

### **iii**۔ غیر ضروری ڈائٹنگ کی گرفت سے آزادی

اگرچہ جب آپ اپنا پسندیدہ کھانا کھاتے ہیں تو اس میں کیلوریز یا چکنائی کا زیادہ خیال نہیں رکھا جاتا لیکن آپ جو کھاتے ہیں اس سے ذہنی طور پر لطف اندوز ہونے کا انتخاب اس نقصان دہ ذہنیت کو توڑنے میں مدد کرتا ہے۔

سٹورچ کہتی ہیں کہ جب ہم کھانے کو بلاوجہ کی پابندیوں سے آزاد کرتے ہوئے پسندیدگی کی بنیاد پر کھاتے ہیں تو جسم اس بات پر بھروسہ کرنا سیکھتا ہے کہ اسے اپنی ضرورت کی چیز ملے گی، جس سے جسم کی نشوونما پر منفی اثرات میں کمی واقع ہوتی ہے۔

### **iv**۔ ثقافتی ورثے سے جوڑنا

کئی دہائیوں سے، تحقیق نے ثابت کیا ہے کہ تعلق کا احساس دماغی صحت کے لیے بہت ضروری ہے۔ اپنے خاندان یا ثقافتی ورثے سے تعلق رکھنے کے لیے اس سے زیادہ خوبصورت امر اور کیا ہے؟ یہ وہ عمل ہے جہاں کھانے سے لطف اندوز ہونا ایک اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔

سٹورچ کہتی ہیں کہ روابط کو فروغ دینے والے کھانے پر پابندی یا انکار کرنا علیحدگی اور تنہائی کا باعث بن سکتا ہے۔ ثقافتی کھانوں کو چھوڑ کر ہم اپنی شناخت پر بھی سوالات اٹھا رہے ہوتے ہیں۔ تاہم دوسری طرف ان کھانوں کو اپنانے سے بالآخر آزادی اور تعلق کا احساس پیدا ہو سکتا ہے جو آپ کی ذہنی صحت کو بہتر بناتا ہے۔

### خوشی کے لیے کھانا یا جذباتی کھانا

تناؤ، غصہ، یا اداسی جیسے مشکل جذبات سے نمٹنے کے لیے کھانے کی طرف رجوع کرنے کا نتیجہ اکثر بے فکری کی صورت میں نکلتا ہے، جس سے کھانے کے ساتھ آپ کا تعلق کمزور ہوتا ہے۔

ماہرین غذا کہتے ہیں کہ جذباتی کھانا تب ہوتا ہے جب لوگ کھانے کو مثبت یا منفی دونوں جذبات سے نمٹنے کے لیے استعمال کرتے ہیں، جبکہ خوشی کے لیے کھانا کھانے کا انتخاب خاص طور پر اس کے ذائقے، ساخت اور تجربے سے لطف اندوز ہونے کے لیے ہے، جیسے کہ جب آپ گرمیوں میں آئس کریم کون کے لیے باہر جاتے ہیں یا سیب کے باغ میں سیدھا درخت سے سیب کھاتے ہیں۔

ان دو رویوں کے درمیان ایک اور بڑا فرق وہ تعلق ہے جو آپ اپنے کھانے سے محسوس کرتے ہیں۔ اکثر جب لوگ جذباتی طور پر کھاتے ہیں تو کھانے کے ساتھ تعلق یا علیحدگی کی کمی واقع ہوتی ہے، لیکن جب خوشی کے لیے کھاتے ہیں، تو عام طور پر ایک حقیقی تعلق پیدا ہوتا ہے۔

### خوشی کے ساتھ کھانے کی جسمانی نشوونما

روزمرہ زندگی میں من پسند چیزیں کھانے سے خوشی ملتی ہیں۔ جو کھانا ہم کھاتے ہیں وہ ہمارے جسم کو پرورش دیتا ہے، ہماری جذباتی تسکین کا باعث بنتا ہے اور ہمارے ذائقے کی حس کی تشفی کرتا ہے۔

**اس ضمن میں سٹوریچ تجویز کرتی ہیں کہ جب آپ کھانا یا ناشتہ بناتے ہیں، تو دیکھیں کہ کیا کوئی ایسی چیز ہے جس سے آپ اسے 10 فیصد زیادہ پُرلطف بنانے کے لیے کر سکتے ہیں، اس عمل سے کھانے سے خوشی کا حصول بڑھے گا اور نتیجتاً آپ کی درست خطوط پر جسمانی نشوونما بھی ہو گی۔ لهذا کھانا کھانے کے بعد اس امر پر ضرور غور کریں کہ اس کھانے سے آپ کو کتنی خوشی حاصل ہوئی اور اس میں جو کمی تھی، اسے آئندہ کیسے پورا کیا جا سکتا ہے۔**

وطن سرینگر

## انسان ترقی کی دوڑ میں حقیقی مقصد سے دور

انسان کی تخلیق ایک مقصد کیلئے عمل میں لائی ہے لیکن عصر حاضر کا انسان اپنے مقصد سے دور ہوتا گیا کیونکہ اس کو دنیا کے ہوس اور مادیت پرستی نے جھنجوڑ کے رکھ دیا ہے انسان اگر چہ معاشی طور خود کفیل ہے اور مجموعی طور آرام دہ زندگی بسر کرتا ہے لیکن سکون کھویا ہوا ہے ۔ کیونکہ انسان مادیت پرستی کی وجہ سے اپنی حقیقی وجود سے آشنا ہوکر بھی ناآشنا ہونے لگا ہے جس کے نتیجے میں حلال وحرام اور حق وباطل کے درمیان تفاوت کرنے سے قاصر رہتا ہے ۔ انا پرستی اور دولت کی ہوس نے انسان کی آنکھوں پر پردہ ڈالا ہے اور اس کے تمام اثرات نجی زندگی پر مرتب ہوجاتے ہیں ۔۔ لوگ تو اپنے کاموں میں مشغول ہیں کسی کو کوئی فرصت نہیں ہے اور عدیم الفرصتی کے عالم میں ان پُرانی تمام احسن روایات ومحبتوں کو بھول گیا ہے کیونکہ آج سے پہلے کئی دہائی لوگوں کی رشتہ داری اور ہمسائیگی اتنی مضبوط تھی کہ کوئی بھی اپنے آپ کو تنہا محسوس نہیں کرتا تھا ہر ایک اپنے سے دوسروں کی بجائی اور خوشحالی میں خوش ہو جاتا تھا عبادت وعیادت اور خوشی وغم کی تقریبات ودیگر معمولات زندگی ایسی بہترین تھیں ۔ یہاں یہ بات قابل ذکر ہے کہ ایک دوسرے کے سہارے جیا کرتے تھے ،دکھ درد اور خوشیوں میں ایک دوسرے کا ہاتھ بٹاتے تھے مذہبی رواداری، مساوات اور بھائی چارہ ہر انسان میں چاہیے امیر تھا یا غریب کا مادہ کوٹ کوٹ کر بھرا ہوا تھا۔ ایک ساتھ روتے تھے اور ایک ساتھ مسکراتے تھے تب وہ لوگ غریب تھے لیکن پُرسکون اور فرحت بخش زندگی گذارتے تھے غریب کی وہ تمام اڑچنے اور سختیاں ایک دوسرے کے ساتھ مل کر بانٹتے تھے اور ایک دوسرے کو دلاسہ دیکر زندگی کے مزے لیا کرتے تھے پھر انسان نے اپنی نظریں دور کی منزلوں کی طرف دوڑائے اور وہ غربت کی تمام آزمائشوں سے تنگ آکر ترقی کی دوڑ میں آگے بڑھنے لگا لیکن اس دوڑ میں انسان اصلی وجود وحقائق سے دور ہوتا گیا یہاں تک کہ اشرف المخلوقات ہوکر بھی معاشی حیوان بن بیٹھا۔

یہ مسلمہ حقیقت ہے کہ ہر ایک شخص ایک دوسرے کا معاوِن و مددگار ہوتا ہے لیکن جو شاہی گدیوں پر براجماں ہوتے ہیں اُن کی آنکھوں پر تعصب، ضد اور تکبر کی عینک لٹکتی رہتی ہے یہی وجہ ہے کہ وہ لوگ حقیقت سے بھی ناآشنا ہوجاتے ہیں ٹھیک ہے کہ جو انسان ترقی کی دوڑ میں غلط طریقے سے پیسے بٹور کر آگے بڑھتے ہیں وہ ہر اعتبار سے پریشان ہوتا ہے۔ یہاں یہ امر قابل ذکر ہے کہ اگر آج بھی انسان مذہبی اصولوں اور اخلاقی اقدار کی پاسداری کرے تو عین ممکن ہے کہ انسان ترقی کے ساتھ ساتھ پُرامن اور خوشحال زندگی گذار سکتا ہے۔ اس لئے ضرورت اس بات کی ہے کہ انسان خودغرضی، لالچ، دھوکہ بازی اور فریب کاری سے اپنے آپ کو دور رکھ کر انسانوں کی طرح زندگی گذاریں اس ترقی یافتہ دور میں انسان کو اپنے حقیقی وجود کی طرف اپنی نظریں مرکوز کرنی لازمی ہے۔ تاکہ انسان اپنی بجائی اور بہبودی کے ساتھ ساتھ دوسروں کے لئے بھی خیر خواہ اور ہمدرد ثابت ہو سکے تو ضرور وہ انسان زندگی کے غموں سے نکل کر خوشحالی کی طرف گامزن ہوجائے گا۔

# یاجوج وماجوج کی حقیقت

جب یہ دیوار تعمیر ہوگئی تو ذوالقرنین نے اللہ کا شکرادا کیا جس نے یہ دیوار بنانے اور لوگوں کو آئے دن کی پریشانیوں سے نجات دلانے کی توفیق بخشی مگر ساتھ ہی لوگوں کو یہ بھی بتا دیا کہ یہ دیوار اگر چہ بہت مضبوط اور مستحکم ہے مگر یہ لازوال نہیں جو چیز بھی بنی ہے بالا آخرفنا ہونے والی ہے اور جب میرے رب کے وعدے کا وقت قریب آئیگا تو وہ اس کو پیوند خاک کردے گا اور میرے رب کا وعدہ برحق ہے۔ رہی یہ بات کہ سدِ ذوالقرنین کہاں واقع ہے؟ تو اس میں بھی اختلافات ہیں کیونکہ آج تک ایسی پانچ دیواریں معلوم ہو چکی ہیں جو مختلف بادشاہوں نے مختلف علاقوں میں مختلف ادوار میں جنگجو قوموں کے حملوں سے بچاؤ کی خاطر بنوائی تھیں۔ ان میں سے سب سے زیادہ مشہور دیوار چین ہے جس کی لمبائی کا اندازہ بارہ سو میل سے لے کر پندرہ سو میل تک کیا گیا ہے اور اب تک موجود ہے لیکن واضح رہے کہ دیوار چین لوہے اور تانبے سے بنی ہوئی نہیں ہے اور نہ وہ کسی چھوٹے کوہستانی درّے میں ہے، وہ ایک عام مصالحے سے بنی ہوئی دیوار ہے۔ بعض مفسرین اور مذوبی رہنماؤں کا اصرار ہے کہ یہ وہی دیوار ''مارب'' ہے کہ جو یمن میں ہے، یہ ٹھیک ہے کہ دیوار مارب ایک کوہستانی درے میں بنائی گئی ہے لیکن وہ سیلاب کو روکنے کیلئے اور پانی ذخیرہ کرنے کے مقصد سے بنائی گئی ہے۔

ایم سرور صدیقی
جمہور کی آواز

یاجوج و ماجوج کے متعلق بڑی عجیب وغریب کہانیاں مشہور ہیں جسے سن کر بچے سہم سہم جاتے ہیں کیونکہ یہ لوگ انتہائی وحشی اور خوفناک سمجھے جاتے ہیں ان کی وحشت کی کئی کہانیاں ہر مذہب کے لوگوں میں مشہور ہیں ان کا تذکرہ آخری الہامی کتاب میں بھی موجود ہے لیکن تاریخی اعتبار سے یاجوج و ماجوج حضرت نوح علیہ السلام کے تیسرے بیٹے یافث کی اولاد میں سے ہیں۔ یہ انسانی نسل کے دو بڑے وحشی قبیلے گزر چکے ہیں جو اپنے اردگرد رہنے والوں پر بہت ظلم اور زیادتیاں کرتے اور انسانی بستیاں تک تاراج کردیتے تھے۔ قرآن مجید کی آیات ،توریت کے مطالب اور تاریخی شواہد سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ لوگ شمال مشرقی ایشیاء میں زندگی بسر کرتے تھے اور اپنے وحشیانہ حملوں کے نتیجہ میں ایشیا کے جنوبی اور مغربی علاقوں میں مصیبت برپا کرتے تھے۔ بعض تاریخ دانوں نے ان کے رہائشی علاقے کو ماسکو اور سیک کے آس پاس بتلایا ہے اور بعض کا خیال ہے کہ یاجوج و ماجوج کے شہر تبت اور چین سے بحر منجمد شمالی تک اور مغرب میں ترکستان تک پھیلے ہوئے تھے۔ حضرت ذوالقرنین علیہ السلام کے زمانے میں یاجوج و ماجوج کے حملے وبال جان بن گئے تھے، ان کی روک تھام کیلئے ذوالقرنین نے پہاڑوں کے مابین اونچی اور مضبوط سد (دیوار) تعمیر فرمائی۔ ذوالقرنین اور سدِ ذوالقرنین کا ذکر قرآن کریم کی سورۃ الکہف میں موجود ہے۔ جس ذوالقرنین کا قرآن میں ذکر ہے، تاریخی طور پر وہ کون شخص ہے، تاریخ کی مشہور شخصیتوں میں یہ داستان کس پر منطبق ہوتی ہے، اس سلسلے میں مفسرین کے درمیان اختلاف ہے۔

تاریخ کی کتابوں کے مطالعے کے بعد لوگوں نے ذوالقرنین کی شخصیت اور سدِ ذوالقرنین سے متعلق مختلف اندازے لگائے ہیں۔ یہ کتنی عجیب بات ہے کہ بہت سے قدیم علماء اور مفکر سکندر اعظم کو ہی ذوالقرنین مانتے ہیں مگر بعض اس کا انکار کرکے یہ دلیل پیش کرتے ہیں کہ ذوالقرنین دراصل حضرت سلیمان علیہ السلام کا خطاب تھا۔ جدید زمانے کے کچھ مفسر و مفکر ذوالقرنین کو قدیم ایرانی بادشاہ سائرس اعظم (کورش اعظم) کا دوسرا نام قرار دیتے ہیں اور یہ نسبتاً زیادہ قرین قیاس ہے، مگر بہرحال ابھی تک یقین کے ساتھ کسی شخصیت کو اس کا مصداق نہیں ٹھہرایا جاسکتا۔ ذوالقرنین کی بابت قرآن نے صراحت کی ہے کہ وہ ایسا حکمران تھا جس کو اللہ تعالیٰ نے بے حد مال و اسباب و وسائل کی فراوانی سے نوازا تھا۔ وہ مشرقی اور مغربی ممالک کو فتح کرتا ہوا ایک ایسے پہاڑی درّے پر پہنچا جس کی دوسری طرف یاجوج اور ماجوج تھے۔ قرآن کریم کی سورۃ کہف میں بحوالہ یاجوج ماجوج ذوالقرنین کے حالات بیان کرتے ہوئے فرمایا گیا ہے کہ جب وہ اپنی شمالی مہم کے دوران سو دیواروں (پہاڑوں) کے درمیان پہنچا تو وہاں اسے ایسی قوم ملی جس کی زبان ناقابل فہم تھی تاہم جب ترجمان کے ذریعے گفتگو ہوئی تو انہوں نے عرض کیا کہ یاجوج ماجوج اس سرزمین پر فساد پھیلاتے ہیں لہٰذا آپ ہمارے اور ان کے درمیان ایک سد (دیوار) تعمیر کردیں۔ کچھ لوگوں کی دانست میں یہ ایک خیالی دیوار ہے کچھ اس دیوار کو دیوارِ چین سمجھتے ہیں جو چاند سے بھی نظر آنے والی زمین کی واحد چیز ہے سب مذہبی اسکالر و رہنما اس بات پر متفق ہیں کہ ذوالقرنین نے اُس قوم کو یاجوج ماجوج کی یلغار سے بچانے کیلئے دیوار بنائی اور جو دیوار بنائی گئی وہ کوئی خیالی اور معنوی نہیں بلکہ حقیقی اور حسی ہے جو کہ لوہے اور پگھلے ہوئے تانبے سے بنائی گئی تھی جس سے وقتی طور پر یاجوج ماجوج کا فتنہ دب گیا۔

جب یہ دیوار تعمیر ہوگئی تو ذوالقرنین نے اللہ کا شکر ادا کیا جس نے یہ دیوار بنانے اور لوگوں کو آئے دن کی پریشانیوں سے نجات دلانے کی توفیق بخشی مگر ساتھ ہی لوگوں کو یہ بھی بتا دیا کہ یہ دیوار اگرچہ بہت مضبوط اور مستحکم ہے مگر یہ لازوال نہیں جو چیز بھی بنی ہے بالا آخر فنا ہونے والی ہے اور جب میرے رب کے وعدے کا وقت قریب آئیگا تو وہ اس کو پیوند خاک کردے گا اور میرے رب کا وعدہ برحق ہے۔ رہی یہ بات کہ سدِ ذوالقرنین کہاں واقع ہے؟ تو اس میں بھی اختلافات ہیں کیونکہ آج تک ایسی پانچ دیواریں معلوم ہوچکی ہیں جو مختلف بادشاہوں نے مختلف علاقوں میں مختلف ادوار میں جنگجو قوموں کے حملوں سے بچاؤ کی خاطر بنوائی تھیں۔ ان میں سے سب سے زیادہ مشہور دیوارِ چین ہے جس کی لمبائی کا اندازہ بارہ سو میل سے لے کر پندرہ سو میل تک کیا گیا ہے اور اب تک موجود ہے لیکن واضح رہے کہ دیوارِ چین لوہے اور تانبے سے بنی ہوئی نہیں ہے اور نہ وہ کسی چھوٹے کوہستانی درّے میں ہے، وہ ایک عام مصالحے سے بنی ہوئی دیوار ہے۔ بعض مفسرین اور مذوبی رہنماؤں کا اصرار ہے کہ یہ وہی دیوار ''مارب'' ہے کہ جو یمن میں ہے، یہ ٹھیک ہے کہ دیوارِ مارب ایک کوہستانی درے میں بنائی گئی ہے لیکن وہ سیلاب کو روکنے کیلئے اور پانی ذخیرہ کرنے کے مقصد سے بنائی گئی ہے۔

ویسے بھی وہ لوہے اور تانبے سے بنی ہوئی نہیں ہے جبکہ علماء و محققین کی گواہی کے مطابق سرزمین ''قفقاز'' میں دریائے خزر اور دریائے سیاہ کے درمیان پہاڑوں کا ایک سلسلہ ہے کہ جو ایک دیوار کی طرح شمال اور جنوب کو ایک دوسرے سے الگ کرتا ہے۔ اس میں ایک دیوار کی طرح کا درّہ بھی موجود ہے جو مشہور درّہ ''داریال'' ہے۔ یہاں اب تک ایک قدیم تاریخی لوہے کی دیوار نظر آتی ہے، اسی بناء پر بہت سے لوگوں کا نظریہ ہے کہ دیوارِ ذوالقرنین یہی ہے۔ اگرچہ سدِ ذوالقرنین بڑی مضبوط بنائی گئی ہے جس کے اوپر چڑھ کر یا اس میں سوراخ کرکے یاجوج ماجوج کا ادھر آنا ممکن نہیں لیکن جب اللہ کا وعدہ پورا ہوگا تو وہ اسے ریزہ ریزہ کرکے زمین کے برابر کردے گا، اس وعدے سے مراد قیامت کے قریب یاجوج ماجوج کا ظہور ہے۔ صحیح بخاری کی ایک حدیث شریف میں حضور نبی کریم ﷺ نے اس دیوار میں تھوڑے سے سوراخ کو فتنے کے قریب ہونے سے تعبیر فرمایا۔ ایک اور حدیث میں آتا ہے کہ یاجوج ماجوج ہر روز اس دیوار کو کھودتے ہیں اور پھر کل کیلئے چھوڑ دیتے ہیں لیکن جب اللہ کی مشیت ان کے خروج کی ہوگی تو پھر وہ کہیں گے کل ان شاء اللہ اس کو کھودیں گے اور پھر دوسرے دن وہ اس سے نکلنے میں کامیاب ہوجائیں گے اور زمین میں فساد پھیلائیں گے یعنی انسانوں کو بھی کھانے سے گریز نہیں کرینگے تو اللہ تعالیٰ کی طرف سے حضرت عیسیٰ علیہ السلام کو حکم ہوگا کہ وہ مسلمانوں کو طور کی طرف جمع کرلے کیونکہ یاجوج ماجوج کا مقابلہ کسی کے بس میں نہ ہوگا۔

حضرت عیسیٰ اور ان کے ساتھی اس وقت ایسی جگہ کھڑے ہوں گے جہاں غذا کی سخت قلت ہوگی پھر لوگوں کی درخواست پر حضرت عیسیٰ یاجوج ماجوج کیلئے بددعا فرمائیں گے پس اللہ تعالیٰ ان کی گردنوں اور کانوں میں کیڑا پیدا کردے گا جو بعد میں پھوڑا بن جائے گا جس کے پھٹنے سے یہ ہلاک ہونا شروع ہوجائیں گے۔ سب سے سب مرجائیں گے، ان کی لاشوں سے ایک بالشت زمین بھی خالی نہ ہوگی اور ہر طرف ان کی لاشوں کی گندی بو پھیل جائے گی، پھر عیسیٰ ابن مریم دعا کریں گے تو اللہ جل وشانہ اونٹ کی گردن برابر پرندے بھیجیں گے جو ان کی لاشوں کو اٹھا کر جانے کہاں پھینک دینگے، پھر ایک بارش ہوگی جس سے کل زمین صاف شفاف ہوجائے گی اور ہر طرف ہریالی و خوشحالی ہوگی۔ صحیح مسلم میں نواس بن سمعان کی روایت میں صراحت ہے کہ یاجوج ماجوج کا ظہور حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے نزول کے بعد ان کی موجودگی میں ہوگا، جس سے ان مفسرین کی تردید ہوجاتی ہے، جو کہتے ہیں کہ تاتاریوں کا مسلمانوں پر حملہ یا منگول ترک جن میں سے چنگیز بھی تھا یا روسی اور چینی قومیں یہی یاجوج وماجوج ہیں، جن کا ظہور ہو چکا یا مغربی قومیں ان کا مصداق ہیں کہ پوری دنیا میں ان کا غلبہ وتسلط ہے۔ یہ سب باتیں غلط ہیں، کیونکہ یاجوج وماجوج کے غلبے سے سیاسی غلبہ مراد نہیں ہے بلکہ قتل وغارت گری اور شروفساد کا وہ عارضی غلبہ ہے جس کا مقابلہ کرنے کی طاقت ملے گی، تاہم پھر وبائی مرض سے سب کے سب آن واحد میں لقمہ اجل بن جائیں گے۔ یہ بھی کہا یہ جاتا ہے کہ یاجوج و ماجوج جب غالب آجائیں گے تو وہ ہر چیز کو تباہ وبرباد کرکے رکھ دیں گے پھر کی بددعا سے وہ ہلاک ہوجائیں گے اس کے بعد قیامت بپا ہونے کی پیش گوئیاں بھی ملتی ہیں۔

سب سے سب مرجائیں گے، ان کی لاشوں سے ایک بالشت زمین بھی خالی نہ ہوگی اور ہر طرف ان کی لاشوں کی گندی بو پھیل جائے گی، پھر عیسیٰ ابن مریم دعا کریں گے تو اللہ جل وشانہ اونٹ کی گردن برابر پرندے بھیجیں گے جو ان کی لاشوں کو اٹھا کر جانے کہاں پھینک دینگے، پھر ایک بارش ہوگی جس سے کل زمین صاف شفاف ہوجائے گی اور ہر طرف ہریالی وخوشحالی ہوگی۔ صحیح مسلم میں نواس بن سمعان کی روایت میں صراحت ہے کہ یاجوج ماجوج کا ظہور حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے نزول کے بعد ان کی موجودگی میں ہوگا، جس سے ان مفسرین کی تردید ہوجاتی ہے، جو کہتے ہیں کہ تاتاریوں کا مسلمانوں پر حملہ یا منگول ترک جن میں سے چنگیز بھی تھا یا روسی اور چینی قومیں یہی یاجوج وماجوج ہیں، جن کا ظہور ہوچکا یا مغربی قومیں ان کا مصداق ہیں کہ پوری دنیا میں ان کا غلبہ وتسلط ہے۔ یہ سب باتیں غلط ہیں، کیونکہ یاجوج وماجوج کے غلبے سے سیاسی غلبہ مراد نہیں ہے بلکہ قتل وغارت گری اور شروفساد کا وہ عارضی غلبہ ہے جس کا مقابلہ کرنے کی طاقت ملے گی، تاہم پھر وبائی مرض سے سب کے سب آن واحد میں لقمہ اجل بن جائیں گے۔ یہ بھی کہا یہ جاتا ہے کہ یاجوج وماجوج جب غالب آجائیں گے تو وہ ہر چیز کو تباہ وبرباد کرکے رکھ دیں گے پھر کی بددعا سے وہ ہلاک ہوجائیں گے اس کے بعد قیامت بپا ہونے کی پیش گوئیاں بھی ملتی ہیں۔

The Urdu Daily
WATTAN
وطن سرینگر

# باقیات

101

فورسز کی تعیناتی، نگرانی کے طریقہ کار اور ہنگامی حالات سے نمٹنے کی تیاریوں کے بارے میں تفصیلی بریفنگ دی ۔ اس دوران آپریشنل نظام کو مزید موثر بنانے اور مختلف ایجنسیوں کے درمیان ہم آہنگی کو مضبوط کرنے پر بھی تبادلہ خیال کیا گیا ۔ دورے کے دوران لیفٹیننٹ جنرل پے کے مشرا نے مشکل حالات میں ملک کی حفاظت کیلئے تعینات جوانوں کے بلند حوصلے، پیشہ وارانہ مہارت اور لگن کی تعریف کی۔انہوں نے اس بات پرزور دیا کہ سیکورٹی کو مستحکم رکھنے کیلئے مسلسل چوکس رہنا اور جدید حکمِ عملی اپنانا ناگزیر ہے۔دورے کے دوران لیفٹیننٹ جنرل پے کے مشرا نے مشکل حالات میں ملک کی حفاظت کیلئے تعینات جوانوں کے بلند حوصلے، پیشہ وارانہ مہارت اور لگن کی تعریف کی۔انہوں نے اس بات پرزور دیا کہ سیکورٹی کو مستحکم رکھنے کیلئے مسلسل چوکس رہنا اور جدید حکمِ عملی اپنانا ناگزیر ہے۔دورے کے دوران لیفٹیننٹ جنرل پے کے مشرا نے مشکل حالات میں ملک کی حفاظت کیلئے تعینات جوانوں کے بلند حوصلے، پیشہ وارانہ مہارت اور لگن کی تعریف کی۔انہوں نے اس بات پرزور دیا کہ سیکورٹی کو مستحکم رکھنے کیلئے مسلسل چوکس رہنا اور جدید حکمِ عملی اپنانا ناگزیر ہے۔دورے کے دوران لیفٹیننٹ جنرل پے کے مشرا نے مشکل حالات میں ملک کی حفاظت کیلئے تعینات جوانوں کے بلند حوصلے، پیشہ وارانہ مہارت اور لگن کی تعریف کی۔انہوں نے اس بات پرزور دیا کہ سیکورٹی کو مستحکم رکھنے کیلئے مسلسل چوکس رہنا اور جدید حکمِ عملی اپنانا ناگزیر ہے۔

102

کہ انتظامیہ اور اس کی پوری طاقت منشیات کے خاتمے کیلئے پرعزم ہے۔لیفٹنٹ گورنر نے جہاں بھی ممکن ہو، ہر گاؤں اور شہر میں ایک غیر رسمی ''والدین بریگیڈ'' کا اعلان کیا۔انہوں نے کہا کہ اس کا مقصد والدین، خواتین اور نوجوانوں کا ایک رضا کارانہ نیٹ ورک بنانا ہے جنہیں تربیت دی جائے گی اور انہیں بااختیار بنایا جائے گا کہ وہ گاؤں یا وارڈوں میں منشیات کے استعمال کی ابتدائی علامات کی نشاندہی کریں اور خاندانوں کو فوری طور پر وسائل سے جوڑ سکیں۔انہوں نے کہا کہ بڈگام کے پورے ضلع کو منشیات کے زہر کے خلاف کھڑا ہونا چاہیے جو ہمارے نوجوانوں کی روحوں کو تباہ کر رہا ہے۔لیفٹنٹ گورنر نے کہا ''میرا ماننا ہے کہ نشے میں مبتلا ہر نوجوان ہماری مستقبل کی افرادی قوت کے لیے طاقت کا نقصان ہے، اور ہماری پولیس اور فوج کے لیے ایک کھویا ہوا سپاہی ہے۔ نشے کی وجہ سے ٹوٹا ہوا ہر خاندان ہمارے معاشرے کی بنیاد میں دراڑ ہے۔'' انہوں نے مشاہدہ کیا کہ منشیات کے خلاف اس جنگ میں معاشرے کو اس حقیقت کو قبول کرنا چاہیے کہ بہت سے لڑکے اور لڑکیاں منشیات کی گرفت میں ہیں۔انہوں نے کہا کہ اس کو قبول کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے کیونکہ یہ ہمارے اپنے بچے ہیں۔ وہ شکار ہیں، مجرم نہیں، اور انہیں ہمارے گلے، شفقت اور دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔ لیفٹنٹ گورنر نے کہا کہ عوام کو اس بدنما داغ کو ختم کرنا چاہیے، تاکہ اگر کسی خاندان کو تکلیف ہو تو اسے خاموشی سے درد برداشت نہ کرنا پڑے۔ اس روایت کو بدلنا چاہیے کیونکہ آج کے حالات ایسے ہیں کہ خاموشی اسے شکست نہیں دے گی؛ عوام کو اپنی آواز بلند کرنی چاہیے۔ انہوں نے نے مزید کہا کہ منشیات کی لت صرف صحت کا مسئلہ نہیں ہے۔ یہ قومی سلامتی کا بھی بحران ہے۔ انہوں نے کہا کہ ہمارے معاشرے میں داخل ہونے والی منشیات نہ صرف ہمارے نوجوانوں کی امنگوں کو کھوکھلا کرتی ہیں اور ان کے اعتماد کو نقصان پہنچاتی ہیں بلکہ منشیات کا کاروبار دہشت گردی اور بنیاد پرستی کو بھی فنڈ فراہم کر رہا ہے۔سنہا نے کہا ''پوری دنیا جانتی ہے کہ ہمارا پڑوسی، دہشت گردی کا ایک بڑا سرپرست جموں کشمیر میں منشیات کی سمگلنگ کرتا ہے، منشیات کی سمگلنگ اور دہشت گردی کی فنڈنگ اب الگ الگ مسائل نہیں ہیں۔ یہ ایک ہی دشمن کے دو ہاتھ ہیں۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ جب ہم منشیات کے خلاف لڑتے ہیں، تو ہم دہشت گردی کے خلاف بھی لڑ رہے ہیں۔ جب ہم اپنے نوجوانوں کی حفاظت کرتے ہیں، تو ہم اپنی قوم کی حفاظت کرتے ہیں''۔لیفٹیننٹ گورنر نے کہا کہ انہوں نے 24 دن پہلے 11 اپریل کو جموں میں منشیات سے پاک جموں وکشمیر مہم کا آغاز اس یقین کے ساتھ کیا تھا کہ کوئی بھی دشمن چاہے کتنی ہی سازشی کیوں نہ ہو، ایک متحد معاشرے کے سامنے کھڑا نہیں ہو سکتا۔انہوں نے کہا'' قانون نافذ کرنے والے ادارے اکیلے یہ جنگ نہیں جیت سکتے، انتظامیہ اکیلے اسے نہیں جیت سکتی۔لیکن ہر استاد، والدین، روحانی پیشوا، بزرگ، ڈاکٹر، نوجوان اور عورت مل کر ایک ناقابل تسخیر قوت بنتے ہیں، اور مجھے پورا یقین ہے کہ بڈگام اس جذبے کے ساتھ اس مہم کو آگے بڑھائے گا۔'' انہوں نے کہا کہ اس 100 دن کی مہم میں لوگوں کے پاس 76 دن باقی ہیں اور ان 76 دنوں میں ہمیں یہ ثابت کرنا ہوگا کہ جب معاشرہ کسی سماجی برائی کے خلاف لڑنے کا فیصلہ کرتا ہے تو ہر شہری کی جیت ہوتی ہے۔سنہا نے کہا'' میں نے وادی کشمیر کے ہر پولیس اسٹیشن کو ہدایت دی ہے کہ وہ اپنے دائرہ اختیار میں منشیات کے اسمگلروں اور پیڈلروں کے بارے میں مکمل معلومات اکٹھی کریں اور 30 دنوں کے اندر فیصلہ کن کارروائی کریں۔ہم منشیات کے کارٹیلوں کے ہر مالیاتی لین دین پر نظر رکھے ہوئے ہیں، اور کارروائی کو نہ صرف چھوٹے وقت کے سوداگروں کے خلاف بلکہ بڑے سمگلروں کے خلاف بھی یقینی بنایا جائے گا۔'' انہوں نے ہر شہری پر زور دیا کہ وہ آگاہی مہم میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیں اور پولیس اور انتظامیہ کے آنکھ اور کان بنیں۔انہوں نے کہا'' میں منشیات کے سمگلروں، منشیات کے دہشت گردی کے نیٹ ورک سے جڑے عناصر اور بڈگام میں سرگرم منشیات فروشوں کو بتانا چاہتا ہوں کہ بڈگام کی سرزمین پر آپ کا وقت ختم ہو گیا ہے۔ ہماری ایجنسیاں جانتی ہیں کہ آپ کون ہیں۔ ہماری انتظامیہ آپ کے پیچھے آ رہی ہے، اور آج میں بڈگام کے ہر باشندے سے وعدہ کرتا ہوں کہ ایک بھی منشیات کا سمگلر احتساب سے نہیں بچ سکے گا۔'' ہم منشیات کے کارٹیلوں کے ہر مالیاتی لین دین پر نظر رکھے ہوئے ہیں، اور کارروائی کو نہ صرف چھوٹے وقت کے سوداگروں کے خلاف بلکہ بڑے سمگلروں کے خلاف بھی یقینی بنایا جائے گا۔'' انہوں نے ہر شہری پر زور دیا کہ وہ آگاہی مہم میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیں اور پولیس اور انتظامیہ کے آنکھ اور کان بنیں۔انہوں نے کہا'' میں منشیات کے سمگلروں، منشیات کے دہشت گردی کے نیٹ ورک سے جڑے عناصر اور بڈگام میں سرگرم منشیات فروشوں کو بتانا چاہتا ہوں کہ بڈگام کی سرزمین پر آپ کا وقت ختم ہو گیا ہے۔ ہماری ایجنسیاں جانتی ہیں کہ آپ کون ہیں۔ ہماری انتظامیہ آپ کے پیچھے آ رہی ہے، اور آج میں بڈگام کے ہر باشندے سے وعدہ کرتا ہوں کہ ایک بھی منشیات کا سمگلر احتساب سے نہیں بچ سکے گا۔''

103

شناخت شگفتہ اختر دختر محمد حسین ڈار ساکنہ ڈانگر پورہ اننت ناگ کے طور پر کی۔اس کے مطابق متعلقہ پولیس اسٹیشن میں این ڈی پی ایس ایکٹ کی دفعہ 8/21 کے تحت ایف آئی آر نمبر 130/2026 کے تحت ایک کیس درج کیا گیا ہے اور تحقیقات شروع کر دی گئی ہے۔ پولیس نے بتایا کہ گرفتار خاتون ایک بدنام زمانہ اور انتہائی مطلوب منشیات فروش ہے، جو پہلے سے ہی متعدد این ڈی پی ایس مقدمات میں ملوث ہے، اور اس کی گرفتاری کو ضلع میں منشیات کے خلاف جاری مہم میں ایک بڑی کامیابی کے طور پر دیکھا جا رہا ہے۔ادھر منشیات کی اسمگلنگ کے خلاف ایک اہم کریک ڈاؤن میں سرینگر پولیس نے نشہ مکت جموں وکشمیر ابھیان کے تحت جاری 100 دن کی مہم کے ایک حصے کے طور پر ایک بدنام زمانہ منشیات فروش کی تقریباً 1.20 کروڑ روپے کی غیر منقولہ جائیداد ضبط کر لی ہے۔ یہ کارروائی پولیس سٹیشن نوہٹہ نے این ڈی پی ایس ایکٹ کی دفعہ 8/20 کے تحت درج ایف آئی آر نمبر 61/2019 کے سلسلے میں منسلک کی ہے۔منسلک اثاثوں میں مکمل طور پر تزئین و آرائش شدہ تین منزلہ رہائشی مکان، تین واش رومز سے لیس ایک علیحدہ سنگل منزلہ کنکریٹ کچن بلاک، اور 09 مرلے کی زمین شامل ہے۔پولیس کے مطابق یہ جائیداد نثار احمد شیخ ولد حبیب اللہ شیخ ساکن کنی دیور شیخ محلہ حول سرینگر کی ہے۔ پولیس کی تحقیقات میں یہ بات سامنے آئی کہ مذکورہ جائیداد منشیات کی غیر قانونی اسمگلنگ سے حاصل کی گئی تھی۔مناسب قانونی عمل کے بعد، اثاثوں کی شناخت غیر قانونی طور پر حاصل کی گئی ہے اور این ڈی پی ایس ایکٹ کی دفعات کے تحت منسلک کی گئی ہے۔

104

شرما، وزیر اعلیٰ کے مشیر ناصر اسلم وانی، چیف سیکرٹری اٹل ڈولو، جل شکتی، وزیر اعلیٰ سیکرٹریٹ، پبلک ورکس اور فائنانس کے ایڈیشنل چیف سیکرٹریوں سمیت تمام انتظامی سیکرٹریوں، فائنانس ڈیپارٹمنٹ کے سینئر افسران، محکموں کے سربراہان اور دیگر متعلقہ افسران نے شرکت کی۔میٹنگ کے شروعات میں ایڈیشنل چیف سیکرٹری فائنانس شیلندر کمار نے ایک جامع پریزنٹیشن دی جس میں مختلف گرانٹس کے تحت محکموں میں بجٹ اعلانات کی موجودہ صورتحال کا ایک تفصیلی جائزہ پیش کیا۔انتظامی سیکرٹریوں نے وزیر اعلیٰ کو اب تک حاصل کی گئی پیش رفت اور بجٹ تجاویز کی عمل آوری میں اپنے اپنے محکموں کی جانب سے کئے گئے اقدامات سے آگاہ کیا۔دورانِ میٹنگ جن محکموں کا جائزہ لیا گیا ان میں جنرل ایڈمنسٹریشن، پلاننگ، ڈیولپمنٹ اینڈ مانیٹرنگ، انفارمیشن، سائنس و ٹیکنالوجی، پاور ڈیولپمنٹ، سکول ایجوکیشن، قانون، اِنصاف و پارلیمانی امور، فائنانس، زرعی پیداوار، خوراک، شہری رسدات و امور صارفین، کلچر، پبلک ورکس، جل شکتی اور مکانات و شہری ترقی شامل ہیں۔وزیر اعلیٰ نے عمل درآمد کو تیز کرنے، بین الاضلاعی تال میل کو مضبوط بنانے اور ٹائم لائنز کی سختی سے پابندی یقینی بنانے کے لئے متعدد ہدایات جاری کیں۔ اُنہوں نے کارکردگی، شفافیت اور عوامی فلاح پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے بجٹ اعلانات کو زمینی سطح پر ٹھوس نتائج میں تبدیل کرنے کی اہمیت پر زور دیا۔اُنہوں نے فنڈنگ اور وسائل کی تقسیم کے حوالے سے تمام علاقوں میں یکساں ترقی پر بھی زور دیا۔وزیر اعلیٰ نے ترقی اور بہتر حکمرانی کے لئے حکومت کے عزم کا اعادہ کرتے ہوئے تمام محکموں کو ہدایت دی کہ وہ پیش رفت کی قریب سے نگرانی کریں اور رُکاوٹوں کو دور کریں تا کہ بجٹ سہولیات کے فوائد بروقت عوام تک پہنچ سکیں۔ان میں جنرل ایڈمنسٹریشن، پلاننگ، ڈیولپمنٹ اینڈ مانیٹرنگ، انفارمیشن، سائنس و ٹیکنالوجی، پاور ڈیولپمنٹ، سکول ایجوکیشن، قانون، انصاف و پارلیمانی امور، فائنانس، زرعی پیداوار، خوراک، شہری رسدات و امور صارفین، کلچر، پبلک ورکس، جل شکتی اور مکانات و شہری ترقی شامل ہیں۔وزیر اعلیٰ نے عمل درآمد کو تیز کرنے، بین الاضلاعی تال میل کو مضبوط بنانے اور ٹائم لائنز کی سختی سے پابندی یقینی بنانے کے لئے متعدد ہدایات جاری کیں۔ اُنہوں نے کارکردگی، شفافیت اور عوامی فلاح پر توجہ مرکوز کرتے ہوئے بجٹ اعلانات کو زمینی سطح پر ٹھوس نتائج میں تبدیل کرنے کی اہمیت پر زور دیا۔اُنہوں نے فنڈنگ اور وسائل کی تقسیم کے حوالے سے تمام علاقوں میں یکساں ترقی پر بھی زور دیا۔وزیر اعلیٰ نے ترقی اور بہتر حکمرانی کے لئے حکومت کے عزم کا اعادہ کرتے ہوئے تمام محکموں کو ہدایت دی کہ وہ پیش رفت کی قریب سے نگرانی کریں اور رُکاوٹوں کو دور کریں تا کہ بجٹ سہولیات کے فوائد بروقت عوام تک پہنچ سکیں۔

105

انجینئر رشید کو ایمز دہلی میں اپنے بیمار والد سے 10 مئی تک دن میں 12 گھنٹے ملنے کی اجازت دی۔ٹیرر فنڈنگ کیس میں رشید کو عبوری ضمانت دینے کے اپنے پہلے کے حکم میں ترمیم کرتے ہوئے عدالت نے کہا کہ انہیں سرینگر سے نئی دہلی کے ایمز اسپتال جانے کی اجازت دی۔ درخواست کی شنوائی کرتے ہوئے جسٹس پرتھیبا ایم سنگھ اور مدھوجین کی بنچ نے واضح کیا کہ ایمز میں ملاقات کے بعد، وہ واپس جیل چلے جائیں گے۔ بنچ نے مزید کہا کہ رشید کے ساتھ سادہ کپڑوں میں کم از کم دو پولیس اہلکاروں کی موجودگی سمیت دیگر شرائط ایک جیسی ہوں گی۔ عدالت نے مزید کہا کہ پولیس اہلکار ایمز میں ان کے والد کے وارڈ کے باہر کھڑے ہوں گے۔ عدالت نے کہا'' چونکہ اپیل کنندہ کے والد پہلے ہی ایمز دہلی میں ہیں اور 28 اپریل کے حکم نامے کا مقصد اپیل کنندہ کو اپنے والد کے ساتھ وقت گزارنا تھا، اس لیے حکم میں ترمیم کی گئی ہے کہ اپیل کنندہ کو 10 مئی تک روزانہ کی بنیاد پر صبح 8 بجے سے شام 8 بجے تک اپنے والد سے ملنے کی اجازت دی جائے۔'' انہوں نے مزید کہا کہ وقت گزرنے کے بعد، اپیل کنندہ کو جیل میں رکھا جائے گا۔'' عدالت نے این آئی اے کے وکیل کی طرف سے انجینئر رشید کو موبائل فون استعمال کرنے کی اجازت دینے کی شرط کو ہٹانے کی درخواست کو بھی مسترد کر دیا، کیونکہ اس نے ایجنسی سے کہا کہ وہ غیر عملی گذارشات نہ کرے۔ این آئی اے کے وکیل نے استدلال کیا کہ کچھ بھی ممکن ہے۔ انہوں نے کہا'' اگر ملزم کے پاس اتنی لمبے عرصے تک پولیس اہلکاروں کی غیر موجودگی میں ایک موبائل ساتھ رہ جائے۔ عدالت نے ریمارکس دیئے کہ اگر اسے موبائل فون استعمال کرنا ہے تو وہ اپنے والد یا خاندان کے کسی فرد کا استعمال کر سکتا ہے''۔ عدالت نے واضح کیا کہ رشید کو جیل سے باہر ہونے کے دوران موبائل فون استعمال کرنے کی اجازت ہوگی۔ عبوری ضمانت کی مدت 6 مئی کو ختم ہونے والی تھی۔

106

نتیجے میں تین ہندوستانی شہری زخمی ہوئے تھے۔شہریوں اور بنیادی ڈھانچے کو نشانہ بنانا ناقابل قبول ہے۔ ہندوستان متحدہ عرب امارات کے ساتھ مضبوط یکجہتی میں کھڑا ہے اور بات چیت اور سفارت کاری کے ذریعہ تمام مسائل کے پرامن حل کے لئے اپنی حمایت کا اعادہ کرتا ہے اور بات چیت اور سفارت کاری کے ذریعہ تمام مسائل کے پرامن حل کے لئے اپنی حمایت کا اعادہ کرتا ہے'' ۔انہوں نے مزید کہا کہ آبنائے ہرمز کے ذریعے محفوظ اور بلا رکاوٹ نیویگیشن کو یقینی بنانا علاقائی امن، استحکام اور عالمی توانائی کی سلامتی کے لیے بہت ضروری ہے۔ادھر وزارت خارجہ نے بھی اس واقعے کی مذمت کرتے ہوئے کہا کہ شہریوں اور شہری بنیادی ڈھانچے پر حملے ناقابل قبول ہیں اور دشمنی کو فوری طور پر روکنے کا مطالبہ کیا۔وزارت نے فجیرہ پر حملوں کا حوالہ دیتے ہوئے ایک بیان میں کہا''ہم ان دشمنیوں کو فوری طور پر بند کرنے اور سویلین انفراسٹرکچر اور معصوم شہریوں کو نشانہ بنانے کا مطالبہ کرتے ہیں''۔

## Pulic Notice

I Mushtaq Ahmad dar R/o diver inder bug lolab have applied for Death certificate of my wife namely Rukhsana begum whose Death Date 03.02.2021.In this regard if any body has any objection he/she may file the same in the office of Block Development officer Sogam within the period of 07 days from the publication of this notice. After that no objection shall be entertained.

## PUBLIC NOTICE

I RAHILYOUSUF KHANDAY [APPLICANT NAME MOHAMMAD YOUSUF KHANDAY R/O COOPERATIVE COLONY PEERBAGH RAWALPORA HAVE APPLIED FOR ISSUANCE OF LEGAL HEIR CERTIFICATE BEFORE THE TEHSILDAT CHANAPORA/NATIPORA SGR

I T IS HEREBY NOTOFIED THAT MY FATHER NAMELY MOHAMMAD YOUSUF KHANDAY EXPIRED ON 09-08-2023 LEAVING BEHIND THE FOOLOWING LEGAL HEIRS :

| SNO | NAME OF FAMILY MEMBER | RELATION WITH DECEASED | AGE |
|---|---|---|---|
| 1. | ROOHI YOUSUF | DAUGHTER | 50 |
| 2. | ROOMI | DO | 49 |
| 3. | ROOFI | DO | 47 |
| 4. | RAHIL YOUSUF | SON | 42 |

IF 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 THERE OF WITHIN A PERIOD OF SEVEN DAYS OF THE PUBLICATION OF SAID NOTICE FAILLING WHICH THE CLAIMS IF ANY SHALL BE DEEMED TO HAVE WAIVED.

APPLICANT NAME RAHIL YOUSUF 58

CONTACT NO.7006581260

## GOVERNMENT OF JAMMU AND KASHMIR
## OFFICE OF THE NAIB TEHSILDAR SANAT NAGAR SRINAGAR

SUBJECT . ISSUANCE OF LEGAL HEIR CERTIFICATE IN FAVOUR OF AFRAZ NAWAZ S/O LATE SHAUKAT HUSSAIN R/O H. NO 4 SEC A GEELANABAD PEERBAGH

FOR ISSUANCE OF LEGAL HEIR /DEPENDENT CERTIFICATE TO THE NOKS OF DECEASED NAMELY LATIF AHMAD HAKIM S/O GHULAM RASOOL HAKIM R/O QAMARWARI BARTHANA SGR.

REF. ONLINE LEGAL CERTIFICATE NO. JK REV -LHC/2026/06886

THE OBOVE TITLED APPLICATION FOR ISSUANCE OF LEGAL HEIR CERTIFICATE IS UNDER PROCESS IN OUR OFFICE.INTHIS REGARD ,THE REPORT OBTAINED FROM CONCERNED FIELD STAFF REVEALS THAT SHAUKAT HUSSAIN S/O LATE GHULAM QADIR MALIK R/O H. NO. 4 SECTOR JEELANABAD PEERBAGH SRINAGAR WHO EXPIREDON 18-03-2026S LEFT BEHIND FOLLOWING TABULATED FAMILY MEMBERS :

### NOTICE

| S.NO | NAME OF FAMILY MEMBER | RELATION WITH DECEASED | AGE | MARITAL STATUS |
|---|---|---|---|---|
| 1. | MASUDA | WIFE | 66 | WIDOW |
| 2. | AFRAZ NAWAZ | SON | 36 | UN-MARRIED |
| 3. | RAZI MONIEF | SON | 34 | UN-MARRIED |

THE APPLICATION HAS SOUGHT ISSUANCE OF A LEGAL HEIR CERTIFICATE IN FAVOUR OF THE ABOVE NAMED LEGAL HEIRS OF THE DECEASEDANY 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 THERE OF WITHIN A PERIOD OF SEVEN DAYS OF THE PUBLICATION OF SAID NOTICE FAILLING WHICH THE CLAIMS IF ANY SHALL BE DEEMED TO HAVE WAIVED.

NAIB TEHSILDAR

SANAT NAGAR

## Government of Jammu and Kashmir
## Directorate of Colleges
## Higher Education Department

### Admission Notification for Four-Year Undergraduate Programs (FYUGP) / Integrated P.G. Programs with multiple-exit options for the Academic Session 2026-2027.

The Department of Higher Education Government of Jammu 86 Kashmir announces the commencement of admissions for the Academic Session 2026-27 for Four Year Undergraduate Programs (FYUGP) / 5-Year Integrated P.G. Programs (1G) with multiple-exit options across all Degree colleges of J&K.

Admissions are being offered in more than 60 Major subjects across diverse knowledge domains in 1.42 Degree Colleges on the basis of 10+2 Merit. Subject offerings vary from college to college and will be visible to the aspirants on the Admission Portal at the time of Preference Filling.

Admission Timeline:

All aspirants need to register on the centralised admission websitc https:/ ijkadmissions.ini which will go live on May 09 2026.

| S. No | Activity Schedule | Dates |
|---|---|---|
| 1 | Registration 8c, Filling of Preferences on Centralised Admission Portal | Link Opens: May 09, 2026 10.00 AM<br>Link Closes: May 27, 2026 7.00 PM |
| 2 | Publication of First Merit: List (Round 1) | 30th May, 2026 |
| 3 | Completion of Admission Formalities and Fee Payment for candidates selected in Round 1 | 1st to 6th June, 2026 |
| 4 | Publication of Second Merit List (Round 2) | 9th June 2026 |
| 5 | Completion of Admission Formalities and Fee Payment for candidates selected in Round 2 | 10' to 15th June, 2026 |
| 6 | Spot Round for leftover seats | 1.8th to 25th June, 2026 |
| 7 | Start of Classwork 1.5th June, 2026 | Winter Zone Colleges: Summer Zone Colleges: 15th July, 2026 |

Documents Required for Registration:

Clear and legible Scanned Copies (PDF/JPG Format Not Exceeding 1 MB each) of the following documents arc required at the time of registration:

- Class 12th Marks card.
- Recent passport size photogra.ph(s).
- Class 1.0th Marks Card.
- Aadhar Number.
- Domicile Certificate (if Available).
- Category Certificate (If any).

(Category certificates that are under process/ incomplete/ pending with competent authority shall not be accepted.)

Registration Fee :

A non-refundable amount of Rupees 200 (two hundred only) shall be charged as registration fee.

Counselling & Facilitation Centers:

Aspirants are advised to visit the Counselling and Facilitation centers established at all Degree Colleges of J&K for form submission a.nd preference filling to avoid mistakes.

Detailed Admission Notice and Registration Manual:

Aspirants are advised to go through the detailed admission notice and registration manual available on the official website ht ps: I ijkadmissions.in

Admission Website Link haps://jkadmissions.in

WhatsApp Channel
https: whatsapp. cam/ channel /
0029VIDByAM5Q08WHz4301,2M

Sd/-Dr. Sheikh Ajaz Bashir
Director Colleges J&K

DIPK No: 1064/26

## FROM THE OFFICE OF ADVOCATE SAMEER UL HAMID

1. JAWHIRA AKHTAR W/O HAFIZULLAH RATHER
R/O ZETHYAR SRINAGAR
[CAVEATORS]
Versus

## Public at Large

...Non-Caveator's

In the matter of : Caveat Petition.

The caveators apprehand 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

The Urdu Daily
WATTAN
وطن

# انسانی غذا میں حیوانی لحمیات کی اہمیت

نئی دہلی(ایم این این): حاصل ہونے والی خوردنی اشیاء مثلاً دودھ اور اس کی مصنوعات، گوشت، مچھلی، پولٹری اور انڈوں کا انسانی غذا میں سب سے اہم کردار یہ ہے کہ وہ ہمیں اعلیٰ درجہ کی پروٹین یعنی لحمیات فراہم کرتے ہیں۔ لحمیات نہ صرف لازمی امینوایسڈ فراہم کرتے ہیں جن سے ہمارے جسم کے خلیات جنم لیتے ہیں بلکہ یہ مرکزی لحمیات اور خامروں کی صورت میں نہایت اہم ہونے کے ساتھ ساتھ زندگی کے لازمی افعال مثلاً تولید، خلیات کی نشوونما، بالیدگی، خلیات کی تفریق، وائرس کی سرگرمیوں اور جینیاتی سرگرمیوں میں بھی عمل افزاء کے طور پر کام کرتے ہیں۔

لحمیات امینوایسڈز سے بنتے ہیں جن میں سے چند ایک لازمی ہوتے ہیں ابتدائی مطالعات کے مطابق ایسے امینوایسڈز جن کی لیبارٹریوں میں استعمال ہونے والے تجرباتی جانوروں کی خوراک میں عدم موجودگی نشوونما میں رکاوٹ یا موت کا سبب بن سکتی ہو ان کو لازمی امینوایسڈز کہا جاتا ہے۔

امینوایسڈز کی غذائی جماعت بندی ذیل میں دی گئی ہے۔

لازمی امینوایسڈز (**acids Amino Essential**): ہسٹڈین، لائی سین، ٹرپٹوفین، فینائل الانین، میتھائیونین، تھریونین، لیوسین، آئسولیوسین، اور ویلین۔

نیم لازمی امینوایسڈز (**acids Amino Essential Semi**): آرجنین، ٹائروسین، سسٹین، گلائی سین اور سیرین۔

غیر لازمی امینوایسڈز (**acids Amino Essential Non**): گلوٹامک ایسڈ، اسپارٹک ایسڈ، الانین، پرولین، اور ہائیڈروکسی پرولین۔

نیم لازمی امینوایسڈز میں سے آرجنین اور گلائی سین مرغیوں کے لیے لازمی ہیں۔ ٹائروسین اور سسٹین بالترتیب فینائل الانین اور میتھائیونین کے جزوی متبادل ہیں۔ سیرین، گلائسین کا جزوی یا مکمل متبادل ہو سکتا ہے۔

لحمیات کی درجہ بندی:
لحمیات کی گروہ بندی اس بناء پر کی جاسکتی ہے کہ وہ حیوانات سے حاصل ہوتے ہیں یا نباتات سے اس طرح انہیں دو اقسام حیوانی لحمیات اور نباتاتی لحمیات میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

حیوانی لحمیات میں لازمی امینوایسڈز نباتاتی لحمیات کے مقابلہ میں زیادہ مقدار اور تعداد میں موجود ہوتے ہیں اور ان کی غذائی قدر و قیمت بھی زیادہ ہوتی ہے۔ لحمیات کی غذائی اہمیت اور قدر و قیمت کا اندازہ کرنے کے لیے سفید چوہوں میں نشوونما کی شرح کو پیمانہ تصور کیا جاتا ہے۔ مقررہ وقت میں ایسے چوہے جن کی خوراک میں لحمیات شامل ہوں نباتاتی لحمیات کھانے والے چوہوں کے مقابلے میں دو تین گنا زیادہ وزن حاصل کر لیتے ہیں۔

دو حیوانی لحمیات اس سے مستثنیٰ ہیں ایک کولاجن یا جیلاٹن اور دوسری الاسٹن، یہ دونوں لحمیات گوشت کے تالیفی خلیات میں پائے جاتے ہیں۔

امینوایسڈز کے درمیان حیاتیاتی فرق کے جدید علم کی بنا پر لحمیات کی درجہ بندی مکمل اور نامکمل لحمیات کی صورت میں کی جاتی ہے۔ حیاتیاتی لحاظ سے مکمل لحمیات وہ ہیں جن میں ہماری جسمانی ضرورت کے تمام لازمی امینوایسڈز مناسب مقدار میں موجود ہوں۔

تقریباً تمام حیوانی لحمیات کو ہم مکمل لحمیات کی فہرست میں شامل کر سکتے ہیں۔ نامکمل لحمیات میں ایک یا ایک سے زیادہ امینوایسڈز کی کمی ہوتی ہے یہ کمی مطلق یا مقابلتاً ہو سکتی ہے۔ زیادہ تر نباتاتی لحمیات اس بنا پر نامکمل قرار دیے جاتے ہیں کیونکہ ان میں کوئی نہ کوئی لازمی امینوایسڈ غائب یا مفقود ہوتا ہے۔

مختلف اشیاء کی غذائی قدر و قیمت کا مقابلہ کرنے کے لیے انڈے کی لحمیات کو معیار مانا جاتا ہے۔

انڈے میں موجود لازمی امینوایسڈز سے ان کا مقابلہ کیا جاتا ہے۔ انڈے کی لحمیات زیادہ قابل ہضم ہیں۔ لحمیات کی غذائی قدر و قیمت میں لازمی امینوایسڈز کی ترکیب کے علاوہ جو عوامل اہم ہیں ان میں امینوایسڈز کا آزاد حالت میں ہونا اور لحمیات کی ہضم پذیری بھی شامل ہیں۔

بے شمار تجربات سے ثابت ہو چکا ہے کہ نباتاتی لحمیات کے برعکس حیوانی لحمیات زیادہ ہضم پذیر ہیں۔

ان غذاؤں مثلاً دودھ، گوشت اور انڈوں کے امینوایسڈز میں استعمال ہونے کی صلاحیت بہت اعلیٰ ہے۔

ہماری خوراک میں لحمیات کی ضروری مقدار:
اس میں شک نہیں کہ انسانی لحمیاتی ضروریات جن کا اندازہ بچوں اور نوجوانوں میں نشوونما اور تحویل کے تجربات کی بنا پر کیا گیا ہے۔ نباتاتی اور حیوانی لحمیات کو ملا کر استعمال کرنے سے بطریق احسن پوری کی جاسکتی ہیں۔

بعض نباتاتی لحمیات جن میں کسی خاص لازمی امینوایسڈ کی کمی ہو سے مشکلات بھی پیدا ہو سکتی ہیں انسانی ضروریات قدرے کم حیوانی لحمیات سے بھی پوری کی جاسکتی ہیں۔ یہ امر مسلّم ہے کہ حیوانی لحمیات غذائی معیار کے لحاظ سے نباتاتی لحمیات کے مقابلہ میں بہترین ہیں۔ ترقی یافتہ ممالک میں ترقی پذیر ممالک کی نسبت حیوانی لحمیات زیادہ مقدار میں پائی جاتی ہیں اور جوں جوں عوام کی معاشی حالت بہتر ہوتی جاتی ہے ان میں حیوانی لحمیات کا استعمال بھی بڑھتا جاتا ہے۔

ترقی یافتہ ممالک میں لوگ
حیوانی لحمیات کو زیادہ سے زیادہ اپنی خوراک میں شامل کرتے ہیں۔

لحمیات کی قلت کے اثرات
بہت سے ترقی پذیر ممالک میں خوراک عموماً اناج اور دالوں پر مشتمل ہوتی ہے۔ اس میں حیوانی ذرائع سے حاصل شدہ خوراک بہت کم شامل ہوتی ہے۔ حیوانی غذا ئیں ان علاقوں میں بہت کم دستیاب ہوتی ہیں۔ حیوانی لحمیات کی قیمتیں عوام کی قوت خرید سے بہت زیادہ ہوتی ہیں۔

حیوانی لحمیات کی اس کمی سے سوئے تغذیہ (**NutritiorMal**) کی علامات پھیل رہی ہیں جو بچوں میں ایک بیماری ''کاشرکر'' کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔ یہ بیماری غذائی قلت کی ایک شدید پیچیدہ شکل ہے۔

قلت غذا کے علاقوں میں اکثر بچوں کی تقریباً **6** ماہ تک نشوونما تسلی بخش ہوتی ہے۔ ان کا وزن بھی دوسرے بچوں کی طرح ہی بڑھتا ہے کیونکہ ان کی لحمیات کی ضروریات ماں کے دودھ سے پوری ہوتی رہتی ہیں۔

**6** ماہ کی عمر کے بعد ان کی لحمیاتی ضروریات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اول تو ان کی نشوونما میں اضافے کی وجہ سے اور دوسرے تیزی سے بڑھنے والے عضلات کے سبب اگر اس دوران بڑھتی ہوئی لحمیات کی ضروریات پوری نہ کی جائیں تو نشوونما رک جاتی ہے۔ اگر قلت غذا زیادہ شدید نوعیت کی ہو تو بیماری کی علامات ظاہر ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ جدید تحقیقات سے ظاہر ہوا ہے کہ ان حالات میں نہ صرف جسمانی نشوونما بلکہ بچے کی دماغی صلاحیت بھی متاثر ہوتی ہے۔

# چیری، صحت بخش پھل ہے

نئی دہلی(ایم این این) انمول تحفہ ہے چیری دل کا دوست پھل ہےچیری میں ایک اہم معدنی ذرہ پوٹاشیئم موجود ہے جو دل کی دھڑکن کو معمول پر رکھتا ہے اور ہائی بلڈ پریشر پر قابو پاتا ہے۔ بہترین غذائی فائبر ہےچیری میں ڈائٹری فائبر کی مقدار خاص زیادہ ہے جو نظام ہاضمہ اور معدے کے افعال کو درست رکھتا ہے۔ یہ کھائی جانے والی غذا میں سے کولیسٹرول کو جذب کر کے اس کو جسم سے خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔ چیری میں وٹامن **A** اور **C** بھی موجود ہیں۔ وٹامن **A** چکنائی میں حل ہونے والا وٹامن ہے اور یہ دو صورتوں میں سامنے آتا ہے۔ **Retinol** کے طور پر اور **AProvitamin** کی صورت میں۔ اولذکر کی خوبی یہ ہوتی ہے کہ وہ فوراً خون میں شامل ہو کر **Fat** کے ذریعے جسم کا حصہ بن سکتا ہے جبکہ کیروٹین جسم میں پہلے ریٹی نول کی شکل میں تبدیل ہوتا ہے پھر جسم کا حصہ بنتا ہے بہرحال جتنی مقدار چیری میں پائی جاتی ہے اس سے آنکھوں، جسمانی نشوونما دانتوں اور ہڈیوں کی مضبوطی، جلد کی لچک، نظام ہاضمہ اور جسمانی مدافعت کو بڑھانے کے لئے اہم ہوتی ہے۔ نئی ماؤں کے لئے انمول تحفہ: متوقع مائیں چیری کے موسم کو اپنے لئے نعمت خداوندی تصور کریں اور اسے کھائیں تاکہ خون کی کمی، قبض اور متعدی بیماریوں سے بچیں۔ اس طرح ان کا بلڈ پریشر نارمل رہے گا۔ ہونے والے بچے کی ہڈیاں مضبوط ہوں گی صرف ایک یا دو چیریاں کھا لینے سے بھی **5** حرارے (کیلوریز) برابر توانائی مل جاتی ہے۔ اگر آپ کی خوراک میں **Zinc** کم ہوتا ہے تو چیری یہ خلا با آسانی پر کر سکتی ہے۔ احتیاطی تدابیر: چیری کو جب بھی خریدیں گتے کے ڈبے میں خریدیں یہ گلتی یا سڑتی نہیں البتہ اسے دھو کر تازہ حالت ہی میں کھانا مفید ہے۔ زیادہ دن تک فریج میں رکھے رہنے سے اس کے **Antioxidants** ضائع ہو جاتے ہیں۔ اگر آپ کا وزن زیادہ ہے تو بھی یہ پھل بہت موثر ہے اس لئے کہ یہ وزن گھٹاتی ہے۔

# تلبینہ اور دلیہ۔۔۔۔صحت بخش ناشتے

(ایم این این) جادو سا اثر رکھنے والی غذا ہے جو مختلف وٹامنز، معدنیات، فائبر اور اینٹی آکسیڈنٹ سے بھری ہوئی ہے اسی لئے اناج کو صحت کا خزانہ قرار دیا گیا ہے اور یہ بات ایسی غلط بھی نہیں جو لوگ اناج سے بنی غذائیں کھاتے ہیں ان میں دل کے امراض کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ جرنل جاما انٹرنل میڈیسن میں شائع ہونے والی تحقیق سے وابستہ ماہرین نے **14** برس تک **100** افراد کی غذا اور صحت کے نتائج کی نگرانی کی۔ یہ تمام لوگ **1984**ء سے **2010**ء تک صحت مند رہے آخری برسوں میں جن **26** لوگوں کی موت واقع ہوئی ان کا سبب دوسرے جسمانی امراض تھے۔ جن لوگوں کی خوراک میں اناج، براؤن چاول، مکئی، دلیہ اور جو زیادہ مقدار میں شامل تھے وہ بالخصوص دل کی بیماریوں میں مبتلا نہیں ہوئے۔ تحقیق کاروں کے مطابق خالص اناج کا **28** گرام یا ایک چھوٹا پیالہ ریشے دار (فائبر) غذا مثلاً دلیہ دن میں ایک بار کھانے سے موت کے خطرے کو **5** جبکہ دل کے دورے اور دیگر امراض کے خطرے کو کم از کم **10** فیصد تک کم کیا جاسکتا ہے۔ ہارورڈ اسکول آف پبلک ہیلتھ سے منسلک ڈاکٹر ہانگیووو کے مطابق ''ان غذائی عادات میں تبدیلی سے اناج کی کھپت میں بھی خاطر خواہ اضافہ ہوا ہے۔ نتائج نے خاصا امید افزاء ثبوت فراہم کیا ہے جس سے پتہ چلتا ہے کہ خالص اناج کا کھانا کھانے کے فوائد سے متوقع زندگی میں توسیع ہو سکتی ہے۔ مطالعے کے مصنف ڈاکٹر ہانگیووو کے مطابق بھوسے والے اناج میں چوکر اور جراثیم رہ جاتے ہیں اس لئے صاف کئے ہوئے اناج میں مثلاً سفید چاول، پاستا، سفید آٹے کے مقابلے میں **25** فیصد زائد اضافی پروٹین رکھتا ہے۔ ڈاکٹر ہانگیووو کے پچھلے مطالعے میں دکھایا گیا تھا کہ خالص اناج کا استعمال کرنے سے ہڈیوں کی کثافت، بلڈ پریشر میں کمی اور معدے میں صحت مند بیکٹیریا کو افزائش کا موقع ملتا ہے۔ نیز ذیابیطس کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ **Oat** یا جئی میں ایک مخصوص فائبر بیٹا گلوکن ہوتا ہے جو کولیسٹرول (خراب) کی سطح کم کرتا ہے اسی کی وجہ سے دل توانا رہتا ہے۔ علاوہ ازیں قدرتی اور جسمانی قوت مدافعت بڑھانے کی بات آتی ہے تو یہی فائبر صحت مند رہنے کی جنگ میں موثر ترین ہتھیار ثابت ہوتا ہے۔ یاد رہے کہ ہمارا جسم قدرتی طور پر بیٹا گلوکن پیدا نہیں کرتا۔ اس لئے بھی اس مرکب کو حاصل کرنے کے لئے واحد راستہ بیرونی ذرائع ہوا کرتے ہیں جو بالخصوص اناج، خمیر، گندم، مشروم اور جئی میں موجود ہوتا ہے۔ تلبینہ۔ ایک نبوی نسخہ ہے تیار شدہ تلبینہ کے اجزاء میں جو، کاجو، بادام اور پستہ شامل کیا جاتا ہے۔ یہ نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کا نسخہ ہے جو صالح خون بناتا ہے اور کیلشیئم کی کمی کو پورا کرتا ہے۔ حدیث کی رو سے تلبینہ ڈپریشن، تھکن اور پیٹ کے تمام امراض میں مفید ہے۔ کمزور جسم کو طاقتور بناتا ہے۔

# بچوں کے لئے ناشتا بہت ضروری ہے

نئی دہلی(ایم این این): ابتدائی برس بہت اہم ہوتے ہیں، اس لئے کہ اس زمانے میں اس کی ذہنی و جسمانی نشوونما کی رفتار بہت تیز ہوتی ہے۔ اس زمانے میں جسم و دماغ کے خلیات (سیلز) کی تعداد میں تیزی سے اضافہ ہوتا ہے۔ ابتدائی برسوں میں بچے کی **90** فیصد ذہانت اُبھر کر سامنے آجاتی ہے اور معمول کی جسمانی و ذہنی بڑھوتری اور فروغ کے ساتھ اس میں جذبات، خواہشات اور احساسات کے اظہار کی صلاحیت بھی پنپنے لگتی ہے۔

اس زمانے میں بچے کو متوازن غذا کی بے حد ضرورت ہوتی ہے۔ متوازن غذا کی عدم دستیابی کی صورت میں بچے کے بڑھنے اور نشوونما پانے کی صلاحیت پر خراب اثر پڑتا ہے۔ صبح کی پہلی غذا، یعنی ناشتا اس ضمن میں بنیادی کردار ادا کرتا ہے، جو بچے عام طور پر صبح کے وقت ناشتا کرنے کے عادی نہیں ہوتے، وہ پڑھائی میں اپنی جماعت کے دوسرے ساتھیوں سے پیچھے رہتے ہیں، جب کہ وہ بچے جو روزانہ ناشتا کر کے سکول جاتے ہیں، وہ اپنے ہم جماعتوں سے سبقت لے جاتے ہیں۔ ایسے بچوں کا تعلیمی ریکارڈ بہت اچھا ہوتا ہے۔

برطانیہ کی لیڈز یونیورسٹی (**LEEDS UNIVERSITY**) میں کی گئی ایک تحقیق سے پتا چلا ہے کہ سکول جانے والے ایسے بچے جو صبح کے پہلے کھانے کو کوئی اہمیت نہیں دیتے، وہ امتحانات میں نمایاں کامیابی حاصل کرنے میں بھی ناکام رہتے ہیں۔ اس رجحان میں دوسرے عوامل بھی شامل ہیں، جو بچے کی تعلیمی کارکردگی پر اثر انداز ہوتے ہیں، مثلاً بچے کے والدین کی مالی طور پر کمزور سماجی حیثیت وغیرہ۔

تحقیق کاروں کے مطابق بچے کی پڑھائی میں دلچسپی زنجیر کی وہ پہلی کڑی ہے، جس کا ناشتے اور تعلیمی کارکردگی سے تعلق ہے۔ لیڈز یونیورسٹی میں پڑھانے والی ماہر نفسیات ڈاکٹر کیٹی نے بتایا کہ ہمارا تعلیمی نصاب اس طرح بنایا گیا ہے کہ سکول آنے والے بچے اگر صبح کا آغاز ناشتے سے نہیں کرتے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ اپنے دماغوں کو ضروری ایندھن فراہم نہیں کرتے اور اس طرح وہ اپنا نقصان کرتے ہیں اور اپنے مستقبل کو داؤ پر لگاتے ہیں۔

ہمارے مرتبہ نصاب میں دماغ کی فعالیت بہت ضروری ہے۔

برطانیہ میں **5** لاکھ ایسے بچے ہیں، جو صبح کا ناشتا کرنے سے محروم رہتے ہیں، اس لئے کہ ان کے والدین کے معاشی حالات اچھے نہیں ہیں، لہٰذا وہ مجبوراً خالی پیٹ سکول جاتے اور تعلیم حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں، لیکن چونکہ ان کے دماغ فعال نہیں ہوتے، اس لئے وہ جو کچھ پڑھتے ہیں، بھول جاتے ہیں۔

روزانہ متوازن ناشتا کرنے سے بچے کے دماغ پر بہت مثبت اثرات پڑتے ہیں اور اس کی فہم و ادراک کی قوت خوب کام کرتی ہے۔ متوازن ناشتے میں نشاستے (کاربوہائیڈریٹ) لحمیات (پروٹینز)، چکنائی، حیاتین (وٹامنز) اور معدنیات (منرلز) کی مناسب مقدار ہوتی ہے۔

ڈاکٹر کیٹی کے مطابق جب بچے کو دن کے آغاز میں ضروری و اہم غذائیت والا کھانا نہیں ملتا تو سکول میں اس کی کارکردگی ضرور متاثر ہوتی ہے۔

اس ضمن میں ایک سروے کرایا گیا، جس میں مغربی یارک شائر (**YORKSHIRE WEST**) کے علاقے میں سکولوں اور کالجوں کے تقریباً **300** طلباء  شریک تھے۔ تحقیق کاروں کو اس سروے سے معلوم ہوا کہ سکول آنے والے **29** فیصد بچے کبھی کبھار ناشتا کرتے یا بالکل نہیں کرتے ہیں، جب کہ **18** فیصد بچے شاذونادر ہی ناشتا کرتے ہیں اور **53** فیصد بچے اکثر ناشتا کرتے ہیں۔ وہ بچے جو کبھی کبھار ناشتا کرتے تھے، انھوں نے امتحانات میں ان بچوں سے بہت کم نمبر حاصل کیے، جو روزانہ ناشتا کرنے کے عادی تھے۔

اس سلسلے میں سماجی حیثیت، عمر، جنس، وزن معلوم کرنے کے طریق کار (**BMI**) اور نسلی گروہ جیسے عوامل کو چیک کرنے کے بعد یہ بات واضح ہو گئی کہ جو بچے ناشتے سے بھاگتے یا غربت کی وجہ سے ناشتا نہیں کر پاتے اور خالی پیٹ سکول جاتے ہیں، ان کی تعلیمی کارکردگی ناقص ہوتی ہے۔ انھوں نے کہا کہ ناشتے میں بچوں کو دودھ ضرور پینا چاہیے، اس لئے کہ دودھ ایک مکمل غذا ہے۔

جدید تحقیق بھی اس بات کی تصدیق کرتی ہے کہ دودھ بے حد مفید غذا ہے اور اس میں تقریباً وہ سارے صحت بخش اجزاء  شامل ہوتے ہیں، جن کی جسم کو ضرورت ہوتی ہے۔ دودھ کا خاص جزو کیلسیئم ہے، جو ہڈیوں اور دانتوں کے لئے بہت مفید ہے۔ اس کے علاوہ ناشتے میں بچوں کو دال اور پالک بھی دی جاسکتی ہے۔ دال میں لحمیات ہوتی ہیں، جب کہ پالک میں فولاد اور حیاتین الف (وٹامن اے) بھی پائی جاتی ہے۔

ایک اور مفید ترین غذا، یعنی گاجر بھی ناشتے میں دی جا سکتی ہے، اس میں بھی حیاتین الف ہوتی ہے، جو آنکھوں اور جگر کے لئے بہت فائدہ مند ہے۔

برطانیہ میں تعلیم کے ایک شعبے نے دو خیراتی اداروں، یعنی چیرٹی میجک بریک فاسٹ (**MAGI SHARITY BREAKFAST**) اور فیملی ایکشن (**ACTION FAMILY**) کو فنڈ دے کر اور معاشی طور پر کمزور گھریلو حالات والے بچوں کو دیکھتے ہوئے بریک فاسٹ نامی ایک پروگرام شروع کیا ہے، جس کے تحت برطانیہ میں واقع **1800** سے زیادہ غریب سکولوں میں زیر تعلیم بچوں کو مفت ناشتے تقسیم کیے گئے۔

اس کے علاوہ لندن میں **480** سکولوں کو بھی مفت ناشتا فراہم کیا گیا۔ اس پروگرام کو قانونی شکل دی جارہی ہے، تاکہ مستقل بنیاد پر بلاتفریق غریب سکولوں کو مفت ناشتا ملتا رہے اور ملک کی نوجوان نسل صحت مند اور توانا رہے۔ برطانیہ میں کچھ سکول ایسے بھی ہیں، جنھوں نے ناشتے کے ذاتی کلب تک قائم کر رکھے ہیں۔ ان کلبوں کو مختلف کمپنیاں فنڈ دیتی رہتی ہیں، مثلاً کیلکس (**KELLOGGS**) وغیرہ۔

میجک بریک فاسٹ پروگرام کے چیف ایگزیکٹیو کے مطابق یہ پروگرام ایک ایسا بصیرت افروز پروگرام ہے، جو سکولوں اور کالجوں میں بچوں کے لئے ناشتے کی قدر و اہمیت اور افادیت کو آشکار کرتا ہے۔ یہ حصول علم کی راہ میں موجود بہت ساری رکاوٹوں کو دور کرنے کا سبب بنتا ہے، اس لئے کہ ایک صحت مند جسم میں ہی ایک صحت مند دماغ ہوتا ہے اور برطانیہ کی نئی نسل کو تندرست و توانا ہونا چاہیے، کیونکہ انھوں نے ہی مستقبل کی باگ ڈور سنبھالنی ہے۔

درخشاں مستقبل کے لئے اچھی صحت کا ہونا بے حد ضروری ہے۔ اس لئے کہ اچھی صحت ہی تعلیم کے حصول میں مدد دیتی ہے اور تعلیم ملک کی ترقی کے لئے اتنی ہی ضروری ہے، جس طرح جسم کے لئے صحت مند خون۔ نئی نسل جب ذہنی و جسمانی نشوونما پاتی ہے تو معاشرے کی ترقی و خوشحالی یقینی ہو جاتی ہے۔ مذکورہ پروگرام کے منیجر نکولا ڈالٹن نے کہا کہ ناشتا بچوں کی ذہنی و جسمانی نشوونما کے لئے اتنا ضروری ہے کہ یہ والدین کی پہلی ترجیح ہونا چاہیے۔ جدید تحقیقات کے مطابق ناشتا بچوں کے فہم و ادراک میں اضافہ کرتا، کلاس میں ان کی کارکردگی کو شاندار بناتا، ارتکاز توجہ کی طرف مائل کرتا، دوسروں کے ساتھ برتاؤ بہتر کرتا اور ترقی و خوشحالی کی طرف گامزن کرتا ہے۔

## میسی کا 100 واں میچ، انٹر میامی کو عبرتناک شکست

نئی دہلی (ایم این این): ارجنٹائن کے عظیم فٹ بالر لیونل میسی کے لیے ان کا ۱۰۰ واں میچ یادگار نہ بن سکا۔ انٹر میامی کی ٹیم اورلینڈو سٹی کے خلاف ۳-۰ کی مضبوط برتری حاصل کرنے کے باوجود اسے برقرار نہ رکھ سکی اور مقابلہ ۳-۴ سے ہار گئی۔ اپنے نئے نو اسٹیڈیم میں پہلی جیت کی تلاش میں مصروف میامی کو اس سیزن کی دوسری شکست کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ میامی نے میچ کا آغاز انتہائی جارحانہ انداز میں کیا چوتھے ہی منٹ میں ایان فرے نے گول کر کے میامی کو برتری دلائی۔ ۲۵ ویں منٹ میں وینزویلا کے ٹیلاسکو سیگوویا نے اسکور ۲-۰ کر دیا۔ ۳۳ ویں منٹ میں لیونل میسی نے پینالٹی ایریا کے باہر سے اپنے مخصوص بائیں پاؤں کے شاٹ کے ذریعے گیند کو جال کی راہ دکھا کر میامی کی برتری ۳-۰ کر دی۔ ایسا محسوس ہو رہا تھا کہ میامی یہ میچ آسانی سے جیت جائے گی، لیکن اورلینڈو سٹی نے کھیل کا پانسہ پلٹ دیا۔ ارجنٹائن سے تعلق رکھنے والے مارٹن اوجیڈا نے اورلینڈو کی جانب سے پہلے تین گول داغے۔

# کولکاتا کا حملہ! حیدرآباد پر 7 وکٹوں سے شاندار فتح، امیدیں برقرار

نئی دہلی (ایم این این): نوجوان بلے باز انگکرش رگھوونشی (۹۵) اور کپتان اجنکیا رہانے (۴۳) کی ذمہ دارانہ بیٹنگ کی بدولت کولکاتا نائٹ رائیڈرز نے اتوار کو کھیلے گئے آئی پی ایل ۲۰۲۶ء کے ۴۵ ویں میچ میں سن رائزرز حیدرآباد کو ۱۰ گیندیں قبل ۷ وکٹوں سے ہرا دیا۔ اس جیت کے ساتھ ہی کے کے آر نے ٹورنامنٹ میں اپنی تیسری جیت درج کر لی ہے، جبکہ حیدرآباد کو چوتھی شکست کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ ۱۶۶ رنز کے ہدف کا تعاقب کرتے ہوئے کولکاتا نائٹ رائیڈرز نے شروع سے ہی میچ پر گرفت مضبوط رکھی۔ فن ایلن اور اجنکیا رہانے نے پہلے ۴ اوورز میں ۴۹ رنز جوڑ کر ٹیم کو برق رفتار آغاز فراہم کیا۔ فن ایلن نے ۱۳ گیندوں پر جارحانہ ۲۹ رنز بنائے۔ پہلے اوورز میں وکٹ گرنے کے بعد انگکرش رگھوونشی نے اننگز کو سنبھالا اور ۴۷ گیندوں پر ۹۵ رنز (۵ چوکے، ۷ چھکے) بنا کر ٹیم کو جیت کے قریب پہنچا دیا۔ کپتان رہانے نے ۳۶ گیندوں پر ۴۳ رنز کی پراعتماد اننگز کھیلی۔ رنکو سنگھ نے ۱۹ ویں اوور کی پہلی دو گیندوں پر مسلسل دو چوکے لگا کر میچ کا خاتمہ کیا۔ انہوں نے ۱۱ گیندوں پر ناٹ آؤٹ ۲۲ رنز بنائے۔ اس سے قبل، ٹاس جیت کر پہلے بیٹنگ کرنے والی سن رائزرز حیدرآباد کی پوری ٹیم ۱۶۵ رنز پر ڈھیر ہو گئی۔ ہیڈ نے محض ۴۲ گیندوں پر ۹ چوکوں اور ۳ چھکوں کی مدد سے ۶۱ رنز کی طوفانی اننگز کھیلی۔ ایشان کشن نے ۲۹ گیندوں پر ۴۲ رنز بنائے۔ ایک وقت پر ۱۶ اوورز میں ۱۰۵/۲ پر موجود حیدرآباد نے اگلے صرف ۶۰ رنز پر اپنی بقیہ ۸ وکٹیں گنوا دیں۔ ورون چکرورتی نے ۳ وکٹیں لے کر حیدرآباد کے مڈل آرڈر کو تباہ کر دیا، جبکہ سنیل نارائن اور کارتک تیاگی نے ۲-۲ شکار کیے۔ اس جیت کے بعد کولکاتا نائٹ رائیڈرز کے ۷ پوائنٹس ہو گئے ہیں، جس سے ان کی پلے آف میں پہنچنے کی امیدیں برقرار ہیں۔ پچ کی دھیمی فطرت کے باوجود کے کے آر کے بیٹرز نے اپنی حکمت عملی اور شاٹ سلیکشن سے ثابت کیا کہ وہ دباؤ میں بہتر کارکردگی دکھانے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔

## القادسیہ کے ہاتھوں النصر کو شکست: خطاب کی امیدوں کو شدید جھٹکا

نئی دہلی (ایم این این): سعودی پرو لیگ میں النصر کی مسلسل ۱۶ فتوحات کا سلسلہ ٹوٹ گیا۔ پرنس محمد بن فہد اسٹیڈیم میں کھیلے گئے میچ میں بریڈن راجرز کی ٹیم القادسیہ نے النصر کو ۱-۳ گول سے ہرا کر ٹائٹل کی دوڑ کو ایک نیا رخ دے دیا ہے۔ جنوری کے بعد النصر کی یہ پہلی شکست ہے۔ میچ کے ۲۳ ویں منٹ میں القادسیہ کے ونگ بیک محمد ابو الشامات نے پہلا گول کر کے اپنی ٹیم کو برتری دلائی۔ ۳۹ ویں منٹ میں جواو فیلکس نے مارسیلو بروزووچ کے پاس پر گول کر کے اسکور برابر کر دیا۔ دوسرے ہاف میں القادسیہ نے النصر کی دفاعی غلطیوں کا بھرپور فائدہ اٹھایا۔ ۵۵ ویں منٹ میں مصعب الجویر نے برتری بحال کی، جبکہ ۷۸ ویں منٹ میں اسٹار اسٹرائیکر جولیان کوینونز نے تیسرا گول کر کے النصر کی شکست پر مہر ثبت کر دی۔ اس شکست کے باوجود النصر ۷۹ پوائنٹس کے ساتھ ٹیبل پر پہلے نمبر پر برقرار ہے، لیکن اب ان کی پوزیشن خطرے میں ہے۔ اگر الہلال اپنا اگلا میچ جیت جاتا ہے تو النصر اور ان کے درمیان صرف ۲ پوائنٹس کا فرق رہ جائے گا۔

## سنیل نارائن آئی پی ایل میں 200 وکٹ مکمل کرنے والے پہلے غیر ملکی کھلاڑی

نئی دہلی (ایم این این): کولکاتا نائٹ رائیڈرز (کے کے آر) کے اسٹار اسپنر سنیل نارائن اتوار کو انڈین پریمیئر لیگ (آئی پی ایل) میں ۲۰۰ وکٹ حاصل کرنے والے کلب میں شامل ہو گئے ہیں۔ وہ یہ کارنامہ انجام دینے والے دنیا کے مجموعی طور پر تیسرے اور پہلے غیر ملکی بالر بن گئے ہیں۔ سنیل نارائن نے یہ منفرد اعزاز سن رائزرز حیدرآباد کے خلاف کھیلتے ہوئے حاصل کیا۔ انہوں نے میچ میں ۳۱ رنز دے کر ۲ وکٹ حاصل کیے، جس کی بدولت حیدرآباد کی ٹیم ۱۶۵ رنز پر ڈھیر ہو گئی۔ اس کامیابی کے ساتھ وہ آئی پی ایل کی تاریخ کے ایسے پہلے کھلاڑی بھی بن گئے ہیں جنہوں نے کسی ایک ہی فرنچائز (کے کے آر) کی نمائندگی کرتے ہوئے ۲۰۰ وکٹ مکمل کیے ہیں۔ سنیل نارائن نے ۲۰۱۲ء میں اپنے آئی پی ایل کیریئر کا آغاز کیا اور تب سے وہ کے کے آر کے بولنگ اٹیک کا سب سے اہم حصہ رہے ہیں۔ انہوں نے ۲۰۱۲ء، ۲۰۱۴ء اور ۲۰۲۴ء میں کولکاتا نائٹ رائیڈرز کو آئی پی ایل چیمپئن بنانے میں کلیدی کردار ادا کیا۔ ان کی غیر معمولی کارکردگی کی بنیاد پر انہیں ۲۰۱۲ء اور ۲۰۱۸ء میں موسٹ ویلیوایبل پلیئر کے ایوارڈ سے نوازا گیا، جو ٹیم کے لیے ان کی اہمیت کا منہ بولتا ثبوت ہے۔ نارائن اپنی نپی تلی بولنگ، بہترین اکانومی ریٹ اور میچ کے کسی بھی مرحلے پر وکٹ حاصل کرنے کی صلاحیت کی وجہ سے دنیا بھر کے بلے بازوں کے لیے ایک معمہ بنے رہے ہیں۔ ۲۰۰ وکٹوں کا یہ ہندسہ عبور کرنا ان کی مستقل مزاجی اور عالمی معیار کی بولنگ کا عکاس ہے۔

پاکستان ٹیسٹ ٹیم بنگلہ دیش کیخلاف دو میچز پر مشتمل سیریز کیلئے کراچی سے ڈھاکہ پہنچ گئی۔ موصولہ اطلاعات کے مطابق پاکستان ٹیسٹ کرکٹ ٹیم کا ڈھاکہ ایئرپورٹ پر شاندار استقبال کیا گیا، بنگلہ دیش کرکٹ بورڈ کے حکام نے کھلاڑیوں کو گلدستے پیش کیے۔ پاکستان کرکٹ ٹیم کو سخت حفاظتی انتظامات میں مقامی ہوٹل پہنچایا گیا، پاکستان اور بنگلہ دیش کے درمیان پہلا ٹیسٹ میچ ۸ مئی سے میرپور کے شیر بنگلہ نیشنل اسٹیڈیم میں کھیلا جائے گا۔ دوسرا ٹیسٹ ۱۶ مئی سے سلہٹ میں شروع ہوگا، میچز آئی سی سی ورلڈ ٹیسٹ چیمپئن شپ ۲۰۲۵-۲۷ء کا حصہ ہوں گے۔

## خواتین کا جسم صرف گلیمر کے لیے نہیں: سورا بھاسکر

نئی دہلی (ایم این این): اداکارہ سورا بھاسکر اکثر مسائل پر کھل کر بات کرتی ہوئی نظر آتی ہیں اور بے باکی سے اپنی رائے پیش کرتی ہیں۔ اسی سلسلے میں انہوں نے "باڈی شیمنگ" کرنے والوں کو سخت تنقید کا نشانہ بنایا۔ انہوں نے حمل کے بعد اپنے بڑھتے ہوئے وزن پر ہونے والی "باڈی شیمنگ" اور ٹرولرز کے منفی تبصروں کا سخت انداز میں جواب دیا۔ سورا بھاسکر نے کہا کہ خواتین کے جسم کا مقصد صرف خوبصورت دکھائی دینا یا گلیمر نہیں ہے۔ سورا بھاسکر نے حال ہی میں اپنی ۲۰۱۸ء کی پرانی تصویر انسٹاگرام پر پوسٹ کی تھی۔ اس تصویر پر کئی صارفین نے ان کے وزن پر طنز کیا۔ اس پر ردعمل کرتے ہوئے سورا بھاسکر نے ۲۰۱۸ء کی تصویر اور اپنی بیٹی رابعہ کو گود میں لیے حالیہ تصویر کا کولاج پوسٹ کیا۔ اپنی پوسٹ میں سورا بھاسکر نے لکھا "یہ ایک ایسا مسئلہ ہے جس پر میں بار بار بات کروں گی۔ بچے کی پیدائش کے بعد میرے جسم میں جو تبدیلیاں آئیں اور میں نے اجنبیوں کی مقرر کردہ ٹائم لائن کے مطابق وزن کم نہ کرنے کا فیصلہ کیا، اس پر مجھے بہت غصہ اور ناراضی کا سامنا کرنا پڑا ہے۔" سورا بھاسکر نے مزید کہا کہ بچے کی پیدائش کے بعد "پہلے جیسا جسم" واپس لانے کی کوشش کرنا ایک ظالمانہ عمل ہے۔ انہوں نے لکھا "جب آپ ماں بن جاتی ہیں تو زندگی مکمل طور پر بدل جاتی ہے۔ پرانے دبلا جسم کو معیار سمجھ کر خود پر دباؤ ڈالنا غلط ہے۔ ہمارے جسم نے ایک مکمل انسان کو پالا ہے، اسے جنم دیا ہے اور دودھ پلایا ہے۔ اس میں تبدیلی آنا فطری ہے"

## پنجاب اور گجرات کے درمیان دلچسپ مقابلے کی امید

نئی دہلی (ایم این این): گزشتہ میچ میں پنجاب کنگز کی جیت کا سلسلہ ٹوٹ گیا اور اب وہ اتوار کو یہاں ہونے والے میچ میں گجرات ٹائٹنز کے خلاف اپنی مہم کو دوبارہ پٹری پر لانے کی کوشش کرے گی جبکہ گجرات کی ٹیم مسلسل تیسری جیت حاصل کرنے کیلئے پُرعزم ہے۔ راجستھان رائلز نے اس ہفتے کے شروع میں پنجاب کنگز کی ناقابل شکست مہم روک دی تھی۔ اگرچہ پنجاب کنگز کی ٹیم ۸ میچوں میں ۱۳ پوائنٹس کے ساتھ ٹیبل میں سرفہرست ہے، لیکن رائل چیلنجرز بنگلور، سن رائزرز حیدرآباد اور راجستھان رائلز اس سے صرف ایک پوائنٹ پیچھے ہیں۔ مسلسل ۶ فتوحات حاصل کر کے ابتدائی برتری حاصل کرنے والی پنجاب کنگز کیلئے بولنگ کا شعبہ کچھ تشویش کا باعث ہے۔ پنجاب کے بلے بازوں کے برعکس ان کے گیند باز اپنی کارکردگی میں تسلسل برقرار نہیں رکھ سکے ہیں۔ بلے بازوں کی عمدہ کارکردگی کی وجہ سے اب تک گیند بازوں کی خامیاں کھل کر سامنے نہیں آئی تھیں لیکن اب ٹورنامنٹ ایک اہم موڑ پر پہنچ چکا ہے اور ایسی صورتحال میں کوئی بھی کمزوری ٹیم پر بھاری پڑ سکتی ہے۔ گیند بازوں کی ناکامی کی وجہ سے پنجاب کے بلے بازوں پر دباؤ بڑھ رہا ہے کیونکہ انہیں یا تو بڑے ہدف حاصل کرنے پڑ رہے ہیں یا پہلے بلے بازی کرتے ہوئے بہت بڑا اسکور بنانا پڑ رہا ہے۔ ایسے میں پنجاب کو اب زیادہ واضح حکمت عملی کے ساتھ میدان میں اترنا ہوگا۔ بلے بازی اب بھی پنجاب کی سب سے بڑی طاقت ہے۔ اوپنرز پریانش آریہ اور پربھ سمرن سنگھ نے اچھی شروعات فراہم کی ہے وہیں کوپر کونولی نے بھی رن بنائے ہیں۔ کپتان شریاس ایر کی قیادت میں مڈل آرڈر مضبوط اسکور بنانے یا ہدف کا تعاقب کرنے میں کامیاب ثابت ہوا ہے۔ دوسری طرف گجرات ٹائٹنز کی ٹیم مسلسل ۲ میچ جیت کر اس مقابلے میں اتر رہی ہے حالانکہ ان کا سفر اب تک اتار چڑھاؤ والا رہا ہے۔ چنئی سپر کنگز اور پھر آر سی بی کے خلاف لگاتار جیت کے بعد ٹائٹنز ۱۰ پوائنٹس کے ساتھ ٹیبل میں پانچویں نمبر پر ہے۔ گجرات کی بلے بازی ان کے ٹاپ تھری بلے بازوں سائی سدرشن، کپتان شبھمن گل اور جوس بٹلر کے گرد گھومتی رہی ہے۔ ان تینوں پر ضرورت سے زیادہ انحصار ٹیم کیلئے تشویش کا باعث ہے۔ واشنگٹن سندر نے مڈل آرڈر میں اچھی کارکردگی دکھائی ہے لیکن شاہ رخ خان اور راہل تیوتیا جیسے فنشرز ابھی تک کوئی خاص اثر نہیں چھوڑ سکے۔

## میڈرڈ اوپن: بلاک بسٹر فائنل میں یانک سنر اور زویریو کے درمیان دلچسپ مقابلہ متوقع

نئی دہلی (ایم این این): الیگزینڈر زویریو دنیا کے نمبر ایک کھلاڑی یانک سنر کے ساتھ ایک اور بڑے مقابلے کیلئے تیار ہیں۔ جرمن کھلاڑی نے گزشتہ رات ۲۱ سالہ بلجیم کے کھلاڑی الیگزینڈر بلاکس کے خلاف ۶-۲، ۷-۵ سے پرسکون اور مستحکم جیت کے ساتھ میڈرڈ اوپن کے فائنل میں اپنی جگہ پکی کر لی اور اس ٹورنامنٹ میں اپنے شاندار ریکارڈ کو برقرار رکھا۔ اسپین کے دارالحکومت میں اپنی ۳۰ ویں جیت کے ساتھ، زویریو راجر فیڈرر اور رافیل ندال کے بعد تیسرے ایسے کھلاڑی بن گئے ہیں جو میڈرڈ میں ۴ بار فائنل میں پہنچے ہیں۔ زویریو نے جیت کے بعد کہا کہ "میں فائنل میں پہنچ کر بہت خوش ہوں۔ بہت سے سخت مقابلے ہوئے، خاص طور پر ٹورنامنٹ کے آغاز میں۔ میں یانک کے ساتھ پھر سے کھیلنے کا منتظر ہوں اور ایک سخت میچ کی امید کر رہا ہوں۔" دوسری سیڈ یافتہ کھلاڑی نے کوارٹر فائنل میں فلیویو کوبولی کو محض پانچ گیم گنوا کر ہرایا تھا اور اسی لے کو اپنے اگلے مقابلے میں بھی جاری رکھا۔ یہ مقابلہ پہلی بار ماسٹرز ۱۰۰۰ سیمی فائنل میں پہنچنے والے الیگزینڈر بلاکس کے ساتھ تھا، جنہوں نے اپریل سے پہلے ٹور لیول پر کلے کورٹ پر کوئی میچ نہیں جیتا تھا۔ آغاز سے ہی زویریو نے اپنا دبدبہ بنایا۔ دوسری سیڈ یافتہ کھلاڑی نے جوش بھرے ماحول میں بلاکس کے خلاف زوردار شاٹس لگائے اور ساتھ ہی طویل عرصے تک چلنے والی ریلیوں میں بھی وہ زیادہ تسلسل دکھانے والے کھلاڑی ثابت ہوئے۔ ایک گھنٹہ ۵۳ منٹ کے بعد ۷ بار کے ماسٹرز ۱۰۰۰ چیمپئن نے اس سیزن کا اپنا پہلا فائنل یقینی کر لیا اور سنر کے ساتھ ایک جانا پہچانا مقابلہ طے کر لیا۔ اتوار کا یہ مقابلہ زویریو اور سنر کے درمیان لگاتار پانچواں ماسٹرز ۱۰۰۰ مقابلہ ہے۔ اس اطالوی کھلاڑی نے اس سطح پر اپنے پچھلے چاروں مقابلے پیرس، انڈین ویلز، میامی اور مونٹے کارلو کے سیمی فائنل بغیر کوئی سیٹ گنوائے جیتے ہیں۔ اس سلسلے نے انہیں ورلڈ نمبر ایک پر واپسی میں مدد کی ہے اور انہیں تاریخ رقم کرنے کے دہانے پر پہنچا دیا ہے۔ سیریز کی تاریخ (۱۹۹۰ء سے) میں کسی بھی کھلاڑی نے لگاتار ۵ ماسٹرز ۱۰۰۰ خطابات نہیں جیتے ہیں۔

## یوکرین کی مارٹا کوسٹیوک میڈرڈ اوپن کی نئی ملکہ

نئی دہلی (ایم این این): یوکرین کی ٹینس اسٹار مارٹا کوسٹیوک نے میڈرڈ اوپن کے فائنل میں میرا آندریوا کو سیدھے سیٹوں میں شکست دے کر اپنے کیریئر کا پہلا ڈبلیو ٹی اے ۱۰۰۰ خطاب جیت لیا ہے۔ دنیا کی ۲۳ ویں نمبر کی کھلاڑی نے اپنی روسی حریف کے خلاف ۶-۳، ۷-۵ سے کامیابی حاصل کی۔ وہ اسپین کے دارالحکومت میں یہ اعزاز جیتنے والی ٹاپ ۲۰ رینکنگ سے باہر کی دوسری کھلاڑی بن گئی ہیں۔ ٹورنامنٹ میں ۲۶ ویں سیڈ کوسٹیوک نے اپنی پہلی بڑی کامیابی کے بعد کہا کہ "اس وقت یہاں کھڑے ہونا ایک ناقابل یقین احساس ہے۔ اس مقام تک پہنچنے میں مجھے برسوں لگے۔ میری کامیابی کا راز مستقل مزاجی ہے، ہر دن خود کو تیار کرنا، چاہے حالات کتنے ہی مشکل کیوں نہ ہوں۔ مجھے خود پر اور اپنی ٹیم پر فخر ہے۔" ۲۳ سالہ کوسٹیوک نے شروعات سے ہی جارحانہ کھیل پیش کیا اور ۴-۲ کی برتری حاصل کی۔ اگرچہ انہوں نے پہلا سیٹ پوائنٹ ڈبل فالٹ کی نذر کر دیا، لیکن نویں سیڈ آندریوا کی غلطی کا فائدہ اٹھاتے ہوئے دوسرا سیٹ پوائنٹ جیت کر برتری حاصل کر لی۔ دوسرے سیٹ میں دونوں کھلاڑیوں کے درمیان سخت مقابلہ دیکھنے کو ملا۔ ایک موقع پر اسکور ۶-۵ تھا جب ۱۹ سالہ آندریوا نے ڈبل فالٹ کیا، جس نے کوسٹیوک کے لیے جیت کی راہ ہموار کر دی۔ کوسٹیوک نے تیسرے چیمپئن شپ پوائنٹ پر فتح اپنے نام کی۔ یہ کوسٹیوک کے کیریئر کا مجموعی طور پر تیسرا اور اس سیزن کا دوسرا ٹائٹل ہے۔ اس سے قبل انہوں نے دو ہفتے قبل ہی کلے کورٹ پر کھیلا گیا روئن اوپن جیتا تھا۔ دوسری جانب، آندریوا کی ڈبلیو ٹی اے ۱۰۰۰ لیول کے تین فائنلز میں یہ پہلی شکست ہے۔ مینز ڈبلز کے فائنل میں برطانیہ کے ہنری پیٹن اور فن لینڈ کے ہیری ہیلیووارا کی جوڑی فاتح رہی۔ تیسری سیڈ جوڑی نے فرانسیسی ارجنٹائنی جوڑی مینوئل گینارڈ اور گائیڈو اینڈریوزی کو ایک سنسنی خیز مقابلے کے بعد ۶-۳، ۳-۶، ۱۰-۷ سے شکست دے کر ٹائٹل اپنے نام کیا۔

# لالیگا: بارسلونا ٹائٹل کے قریب، ویاریال نے چیمپئن لیگ میں جگہ پکی کرلی

نئی دہلی (ایم این این): ایف سی بارسلونا اوساسونا کے خلاف ۲-۱ کی سنسنی خیز جیت کے ساتھ لالیگا ٹائٹل کے مزید قریب پہنچ گیا ہے۔ بارسلونا ریئل میڈرڈ سے ۱۴ پوائنٹس آگے ہے۔ ریئل میڈرڈ اتوار کو آر سی ڈی ایسپینیول کے خلاف کھیلے گی۔ اگر میڈرڈ یہ میچ نہیں جیت پاتا تو بارسلونا کا چیمپئن بننا یقینی ہو جائے گا۔ اگر میڈرڈ جیت جاتا ہے تو بارسلونا کے پاس ٹرافی جیتنے کا اگلا موقع اگلے ویک اینڈ میں ایل کلاسیکو میں ہوگا۔ بارسلونا نے ۸۱ ویں منٹ میں گول کیا جب رابرٹ لیوانڈووسکی نے مارکس ریشفورڈ کے کراس کو گول میں تبدیل کیا، اور فیران ٹوریس نے پانچ منٹ بعد فرمین لوپیز کی تھرو بال کو گول میں پہنچایا۔ ایسوا کی رپورٹ کے مطابق راؤل گارسیا نے ۸۸ ویں منٹ میں ہیڈر سے ایک گول کیا، لیکن بارسلونا نے اپنی برتری برقرار رکھی اور اگر ریال میڈرڈ اتوار کو اسپینیول سے نہ جیت سکا تو بارسلونا چیمپئن بن جائے گا۔ ویاریال نے چیمپئن لیگ میں اپنی جگہ پکی کر لی اور لیوانتے پر ۵-۱ گول سے گھریلو فتح کے ساتھ تیسری پوزیشن مضبوط کرنے کے مزید قریب پہنچ گیا، جس سے مہمان ٹیم کی بچنے کی امیدوں کو بڑا دھچکا لگا۔ جارجس میکاوتادزے نے ایک کمزور بیک پاس کا فائدہ اٹھا کر اسکورنگ کا آغاز کیا اور اگرچہ کارلوس ایسپی نے ۱۵ ویں منٹ میں برابر کیا، لیکن البرٹو مولیرو نے ایک گھنٹے کے بعد ویاریال کو دوبارہ برتری دلا دی۔ میکاوتادزے نے اپنا دوسرا گول کیا، اس سے پہلے تاجون بکانن اور نکولاس پیپے کے آخری گول نے جیت مکمل کر دی۔ اتلیٹیکو میڈرڈ کے کوچ ڈیاگو سیمیونے نے اگلے ہفتے آرسنل کے خلاف چیمپئن لیگ ٹرپ سے پہلے اپنے تقریباً تمام ریگولر اسٹارٹرز کو آرام دیا، لیکن اس کے باوجود ان کی ٹیم نے نوجوان ایکر لوک اور میکوئل کوبو کے گولوں کی مدد سے والنسیا میں ۲-۰ گول سے کامیابی حاصل کی۔ والنسیا ابھی بھی ریلیگیشن کی جنگ میں پھنسا ہوا ہے اور شائقین نے ٹیم کو ہوٹ کیا۔ اتھلیٹک بلباؤ نے الاویس میں ۴-۲ گول سے شاندار واپسی کرتے ہوئے اپنی یورپی امیدوں کو زندہ رکھا، جس دن کوچ ارنیستو والورڈے نے اپنا ۵۰۰ واں میچ مکمل کیا۔

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,