WATTAN
The Urdu Daily
روزنامہ
وطن
بڈگام

بدھوار
10 جون 2026
WEDNESDAY
10 JUNE - 2026

صفحہ 08 محمد سراج کی جگہ پر سدھ کرشنا ہندوستانی ٹیم میں شامل

صفحہ 08 گروپ 'ڈی' میں میزبان امریکہ کو سخت چیلنج کا سامنا کرنا پڑسکتا ہے

The Urdu Daily WATTAN Budgam | RNI No. JKURD/2011/37141 | قیمت: 02 روپے | صفحات: 08 | شمارہ نمبر: 135 | جلد: 16

تاریخی بریک تھرو: کشمیر اور یونین ٹیریٹری لداخ کے درمیان سال بھر زمینی رابطے کا دیرینہ خواب حقیقت سے محض ایک قدم دور

زوجیلا ٹنل کے دونوں سروں کی رکاوٹ ہوا میں اُڑ گئی

مرکزی وزیر نتن گڈکری نے لیفٹننٹ گورنر اور وزیر اعلیٰ کی موجودگی میں ریموٹ کا بٹن دبا کر منی مرگ میں پیش رفت جگہ کو دھماکے سے اڑا دیا

تقریباً 85 فیصد کام مکمل، مقررہ وقت سے 6 ماہ پہلے پیش رفت، زوجیلا ٹنل کو فروری 2028 میں عوام کیلئے کھولے جانے کا امکان: حکام

منی مرگ (لداخ) // ۹، جون // جے کے این ایس // ملک کے سب سے اہم بنیادی ڈھانچوں کے منصوبوں میں شمار ہونے والے "زوجیلا ٹنل" پروجیکٹ میں منگل کو ایک تاریخی پیش رفت اُس وقت حاصل ہوئی، جب دھماکے کے ذریعے سرنگ کے دونوں سروں کے درمیان باقی ماندہ 2.5 میٹر کا فاصلہ کامیابی سے ختم کر کے دونوں سروں کو ملا لیا گیا۔ اس اہم سنگ میل کے ساتھ ہی کشمیر وادی اور لداخ کے درمیان ہر موسم میں زمینی رابطے کا کئی دہائیوں پرانا خواب حقیقت کے مزید قریب پہنچ گیا ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق زوجیلا ٹنل نے منگل کے روز زوجیلا ٹنل نے دن کی روشنی دیکھی جب ملک کے سب سے زیادہ پرجوش بنیادی ڈھانچے کے پروجیکٹوں میں سے ایک کے طور پر ایک دھماکے کے ذریعے کامیابی حاصل کی گئی، ریکارڈ اونچائی پر دنیا کا سب سے طویل سنگل/ 102

میں دہلی احتجاج میں شرکت کروں گا یہ ایک منظم جدوجہد ہونی چاہیے: آغا روح اللہ

سری نگر، ۹، جون // جے کے این ایس // حکمران جماعت نیشنل کانفرنس کے ناراض رکن پارلیمان سری نگر آغا سید روح اللہ مہدی نے منگل کے روز اعلان کیا کہ وہ دہلی احتجاج میں شرکت کریں گے تاہم انہوں نے کہا کہ یہ ایک دن کا معاملہ نہیں ہونا چاہئے بلکہ ریاستی حیثیت اور آئینی حقوق و تحفظات کی بحالی کیلئے مسلسل جدوجہد ہونی چاہئے۔ جے کے این ایس کے مطابق نامہ نگاروں سے بات کرتے ہوئے رکن پارلیمان سری نگر آغا سید روح اللہ مہدی نے کہا کہ نیشنل کانفرنس نے ریاستی حیثیت کی بحالی کے مطالبے کو لیکر دہلی میں احتجاج کرنے کا جو اعلان/ 101

منشیات فروشوں کے خلاف NDPS کے تحت کارروائیاں جاری بار بار جرم کرنے والوں کے خلاف PIT-NDPS لاگوں ہوگا: آئی جی پی کشمیر

سری نگر // 9 جون // کے این ایس // انسپکٹر جنرل آف پولیس، کشمیر، وی کے۔ بردی نے منگل کو کہا کہ جموں و کشمیر پولیس منشیات فروشوں کے خلاف NDPS ایکٹ اور خاص طور پر بار بار مجرموں کے خلاف۔ سخت PIT-NDPS قانون کے تحت سخت کارروائی کر رہی ہے، کے این ایس سے بات کرتے ہوئے، آئی جی پی نے کہا کہ پولیس نے ہمیشہ منشیات کے مسئلے کو مختلف طریقوں سے ہینڈل کرنے کی کوشش کی ہے، جس میں قانونی ردعمل بنیادی طریقہ کار ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ ممنوعہ اشیاء کی خرید و فروخت کرنے والوں کے خلاف سخت کارروائی کی جا رہی ہے اور قانونی کارروائی کے بعد بھی باز نہ آنے والوں کے خلاف PIT-NDPS ایکٹ کے تحت مقدمہ درج کیا جا رہا ہے۔ آئی جی پی نے نوٹ کیا کہ معاشرہ اب منشیات کے استعمال کے حوالے سے "انکار کے موڈ سے قبولیت کے موڈ" کی طرف بڑھ گیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ لوگوں کو معلوم ہو گیا ہے کہ وہ یا ان کے خاندان کے افراد منشیات کے استعمال کا شکار ہو چکے ہیں۔/ 103

زوجیلا ٹنل کی پیش رفت کو جموں و کشمیر اور لداخ کیلئے ایک تاریخی سنگ میل: لیفٹننٹ گورنر

اقتصادی سرگرمیوں کو فروغ اور قومی سلامتی مضبوط ہوگی

زوجیلا ٹنل ہندوستان کے سب سے اہم بنیادی ڈھانچے کے منصوبوں میں سے ایک: منوج سنہا

منی مرگ (لداخ) ۹، جون // جے کے این ایس // جموں و کشمیر کے لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے زوجیلا ٹنل کی پیش رفت کو جموں و کشمیر اور لداخ کیلئے ایک تاریخی سنگ میل قرار دیا۔ جے کے این ایس کے مطابق بریک تھرو تقریب سے خطاب کرتے ہوئے، لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے اس بات پر زور دیا کہ ہر موسم میں تبدیلی کا منصوبہ اقتصادی سرگرمیوں کو نمایاں طور پر فروغ دے گا، قومی سلامتی میں اضافہ کرے گا، اور تزویراتی طور پر اہم خطے میں لاجسٹک کنیکٹیویٹی کو بہتر بنائے گا۔ منوج سنہا نے وزیر اعظم نریندر مودی اور مرکزی وزیر نتن گاڈکا کی قیادت کے لیے گہرا شکریہ ادا کیا۔ انہوں نے انجینئرز، سائنس دانوں اور کارکنوں کی انتھک محنت اور لگن کی بہت تعریف کی جنہوں نے انتہائی دشوار گزار خطوں اور انتہائی موسمی حالات پر قابو پا کر پیش رفت کو مکمل کیا۔ لیفٹیننٹ گورنر نے کہا کہ یہ واقعی جموں و کشمیر اور لداخ کے لوگوں کے لیے ایک تاریخی سنگ میل ہے۔ انہوں نے کہا کہ میں اس پروجیکٹ سے وابستہ ہر ایک کو مبارکباد پیش کرتا ہوں جنہوں نے مشکل حالات میں اس کامیابی کو ممکن بنانے/ 104

بارہمولہ میں غیر قانونی اسلحہ رکھنے کے کیس کا پردہ فاش ترکی ساختہ پستول کیساتھ ایک شخص گرفتار

بارہمولہ ۹، جون // جے کے این ایس // پولیس نے شمالی کشمیر کے بارہمولہ ضلع میں غیر قانونی اسلحہ رکھنے کے کیس کا پردہ فاش کرتے ہوئے 2 غیر ملکی ساختہ پستول برآمد کئے اور اس کے بعد مزید تفتیش کے دوران ملزم کے گھر سے ہتھیاروں اور گولہ بارود کا ایک اضافی ذخیرہ بھی برآمد کیا۔ جے کے این ایس کے مطابق پولیس نے ایک بیان کہا کہ بارہمولہ پولیس اور 52 راشٹریہ رائفلز/ 105

لداخ کے لوگوں کا ایک خواب پورا ہونے کے قریب

کارگل سے براہ راست فضائی سروس کا خواب تشنہ تکمیل: عمر عبداللہ

منی مرگ (لداخ) ۹، جون // جے کے این ایس // جموں و کشمیر کے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے منگل کو مرکزی وزیر نتن گڈکری سے اپیل کی کہ وہ کارگل سے براہ راست ہوائی رابطہ شروع کرنے کے لیے اپنا اثر و رسوخ استعمال کریں۔ جے کے این ایس کے مطابق یہاں زوجیلا ٹنل کی بریک تھرو تقریب سے خطاب کرتے ہوئے وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے لداخ کے لوگوں کو ہمہ موسمی رابطے کے خواب کی تعبیر کے قریب پہنچنے پر مبارکباد دی۔ انہوں نے کہا کہ میں لداخ کے لوگوں کو مبارکباد دیتا ہوں اور گڈکری اور وزارت میں ان کے افسران کا اس پیش رفت کے لیے شکریہ ادا کرتا ہوں، جو ہمیں ہر موسم کے رابطے کے خواب کے قریب لے جائے گا۔ وزیر اعلیٰ نے تاہم کہا کہ جب کہ لداخ کے/ 106

زوجیلا ٹنل دنیا کی سب سے طویل دوطرفہ بائی پاس سنگل ٹیوب سرنگ کی

تکمیل کی جانب ایک بڑا اقدم

منصوبہ لداخ کیلئے ایک اہم لائف لائن ثابت ہوگا: مرکزی وزیر نتن گڈکری

منی مرگ (لداخ) ۹، جون // جے کے این ایس // زوجیلا ٹنل کے اہم بریک تھرو کے بعد خطاب کرتے ہوئے مرکزی وزیر برائے روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز نتن گڈکری نے کہا کہ سرنگ کے دونوں سروں کا آپس میں مل جانا بھارت کے بنیادی ڈھانچے کی ترقی میں ایک سنہرا دن ہے اور دنیا کی سب سے طویل دوطرفہ (Bi-Directional) سنگل ٹیوب سرنگ کی تکمیل کی جانب ایک بڑا قدم ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق منی مرگ لداخ میں منعقدہ تاریخی تقریب کے موقع اپنے/ 107

امت شاہ نے مودی حکومت کے 12 برس مکمل ہونے پر فلاحی و ترقیاتی کارناموں کو سراہا

مفت راشن، مکانات، صحت بیمہ اور جدید انفراسٹرکچر کو تاریخی تبدیلی قرار دیا

سرینگر // 09 جون // وی او آئی // مرکزی وزیر داخلہ امت شاہ نے وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت کو خراج تحسین پیش کرتے ہوئے کہا ہے کہ گزشتہ 12 برسوں میں ملک نے پہلی بار غریبوں کی فلاح اور بے مثال ترقی کو بیک وقت حاصل کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ مودی جی نے قوم کی خدمت بغیر کسی وقفے کے کی ہے اور ان کی قیادت میں بھارت دنیا کی تیز ترین ترقی کرنے والی بڑی معیشت بن گیا ہے۔ وائس آف انڈیا کے مطابق امت شاہ نے ایک پوسٹ میں کہا کہ مودی حکومت کے 12 برسوں میں غریبوں کی فلاح اور ترقی/ 108

سری نگر جموں قومی شاہراہ پر ٹریفک کے دباؤ کو کم کرنے کا ایک اہم منصوبہ

مکھر جی ٹنل کے متوازی ایک نئی 2 لین ٹیوب ٹنل کی تعمیر

مرکزی وزیر روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز نتن گڈکری کی منظوری: جتیندر سنگھ

سری نگر ۹، جون // جے کے این ایس // مرکزی وزیر جتیندر سنگھ نے منگل کو کہا کہ جموں و کشمیر میں سری نگر جموں قومی شاہراہ کیساتھ چنانی، ناشری روٹ پر موجودہ ڈاکٹر سیاما پرساد مکھر جی ٹنل کے متوازی ایک نئی 2 لین والی ٹیوب ٹنل تعمیر کی جائے گی۔ جتیندر سنگھ نے کہ نیشنل ہائی ویز اتھارٹی آف انڈیا (NHAI) نے مرکزی وزیر برائے روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز نتن گڈکری کی منظوری سے، جموں و کشمیر میں قومی شاہراہ 44 پر نیشنل ہائی وے ٹنل کے موجودہ ڈاکٹر سیاما پرساد مکھر جی ٹنل کے متوازی ایک نئی 2 لین ٹیوب ٹنل کی تعمیر کی تجویز پیش کی ہے۔ جے کے این ایس کے مطابق ایکس پر ترقی کا اعلان کرتے ہوئے، مرکزی وزیر جتیندر سنگھ نے نیشنل ہائی وے اتھارٹی آف انڈیا (NHAI) اور مرکزی وزیر برائے روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز نتن گڈکری کا تجویز کو منظور کرنے کے لیے شکریہ ادا کیا۔ انہوں نے پوسٹ میں لکھا کہ ادھم پور کے لیے ایک اور خوشخبری: نیشنل ہائی وے اتھارٹی آف انڈیا NHAI اور مرکزی وزیر برائے روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز نتن گڈکری کا شکریہ کہ ہماری درخواست کو قبول کیا جائے اور چنانی، ناشری ٹنل سنگھ کے قومی شاہراہ کے ساتھ ساتھ متوازی ایک نئی دو لین والی ٹیوب ٹنل کی تعمیر کی/ 109

محرم الحرام کے دوران بلا تعطل انتظامات اور ضروری خدمات کو یقینی بنائیں۔ نائب وزیر اعلیٰ

سری نگر // انفور // نائب وزیر اعلیٰ سریندر کمار چودھری نے سری نگر کے متعدد شیعہ اکثریتی علاقوں کا تفصیلی دورہ کیا اور آئندہ ماہ محرم الحرام کے پُرامن اور احسن انعقاد کے لئے کی جانے والی تیاریوں کا جائزہ لیا جا سکے۔ اُنہوں نے ایک روزہ دورے کے دوران مختلف امام بارگاہوں اور اہم مذہبی مقامات کا معائنہ کیا جن میں زڈی بل میں میر شمس الدین عراقی کی درگاہ، تاریخی امام بارہ زڈی بل اور امام بارہ حسن آباد شامل ہیں۔ نائب وزیر اعلیٰ نے مقدس مہینے کے دوران عزاداروں اور عقیدت مندوں کے لئے فراہم کی جانے والی سہولیات اور خدمات کا جامع جائزہ لیا۔ اس موقعہ پر وزیر اعلیٰ کے ہمراہ رکن قانون ساز اسمبلی حضرت بل سلمان علی ساگر اور ممبر/ 110

गृह मंत्रालय
भारत सरकार

ہماری مردم شماری
ہماری ترقی

مردم شماری 2027 کا پہلا مرحلہ
مکانات کی فہرست سازی اور رہائشی مردم شماری

مردم شماری 2027
اعتماد اور شمولیت
درست معلومات فراہم کریں
بلاخوف معلومات فراہم کریں
قوم کی ترقی میں تعاون کریں

اطمینان رکھیں
آپ کی معلومات محفوظ رہیں گی
آپ کی معلومات خفیہ رہیں گی
صرف قومی تعمیر و ترقی کے لیے استعمال ہوں گی

مردم شماری: راز داری کی مکمل ضمانت
آپ کی معلومات مکمل طور پر محفوظ ہیں
- مردم شماری ایکٹ 1948 کے تحت مکمل راز داری
- محفوظ سرورز پر خفیہ شدہ ڈیٹا
- رپورٹوں میں صرف مجموعی اعداد و شمار شائع کیے جاتے ہیں
- نام اور پتہ کسی کے ساتھ شیئر نہیں کیا جاتا
- ٹیکس، پولیسنگ یا تفتیشی مقاصد کے لیے استعمال نہیں ہوتا

CBC 19108/13/0139/2627

آئیے اپنی ذمہ داری نبھائیں اور مردم شماری میں حصہ لیں

ٹول فری۔ 1855

CensusIndia2027

The Urdu Daily
WATTAN
وطن

یوم عاشوراء کا روزہ
دو سال کے گناہوں کا کفارہ ہے

ماہ محرم الحرام اور یوم عاشوراء کی فضیلت

تحریر---
ڈاکٹر سراج الدین ندوی

عاشوراء کے معنی ہیں ''دسواں''۔اس سے مراد محرم الحرام کا دسواں دن ہے۔محرم الحرام قمری سال کا پہلا مہینہ ہے۔عربوں میں قمری سال کا آغاز اسی مہینہ سے ہوتا تھا۔حضرت عمرؓ نے اپنے دور خلافت میں بہت سے نئے اور نمایاں کام انجام دیے۔آپ کا ایک نمایاں کام یہ ہے کہ آپ نے اسلامی سال کا آغاز کیا اور اس کے لیے واقعہ ہجرت کو بنیاد بنایا۔کیوں کہ واقعہ ہجرت اسلامی تاریخ کا ایک اہم موڑ ہے چنانچہ واقعہ ہجرت والے سال کو پہلا سن ہجری قرار دیا گیا۔اس ہجری سال کا آغاز بھی محرم الحرام کے مہینے سے کیا گیا۔

محرم کے معنی ہیں ''قابل احترام'' اور حرام کے معنی ہیں ''حرمت والا''۔یعنی وہ مہینہ جو حرمت والا ہے اور اس کی سب کو عزت کرنا چاہئے۔عربوں میں چار مہینے حرمت والے سمجھے جاتے تھے۔زمانہ جاہلیت میں ان مہینوں میں جنگ نہیں کی جاسکتی تھی۔دو قبائل میں جنگ ہوتی اور حرمت والا مہینہ آجاتا تو دونوں فریق اس کے احترام میں جنگ روک دیتے۔ان میں تین مہینے لگاتار ہیں۔ذی قعدہ ،ذی الحجہ اور محرم ، ذی الحجہ میں حج کیا جاتا ہے اس سے پہلے ایک مہینہ ذی قعدہ حرمت والا ہے تاکہ لوگ امن وسکون کے ساتھ حج کے لیے آسکیں ،دوسرا مہینہ ذی الحجہ ہے تاکہ لوگ اس میں آسانی کے ساتھ مناسک حج ادا کرسکیں۔اس کے بعد تیسرا مہینہ محرم الحرام کا ہے تاکہ لوگ بخیریت اپنے واطن کو واپس ہوسکیں۔حرمت والا چوتھا مہینہ رجب کا ہے جو سال کے درمیان میں پڑتا ہے تاکہ لوگ درمیان سال میں بھی لڑائی جھگڑے سے دور رہ کر امن و سلامتی اور اطمینان کے ساتھ رہ سکیں۔ان چار مہینوں میں اعمال صالحہ کا ثواب زیادہ ہوجاتا ہے اور گناہ کا وبال بھی زیادہ ہوتا ہے۔(تفسیر ابن کثیر)اسلام نے بھی ان چار مہینوں کی حرمت کو باقی رکھا۔مختصر یہ کہ محرم الحرام کا مہینہ زمانہ قدیم سے قابل احترام رہا ہے۔قرآن مجید میں حرمت والے مہینوں کے بارے میں اللہ کا ارشاد ہے۔

ترجمہ:''اللہ کی کتاب میں جس دن سے اللہ نے زمین اور آسمان پیدا کیے بے شک اللہ کے ہاں مہینوں کی گنتی بارہ مہینے ہیں،ان میں سے چار عزت والے ہیں، یہی سیدھا دین ہے،سوان میں اپنے اوپر ظلم نہ کرو۔''

نبی اکرم ﷺ جب ہجرت کرکے مدینہ تشریف لائے تو آپ ﷺ نے دیکھا کہ یہود دسویں محرم الحرام کو روزہ رکھتے ہیں۔آپ ﷺ نے ان سے وجہ دریافت کی تو انھوں نے بتایا کہ اس دن حضرت موسیٰ علیہ السلام اور ان کی قوم بنی اسرائیل کو فرعون سے نجات ملی تھی جب کہ فرعون غرقاب ہوگیا تھا۔آپ ﷺ نے فرمایا کہ موسیٰ کے بارے میں تو ہم زیادہ حق دار ہیں،چنانچہ آپ ﷺ نے خود بھی دسویں محرم کو روزہ رکھا اور صحابہ کرام کو بھی حکم دیا۔ائمہ کہتے ہیں ہیں کہ یہ حکم وجوبی تھا۔اگلے سال جب رمضان کے روزے فرض کیے گئے تو اس کے وجوب کا حکم منسوخ ہوگیا۔البتہ آپ ﷺ اور صحابہ اکرام استحبابا دسویں محرم کا روزہ رکھتے رہے۔آپ نے اپنی زندگی کے آخری سال ارشاد فرمایا:''اگر میں زندہ رہا تو اگلے سال نویں محرم کا بھی روزہ رکھوں گا۔''مگر آپ اگلے محرم تک بقید حیات نہ رہ سکے۔البتہ صحابہ کرام اور سلف صالحین نویں اور دسویں محرم کا مستحب روزہ رکھتے رہے ہیں اگر کوئی نویں محرم کو روزہ نہ رکھ سکے تو وہ دسویں اور گیارہویں محرم کو روزہ رکھے تاکہ یہود سے امتیاز باقی رہے۔حضرت عبداللہ بن عباس

روایت کرتے ہیں کہ آنحضور ﷺ نے ارشاد فرمایا:''میں آئندہ سال عاشوراء کے ساتھ نویں تاریخ کا بھی روزہ رکھوں گا مگر اس سے پہلے ہی آپ دنیا سے رخصت ہوگئے۔'' (مسلم)لیکن جب تک حضور اکرم ﷺ دنیا میں رہے اس روزہ کا اہتمام کرتے رہے۔حضرت عبداللہ بن عباسؓ روایت کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ کو جس قدر اہتمام کے ساتھ رمضان اور عاشوراء کے روزے کا اہتمام فرماتے دیکھا اس قدر کسی دوسری فضیلت والے دن کے روزہ کا اہتمام کرتے نہیں دیکھا (بخاری)

حضرت ابو ہریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:''ماہ رمضان کے بعد سب سے افضل روزہ اللہ کے مہینہ محرم کا روزہ ہے''(ترمذی)''اس حدیث میں محرم کو اللہ کا مہینہ کہا گیا ہے۔یوں تو سب مہینے اللہ کے بنائے ہوئے ہیں مگر محرم کے مہینہ کو اللہ کا مہینہ کہا گیا ہے۔جس سے اس مہینے کی حرمت وعظمت کا اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔

مندرجہ بالا تصریحات سے معلوم ہوا کہ محرم الحرام کو چار وجوہ سے فضیلت حاصل ہے۔(۱) پہلی وجہ تو یہ ہے کہ احادیث میں اس ماہ کی فضیلت وارد ہوئی ہے۔حضرت علی رضی اللہ عنہ سے کسی شخص نے سوال کیا کہ ماہ رمضان المبارک کے بعد کون سے مہینہ کے میں روزے رکھوں؟ تو حضرت علی رضی اللہ عنہ نے جواب دیا کہ یہی سوال ایک دفعہ ایک شخص نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے بھی کیا تھا، اور میں آپ کے پاس بیٹھا تھا، تو آپ نے جواب دیا تھا کہ:

یعنی ماہ رمضان کے بعد اگر تم کو روزہ رکھنا ہے تو ماہِ محرم میں رکھو، کیونکہ وہ اللہ تعالیٰ (کی خاص رحمت) کا مہینہ ہے، اس میں ایک ایسا دن ہے جس میں اللہ تعالیٰ نے ایک قوم کی توبہ قبول فرمائی اور آئندہ بھی ایک قوم کی توبہ اس دن قبول فرمائے گا۔(۲) احادیث میں اس مہینہ کو ''شھر اللہ'' کہا گیا ہے یعنی اللہ تعالیٰ کی خاص رحمتوں کا مہینہ ہے تو اس ماہ کی اضافت اللہ کی طرف کرنے سے اس کی خصوصی عظمت وفضیلت ثابت ہوئی۔(۳) تیسری وجہ یہ ہے کہ یہ مہینہ ''اشھر حرم'' یعنی ان چار مہینوں میں سے ہے کہ جن کو دوسرے مہینوں پر ایک خاص مقام حاصل ہے۔(۴) چوتھی وجہ یہ کہ اسلامی سال کی ابتداء اسی مہینے سے ہوتی ہے؛ چنانچہ امام غزالیؒ لکھتے ہیں کہ ''ماہِ محرم میں روزوں کی فضیلت کی وجہ یہ ہے کہ اس مہینے سے سال کا آغاز ہوتا ہے؛ اس لیے اسے نیکیوں سے معمور کرنا چاہیے، اور خداوند قدوس سے یہ توقع رکھنی چاہیے کہ وہ ان روزوں کی برکت پورے سال رکھے گا۔'' (احیاء العلوم)

اگر انسان ایمان و احتساب کے ساتھ رمضان کے روزے رکھتا ہے تو یہ روزے پوری زندگی کے گناہوں کا کفارہ بن جاتے ہیں۔احادیث کے مطابق یوم عرفہ کا روزہ دو سال کے لیے کفارہ ہے اور یوم عاشوراء کا روزہ ایک سال کے لیے کفارہ ہے۔

حضرت ابو قتادہ بیان کرتے ہیں کہ آنحضور ﷺ نے ارشاد فرمایا:''اللہ کی ذات سے پوری امید ہے کہ عاشوراء کا روزہ رکھنے کی وجہ سے وہ پچھلے ایک سال کے گناہ معاف فرمادے گا۔''(مسلم)

یوم عاشورہ کی فضیلت کا تقاضا یہی ہے کہ اس دن روزہ رکھا جائے اور اللہ کی عبادت کی جائے۔اس کے علاوہ یوم عاشوراء کے سلسلے میں بہت سی باتیں کہی جاتی ہیں وہ سب بے بنیاد ہیں۔کسی صحیح حدیث سے ان کا ثبوت نہیں ملتا۔مثلاً:

یوم عاشوراء کے دن حضرت آدمؑ کی دعا قبول ہوئی اسی دن حضرت نوحؑ کی کشتی جودی پہاڑ پر ٹھہری حضرت یونسؑ کو مچھلی کے پیٹ سے نجات ملی۔حضرت ابراہیمؑ کے لیے آگ گلزار ہوگئی۔حضرت ایوبؑ کو صحت ملی۔حضرت یعقوبؑ کی حضرت یوسفؑ سے ملاقات ہوئی۔اسی دن حضرت عیسیٰؑ کو آسمان پر اٹھایا گیا۔قیامت بھی دس محرم کو آئے گی حالانکہ قیامت کے بارے میں صرف اتنی بات احادیث میں کہی گئی کہ قیامت جمعہ کے دن آئے گی۔

بعض احادیث میں آتا ہے کہ جو شخص عاشوراء کے دن اپنے اہل و عیال پر خوان کو کشادہ کرے گا،اللہ تعالیٰ پورے سال اس کو کشادگی عطا فرمائے گا۔اس مفہوم کی حدیث کو طبرانی ،بیہقی اور ابو شیخ نے حضرت عبداللہ بن مسعودؓ سے روایت کیا ہے مگر کہا ہے کہ ان سب کی اسناد ضعیف ہیں۔مگر بہت ساری ضعیف احادیث ملکر کسی درجہ قوی ہوجاتی ہیں۔اس لیے بعض علماء و ائمہ کا کہنا ہے کہ عاشوراء کے دن اعزہ ،اقرباء پر خرچ کرنا پسندیدہ و مستحب ہے ویسے بھی انفاق کی عمومی فضیلت ہے۔

عاشوراء کی فضیلت واحترام کا واقعہ کربلا سے کوئی تعلق نہیں ہے۔بعض لوگ عاشوراء کے روزے کو حسینی روزہ کہتے ہیں۔یہ ان کی کم علمی اور نادانی ہے۔کربلا کا واقعہ اسلامی تاریخ کا بدترین باب ہے اس دن نواسہ رسول کی مظلومانہ شہادت کا واقعہ پیش آیا تھا۔ہمیں اپنی تاریخ کے طور پر اس واقعہ کی تفصیلات کا علم ہونا چاہئے اور یہ جاننا چاہے کہ سیدنا حسینؓ کی شہادت کیوں ہوئی ؟لیکن اس دن تعزیہ بنانا ،سینہ کوبی کرنا ،وغیرہ درست نہیں۔دین کی تکمیل نبی اکرم ﷺ نے اپنی حیات مبارکہ میں فرمادی تھی۔اس لیے دین میں کوئی تعبدی عمل داخل نہیں کیا جاسکتا۔حضرت حسینؓ کی شہادت کا غم منانا ،سوگ کرنا ،کالے کپڑے اس کی شریعت میں کوئی گنجائش نہیں ہے بلکہ اس پیغام کو سمجھنا چاہئے جس کے لیے حضرت حسینؓ نے اپنی جان کا نذرانہ پیش کیا۔اول تو کسی شہید کا غم نہیں کیا جانا چاہئے ور دوسرے یہ کہ اسلام میں کسی میت کا سوگ صرف تین دن تک منانے کا حکم ہے۔

ایران اسرائیل کشید گی: خامنہ ای نے کہا ''صہیونی حکومت کے چند دن باقی ہیں''

نئی دہلی (ایم این این): مشرق وسطی میں کشید گی ایک بار پھر شدت اختیار کر گئی ہے، جہاں ایران اور اسرائیل کے درمیان تازہ فوجی کارروائیوں اور سخت بیانات کے تبادلے نے خطے میں عدم استحکام کے خدشات بڑھا دیے ہیں۔ ایران کے سپریم لیڈر مجتبیٰ خامنہ ای نے پیر کو ایک سخت بیان میں کہا کہ ''متزلزل صہیونی حکومت کے پاس چند دن باقی ہیں۔'' ان کا یہ بیان ایسے وقت میں سامنے آیا جب دونوں ممالک کے درمیان براہ راست فوجی کارروائیوں کا سلسلہ دوبارہ تیز ہو گیا ہے۔ کشید گی میں حالیہ اضافہ اس وقت دیکھنے میں آیا جب ایران نے اتوار کی رات شمالی اسرائیل کی جانب متعدد میزائل بیراج داغے۔ ایرانی کارروائی بیروت کے جنوبی مضافاتی علاقوں پر اسرائیلی فضائی حملے کے بعد سامنے آئی، جس نے پہلے سے کشیدہ صورتحال کو مزید سنگین بنا دیا۔ اس کے جواب میں اسرائیل نے مغربی اور وسطی ایران میں متعدد اہداف پر فضائی حملے کیے۔ ایرانی میڈیا اور حکام کے مطابق دارالحکومت تہران، اصفہان اور تبریز سمیت مختلف شہروں میں دھماکوں کی اطلاعات موصول ہوئیں۔ اگرچہ نقصانات کی مکمل تفصیلات فوری طور پر جاری نہیں کی گئیں، تاہم حملوں نے خطے میں تشویش پیدا کر دی ہے۔ ایرانی حکام نے بتایا کہ پیر کو ایک اسرائیلی فضائی حملے میں ایران کے شہر مشہد میں واقع ایک پیٹرو کیمیکل کمپنی کو نشانہ بنایا گیا، جس کے نتیجے میں صنعتی کمپلیکس کے بعض حصوں کو نقصان پہنچا۔ دوسری جانب اسرائیلی میڈیا کے مطابق ایرانی میزائل حملوں کے بعد وسطی اور جنوبی اسرائیل کے متعدد شہروں میں خطرے کے سائرن بجائے گئے۔

صدی کا نایاب سورج گہن، دن میں ۶ / منٹ سے زائد اندھیرا چھا جائے گا

نئی دہلی (ایم این این): فلکیات کے شوقین افراد اور سائنسدانوں کے لیے ۲ / اگست ۲۰۲۷ء ایک یادگار دن ثابت ہو سکتا ہے کیونکہ اس روز ۲۱ / ویں صدی کا سب سے طویل مکمل سورج گہن قابل رسائی زمینی علاقوں سے دیکھا جائے گا۔ ماہرین کے مطابق اس نادر فلکیاتی واقعے کے دوران چاند تقریباً ۶ / منٹ ۲۳ / سیکنڈ تک سورج کو مکمل طور پر ڈھانپ لے گا، جس کے نتیجے میں دن کی روشنی عارضی طور پر رات کے اندھیرے میں تبدیل ہو جائے گی۔ یہ مکمل سورج گہن بحر اوقیانوس کے اوپر سے شروع ہو گا اور بعد ازاں جنوبی یورپ، شمالی افریقہ اور مشرق وسطی کے مختلف حصوں سے گزرتا ہوا آگے بڑھے گا۔

ایران-اسرائیل جنگ بندی کے خاتمے پر ای یو کا انتباہ:
خطے میں جنگ کی 'بہت بھاری قیمت' چکانی پڑے گی

نئی دہلی (ایم این این): ایران اور اسرائیل کے درمیان جنگ بندی کے خاتمے کے پیش نظر، یورپی یونین کی خارجہ پالیسی کی سربراہ کایا کالاس نے سخت انتباہ جاری کیا ہے کہ مشرق وسطی میں بڑے پیمانے پر جنگ کی واپسی پورے خطے کو تباہ کر دے گی۔ پیر کے دن نکوسیا، قبرص میں یورپی یونین کے وزرائے دفاع کے ایک اجلاس سے خطاب کرتے ہوئے کالاس نے تمام فریقین پر زور دیا کہ وہ فوری طور پر مذاکرات کی میز پر واپس آئیں۔ انہوں نے کہا کہ "یہ خطہ امن مذاکرات اور کمزور جنگ بندیوں کے مراحل میں پھنسا ہوا ہے۔ پورے خطے کو بڑے پیمانے پر جنگ کی واپسی کی بہت بھاری قیمت چکانی پڑے گی۔" یورپی یونین نے ایران پر تاریخ میں پہلی بار جہاز رانی کی پابندیاں عائد کیں اسی دن، یورپی یونین کے رکن ممالک نے آبنائے ہرمز کو بند کر کے جہاز رانی میں خلل ڈالنے میں ملوث ایرانی افراد اور اداروں کے خلاف پابندیوں کی منظوری دی۔ کالاس نے تصدیق کی کہ یہ پہلی بار ہے کہ یورپی یونین نے اپنے نئے 'فریڈم آف نیوی گیشن سینکشنز ریجیم' (جہاز رانی کی آزادی پر پابندیوں کا نظام) کو فعال کیا ہے۔ انہوں نے خبردار کیا کہ اگر ضرورت پڑی تو اسے دوبارہ نافذ کیا جائے گا۔ انہوں نے بحیرہ احمر میں تجارتی جہاز رانی کے تحفظ کیلئے یورپی یونین کے بحری مشن آپریشن 'ایسپائیڈز' (Operation Aspides) کی اہمیت کا بھی اعادہ کیا اور کہا کہ حالات ساز گار ہوتے ہی یہ مشن آبنائے میں کام کرنے والے فرانسیسی اور برطانوی اتحاد میں شامل ہو سکتا ہے۔ یہ بھی پڑھئے: ایران اسرائیل کشید گی: خامنہ ای نے کہا ''صہیونی حکومت کے چند دن باقی ہیں'' روس کے خلاف یوکرین کی امداد کا اعلان روس کے حوالے سے، کالاس نے اعلان کیا۔

جنگ کے 100 / دن: خطے نے ہزاروں جانیں گنوائیں، ایندھن کا بحران،

نئی دہلی (ایم این این): دنیا بے ایران کے خلاف امریکہ اور اسرائیل کی ۲۸ / فروری ۲۰۲۶ء کو چھیڑی گئی جنگ کو ۸ / جون کو ۱۰۰ / دن مکمل ہو چکے ہیں۔ حالانکہ امریکی صدر ڈونالڈ ٹرمپ نے دعویٰ کیا تھا کہ یہ جنگ بہت جلد ختم ہو جائے گی۔ لیکن امریکہ اور اسرائیل کے سارے اندازے اور حکمت عملیاں دھری کی دھری رہ گئیں۔ ایران نے دندان شکن جواب اور اب تک وہ اس محاذ پر ڈٹا ہوا ہے۔ اس تنازع نے ایران اور دنیا کو کیسے متاثر کیا؟ اس ضمن میں الجزیرہ نے تفصیلی رپورٹ شائع کی ہے۔ جس میں انسانی جانوں کے نقصان سے لے کر عالمی معیشت تک، ۲۸ / فروری سے جاری امریکہ-اسرائیل جنگ کے ایران پر اثرات کا جائزہ پیش کیا ہے۔ خیال رہے کہ ۸ / اپریل ۲۰۲۶ء کو جنگ بندی پر اتفاق کے باوجود آبنائے ہرمز بڑی حد تک بند ہے، وقفے وقفے سے جھڑپیں جاری ہیں اور مذاکرات کئی بار ناکام ہو چکے ہیں۔ اس بصری رپورٹ میں الجزیرہ نے جنگ کے پہلے ۱۰۰ / دنوں کا جائزہ لیا ہے، جس میں ہلاکتوں اور بے گھر ہونے والوں کی تعداد، عالمی معیشت پر پڑنے والے جھٹکوں اور کسی ممکنہ معاہدے کے امکانات کا احاطہ کیا گیا ہے۔ کم از کم ۷ / ہزار افراد ہلاک ہوئے جنگ کے اصل ہدف ایران کے مقابلے میں اب لبنان میں زیادہ افراد مارے جا چکے ہیں۔ ابتدائی اعداد و شمار کے مطابق کم از کم ۳۵۹۳ / افراد لبنان میں، ۳۴۶۸ / ایران میں اور ۲۹ / خلیجی ممالک میں ہلاک ہوئے ہیں، جبکہ ایران کے حملوں میں ۲۶ / اسرائیلی اور ۱۳ / امریکی فوجی بھی مارے گئے ہیں۔ صورتحال مسلسل تبدیل ہونے کے باعث یہ اعداد و شمار مزید تبدیل ہو سکتے ہیں۔ اسرائیل نے لبنان کے پانچویں حصے پر قبضہ کر لیا ۱۷ / اپریل سے لبنان میں الگ جنگ بندی نافذ ہونے کے باوجود اسرائیل ملک کے جنوبی حصے پر مسلسل حملے کر رہا ہے۔ اسرائیلی حملوں کے نتیجے میں ۱۰ / لاکھ سے زائد لبنانی بے گھر ہو چکے ہیں۔ وزیر اعظم نواف سلام نے اس کارروائی کو ''جلاؤ گھیراؤ کی پالیسی اور اجتماعی سزا'' قرار دیا ہے، جس کے نتیجے میں قصبے اور دیہات تباہ ہوئے اور ان کے مکین جلاوطنی پر مجبور ہوئے۔ یکم جون تک اسرائیلی افواج جنوبی لبنان کے شہر نبطیہ کے مضافات تک پہنچ چکی تھیں۔ اس دوران انہوں نے تاریخی بیوفورٹ قلعے پر قبضہ کر لیا، جو گزشتہ ۲۵ / برسوں میں لبنان کے اندر ان کی سب سے گہری پیش قدمی سمجھی جا رہی ہے۔ اس وقت اسرائیلی افواج لبنان کے تقریباً پانچویں حصے، یعنی ۲ / ہزار مربع کلومیٹر علاقے پر قابض ہیں۔ اسرائیل کا دعویٰ تھا کہ اس کا مقصد سرحد کے قریب دریائے لیطانی تک کے جنوب میں موجود حزب اللہ کے اہم جنگجوؤں کو ہٹانا ہے، لیکن فوج اس حد سے کہیں آگے کارروائیاں کر رہی ہے۔ جبری انخلا کے احکامات دریائے زہرانی تک جاری کیے گئے ہیں۔

خاتون صحافی کے ساتھ ٹرمپ کا غیر مہذب رویہ، انٹرویو ادھورا چھوڑ دیا

نئی دہلی (ایم این این): امریکی صدر ٹرمپ نے امریکی نشریاتی ایجنسی این بی سی نیوز کے پروگرام کی میزبان کرسٹن ویلکر کو دیے گئے ایک طویل انٹرویو کے دوران ناراضگی کا اظہار کرتے ہوئے گفتگو اچانک ختم کر دی اور مائیک پھینک کر چل دیے۔ ڈونالڈ ٹرمپ نے پروگرام میٹ دی پریس کی خاتون صحافی اور کئی چینلز پر بدعنوانی کے الزامات لگائے جبکہ اس دوران ان کا میزبان سے سخت جملوں کا تبادلہ بھی ہوا۔ رپورٹس کے مطابق تقریباً ۵۰ / منٹ جاری رہنے والے انٹرویو کے اختتام پر کرسٹن ویلکر نے کیلیفورنیا کے پرائمری انتخابات سے متعلق ٹرمپ کے دھاندلی کے دعوؤں پر سوال اٹھایا جس پر دونوں کے درمیان سوال و جواب کا سلسلہ تلخ ہو گیا۔ ٹرمپ نے امریکی ٹی وی کو یکطرفہ اور بدعنوان نیٹ ورک قرار دیتے ہوئے کہا کہ اب اسے ختم کرتے ہیں، میں کافی وقت دے چکا ہوں۔ جب میزبان نے یاد دلایا کہ وہ انٹرویو کے لیے طویل سفر کر کے وسکونسن پہنچی ہیں تو ٹرمپ نے جواب دیا کہ وہ بارش میں ایک گھنٹے سے زیادہ وقت گزار چکے ہیں اور کافی سوالات کے جواب دے چکے ہیں۔ ٹرمپ نے بعد ازاں اپنا مائیکروفون اتارا، زمین پر رکھا اور انٹرویو کا مقام چھوڑ دیا تاہم جاتے ہوئے انہوں نے میزبان کے کندھے پر ہاتھ بھی رکھا اور کہا کہ اس طرح کی صحافت سے امریکہ عظیم نہیں بن سکتا۔ یہ انٹرویو ریاست وسکونسن کے دورے کے دوران ریکارڈ کیا گیا تھا جہاں بارش اور تکنیکی مسائل کے باعث گفتگو میں متعدد بار وقفہ آیا۔ بعد ازاں کرسٹن ویلکر نے سوشل میڈیا پر کہا کہ خراب موسم نے انٹرویو کو پیچیدہ بنا دیا تھا تاہم اس کے باوجود ایران جنگ، معیشت اور دیگر اہم موضوعات پر تفصیلی گفتگو ہوئی۔ انہوں نے یہ بھی بتایا کہ اگلے روز ٹرمپ سے دوبارہ بات ہوئی اور دونوں نے اتفاق کیا کہ بارش نے انٹرویو پر اثر ڈالا تھا

فرعون کا خنجر خلا سے آئے ''الکا'' سے تیار کیا گیا تھا: تحقیق میں انکشاف

نئی دہلی (ایم این این): قدیم مصر کے مشہور فرعون Tutankhamun کے مقبرے سے تقریباً ایک صدی قبل دریافت ہونے والے پراسرار لوہے کے خنجر کے بارے میں سائنسدانوں نے ایک اہم انکشاف کیا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق یہ خنجر زمین پر مائے

اے آئی اور بوٹس انسان سے زیادہ انٹرنیٹ ٹریفک پیدا کر رہے ہیں: کلاؤڈ فلیئر

اور ایسے سسٹمز کی تیز رفتار ترقی کا نتیجہ ہے جو انسانی مداخلت کے بغیر معلومات تلاش کرنے، ویب سائٹس کا جائزہ لینے اور مختلف آن لائن کام انجام دینے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ کلاؤڈ فلیئر کے شریک بانی اور چیف ایگزیکٹو آفیسر میتھیو پرنس نے اس پیش رفت پر ردعمل ظاہر کرتے ہوئے ایکس پر لکھا کہ ''یہ میری توقع سے کہیں زیادہ تیزی سے ہوا۔'' انہوں نے مزید کہا کہ ''میں سمجھتا تھا کہ یہ مرحلہ ۲۰۲۷ء کے آخر یا کم از کم ۲۰۲۷ء کے اوائل میں آئے گا، لیکن اے آئی ایجنٹس کی ٹریفک اتنی تیزی سے بڑھ رہی ہے کہ اب پہلی مرتبہ بوٹس نے انسانی ٹریفک کو پیچھے چھوڑ دیا ہے۔

غزہ میں بچوں کو نشانہ بنانے سے متعلق رپورٹ کو یورپی پریس پرائز 2026ء تفویض

نئی دہلی (ایم این این): غزہ میں بچوں کو مبینہ طور پر جان بوجھ کر نشانہ بنانے کے الزامات پر مبنی ایک تحقیقی رپورٹ کو یورپ کے ممتاز صحافتی اعزاز European Press Prize 2026 سے نوازا گیا ہے۔ یہ رپورٹ ڈچ اخبار de Volkskrant میں "What the Wounds Tell" کے عنوان سے شائع ہوئی تھی، جسے صحافی Maud Effting اور Willem Feenstra نے تیار کیا۔ تحقیق میں ۱۵ / سال سے کم عمر ۱۱۴ / فلسطینی بچوں کے ایسے کیسز کا جائزہ لیا گیا جنہیں سر یا سینے میں گولیاں لگی تھیں۔ رپورٹ کے مطابق ان میں سے بیشتر بچے یا تو ہلاک ہو گئے یا شدید معذوری کا شکار ہوئے۔ یورپی پریس پرائز نے ایوارڈ کا اعلان کرتے ہوئے کہا کہ "یہ غیر معمولی حالات میں کی جانے والی غیر معمولی صحافت ہے۔" ادارے کے مطابق غزہ تک آزادانہ رسائی انتہائی محدود ہونے کے باوجود صحافیوں نے وہاں کام کرنے والے بین الاقوامی طبی ماہرین کے بیانات، دستاویزات اور شواہد کی بنیاد پر تفصیلی تحقیق کی۔ رپورٹ کے مصنفین نے سوچ سمجھ کر ۱۵ / سال سے کم عمر بچوں پر توجہ مرکوز کی کیونکہ اس عمر کے بچوں کو واضح طور پر نابالغ قرار دیا جا سکتا ہے۔ تحقیق میں کہا گیا کہ سر یا سینے میں ایک ہی گولی لگنے کے متعدد واقعات نے ان کیسز کو خصوصی توجہ کا مرکز بنا دیا۔ تحقیق کے لیے صحافیوں نے امریکہ، برطانیہ، آسٹریلیا، کینیڈا اور نیدرلینڈز سے تعلق رکھنے والے ۱۷ / ڈاکٹروں اور ایک نرس سے گفتگو کی، جنہوں نے اکتوبر ۲۰۲۳ء سے غزہ کے چھ اسپتالوں اور چار طبی مراکز میں خدمات انجام دی تھیں۔ ان میں سے کئی طبی ماہرین کو سوڈان، افغانستان اور یوکرین جیسے جنگ زدہ علاقوں میں کام کرنے کا وسیع تجربہ حاصل تھا۔ رپورٹ کے مطابق ۱۵ / ڈاکٹروں نے تصدیق کی کہ انہوں نے ۲۰۲۳ء کے آخر سے ۲۰۲۵ء کے وسط تک مختلف طبی مراکز میں کم از کم ۱۱۴ / ایسے بچوں کا علاج کیا جنہیں سر یا سینے میں گولی لگی تھی۔

جنگ، اسلحہ سازی معاشرہ کی ناکامی ہے،
پائیدار امن ہتھیاروں سے ممکن نہیں: پوپ لیو

جنگ، اسلحہ سازی معاشرہ کی ناکامی ہے، پائیدار امن ہتھیاروں سے ممکن نہیں: پوپ لیو

نئی دہلی (ایم این این): رومن کیتھولک چرچ کے سربراہ پوپ لیو نے پیر کو اسپین کی پارلیمنٹ سے ایک تاریخی خطاب میں کہا کہ جنگ اور اسلحہ سازی میں اضافہ دراصل معاشروں اور سیاسی نظاموں کی ناکامی کی عکاسی کرتا ہے، جبکہ پائیدار اور حقیقی امن کبھی بھی فوجی ذرائع سے حاصل نہیں کیا جا سکتا۔ میڈرڈ میں اسپین کی پارلیمنٹ سے خطاب کرتے ہوئے پوپ لیو اس ادارے کے سامنے تقریر کرنے والے تاریخ کے پہلے پوپ بن گئے۔ ان کے خطاب کا مرکزی موضوع انسانی جان کا تحفظ، انسانی وقار کا احترام اور عالمی سطح پر انصاف پر مبنی نظام کی ضرورت تھا۔ پوپ نے کہا کہ ''ہر انسانی زندگی کو تصور سے لے کر اس کے فطری اختتام تک، اس کے وجود کے ہر مرحلے میں تسلیم اور محفوظ کیا جانا چاہیے۔'' انہوں نے مزید کہا کہ ''انسانی زندگی کا دفاع نہ تو کسی نجی مفاد کا معاملہ ہے اور نہ ہی صرف مذہبی تشویش، بلکہ یہ تہذیب کا ایک بنیادی مقصد ہے۔'' پوپ لیو نے خبردار کیا کہ جب معاشرے اپنے کمزور ترین افراد کے تحفظ میں ناکام ہو جاتے ہیں تو وہ اپنی اخلاقی بنیاد کھو دیتے ہیں۔ اپنے خطاب میں انہوں نے عالمی ہجرت کے مسئلے پر بھی تفصیلی اظہار خیال کیا اور اسے ''ہجرت کا المناک ڈرامہ'' قرار دیا۔

اتر ریلوے
ای۔ٹینڈر تصحیح نامہ نوٹس
تصحیح نامہ اور ٹینڈر تفصیلات

تصحیح نامہ نمبر	1	آئی آر ای پی ایس کے مطابق تصحیح نامہ کی اشاعت کی تاریخ	
ٹینڈر نمبر	433_TELE_JAT_38_25_26 (کھلا ٹینڈر)		
کام کا نام	جموں ڈویژن میں متبادل کنٹرول آفس کا بندوبست		
ٹینڈر اختتام کی تاریخ اور وقت	01-07-2026 15:00	ٹینڈر اپ لوڈ کرنے کی تاریخ اور وقت	09-06-2026 12:34
مشتہر قیمت (روپے)	9013631.94	آئی آر ای پی ایس کے مطابق بولی شروعات تاریخ	17-06-2026
بیعانہ کی رقم (روپے)	180300.00	مدت تکمیل کام	3 مہینے

ٹینڈر نمبر: 433_TELE_JAT_38_25_26 مورخہ 09-06-2026 اختتام کی تاریخ / وقت: 01-07-2026 کو 15:00 بجے
1968/2026
گراھکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

اتر ریلوے
ای۔ٹینڈر نوٹس
ٹینڈر نمبر: 38-2026-27-DEN-HQ-FZR مورخہ 09-06-2026
ڈویژنل انجینئر، ہیڈ کوارٹر، فیروز پور کے ذریعہ بھارت کے راشٹرپتی کی جانب سے مندرجہ ذیل ای۔ٹینڈرز، آخری تاریخ 29-06-2026 بوقت 15.00 بجے تک www.ireps.gov.in پر طلب کیے جاتے ہیں۔ ٹینڈر دہندگان اپنے اصل/ترمیم شدہ ٹینڈر جمع ہونے کی تاریخ اور وقت تک پیش کر سکتے ہیں۔ مینوئل ٹینڈر منظور نہیں ہے اور ایسے کسی بھی مینوئل کو منظور نہیں کیا جائے گا۔ ٹھیکیدار ٹینڈر فارم کی لاگت اور بیعانہ کی رقم کا بھگتان صرف www.ireps.gov.in پورٹل پر دستیاب آن لائن وسائل کے ذریعہ جیسے کہ نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ، کریڈٹ کارڈ وغیرہ کے ذریعہ بھگتان کر سکتے ہیں۔ ڈیمانڈ ڈرافٹ، بینکر چیک، ایف ڈی آر وغیرہ کے ذریعہ بھگتان کی اجازت نہیں ہے۔

ٹینڈر ٹائپ	ٹینڈر کیٹیگری	بِڈ سسٹم
کھلا	کام	دو بِڈ سسٹم
ٹینڈر اپ لوڈ کرنے کی تاریخ	بولی شروع کی تاریخ	ٹینڈر اختتام کی تاریخ اور وقت
05-06-2026	15-06-2026	29-06-2026 & 15.00

نمبر شمار	ٹینڈر نمبر	ٹینڈر کی تفصیلات
1.	38-2026-27-DEN-HQ-FZR	ڈویژنل انجینئر، ہیڈ کوارٹر / فیروز پور کے تحت 55 سٹیشنوں پر لو باتھ، پارکنگ ایریا، ویٹنگ ہال ٹوائلٹ، سی او بی وغیرہ جیسی ایم ای اے اور ویٹنگ جنگ سہولیات کا انتظام۔

مشتہر قیمت (روپے)	بیعانہ کی رقم	آفر کی ویلڈیٹی	مدت تکمیل کام
13,89,70,931.86	27,79,400.00	90 دن	12 مہینے

اسی نوعیت کا کام: "ٹریک کنسٹرکشن ورکس کے علاوہ کوئی بھی سول ورک۔"
نوٹ: 1۔ ٹینڈر ڈالنے سے پہلے ٹینڈر دہندگان ٹینڈر کے سلسلے میں جاری کئے گئے کسی بھی تصحیح نامہ کی جانچ کریں گے۔ 2۔ ھندی میں کسی بھی خامی کیلئے انگریزی ورژن کا مطالعہ کریں، اور انگریزی ورژن ہی جائز ہونگے۔
1972/26
گراھکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

The Urdu Daily
WATTAN
وطن سرینگر

دل کی صحت کیلئے مفید غذائیں

امراض قلب دنیا بھر میں اموات کی چند بڑی وجوہات میں سے ایک ہیں۔ خون کی شریانوں میں مسائل جیسے ان کا اکڑنا، ناقص غذا، جسمانی سرگرمیوں سے دوری اور تمباکو نوشی کو امراض قلب کی عام وجوہات سمجھا جاتا ہے جبکہ ہائی بلڈ پریشر، انفیکشن وغیرہ بھی یہ خطرہ بڑھاتے ہیں۔ تاہم اچھی خبر یہ ہے کہ صحت مند طرز زندگی اور غذا کے استعمال سے آپ امراض قلب کو خود سے دور رکھ سکتے ہیں۔

مچھلی کا تیل

ایک نئی سائنسی رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ آنے والے دنوں میں امراض دل کے ماہر ڈاکٹر ایسے مریضوں کے لیے، جنہیں دل کے دورے اور فالج کا خطرہ زیادہ ہوگا، مچھلی کا تیل خاص طور پر تجویز کیا کریں گے۔
مچھلی کے تیل میں اومیگا تھری فیٹی ایسڈ بھاری مقدار میں ہوتا ہے۔ یہ مرکب شریانوں کی بیماریوں سے محفوظ رکھنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ نئی طبی تحقیق میں ماہرین نے اپنی توجہ ان لوگوں پر مرکوز رکھی ہے، جن کے خون میں کولیسٹرول کی سطح تو کنٹرول میں تھی لیکن خون میں نقصان دہ چربی والے مادوں کی مقدار نمایاں طور پر زیادہ تھی۔ تحقیق کے دوران انہیں مچھلی کے تیل کی بھاری مقدار دی گئی، جس سے ان کے خون میں شامل نقصان دہ چربی والے مادوں میں 25 فی صد تک کمی دیکھی گئی۔ اس کے علاوہ، ہفتے میں 4 دفعہ چربی والی مچھلی کھانا، جسم میں فائدہ مند کولیسٹرول کی شرح بڑھانے اور امراض قلب کا خطرہ کم کرنے میں مدد دے سکتا ہے۔

دلیہ

دلیہ کا استعمال معمول بنانا نقصان دہ کولیسٹرول کی سطح میں پانچ سے دس فیصد تک کمی لانے میں مدد دیتا ہے، جس سے امراض قلب کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ بازار میں ملنے والے cereals کا استعمال اس حوالے سے فائدہ مند نہیں ہوتا، کیونکہ ان میں چینی شامل کی جاتی ہے، تاہم خام جو کے دلیے کو دودھ میں بھگو کر اس میں سیب، کشمش وغیرہ کے ذریعے مٹھاس پیدا کر کے صحت کیلئے فائدہ مند بنایا جاسکتا ہے۔

بیریز

بلیو بیری اور اسٹرابیری کا استعمال بلڈ پریشر کو کم کرنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے، جو کہ ہارٹ اٹیک کا باعث بننے والا بڑا خطرہ ہے۔ اسی طرح یہ خون کی شریانوں کو بھی کشادہ کرنے میں مدد دیتے ہیں، جس سے امراض قلب سے بچنے میں مدد ملتی ہے۔

ڈارک چاکلیٹ

کئی طبی تحقیقی رپورٹس میں یہ بات سامنے آچکی ہے کہ ڈارک چاکلیٹ دل کی صحت کے لیے فائدہ مند ہے، اس کی وجہ اس میں موجود کیمیکل فلیونوائڈ ہے، جو کہ شریانوں کو لچکدار رہنے میں مدد دیتا ہے۔ اس میٹھی سوغات کے نتیجے میں

خون جمنے کا امکان بھی کم ہوتا ہے جبکہ نقصان دہ کولیسٹرول کی سطح بھی نہیں بڑھتی۔

ترش پھل

جو لوگ زیادہ مقدار میں مالٹے اور

گریپ فروٹ کھانے کے عادی ہوتے ہیں، ان میں خون جمنے سے ہونے والے فالج کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ اس سے ہٹ کر بھی ترش پھل وٹامن سی سے بھرپور ہوتے ہیں، جو کہ امراض قلب کا خطرہ کم کرنے والا جزو ہے۔ ایک تحقیق

میں بتایا گیا کہ ایک مالٹا روزانہ کھانا فا اور امراض قلب کی روک تھام میں مددگار ثابت ہوسکتا ہے۔

آلو

آلو پوٹاشیم سے بھرپور ہوتے ہیں، جو کہ بلڈ پریشر کو کم کرنے میں مدد دینے والا جزو ہے۔ اس کے علاوہ آلو میں فائبر کی مقدار بھی کافی زیادہ ہوتی ہے، جس سے امراض قلب کا خطرہ کم کرنے میں مدد ملتی ہے۔

گلیسرائیڈ کی سطح بڑھ جاتی ہے جبکہ فائدہ مند کولیسٹرول کی سطح کم ہوجاتی ہے، جس کے نتیجے میں امراض قلب کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

سبز چائے

سبز چائے کا صرف ایک کپ ہی کولیسٹرول کے نتیجے میں خون جمنے کی روک تھام کرنے کیلئے کافی ہے، اس کے علاوہ یہ گرم مشروب میٹابولزم کو بہتر کر کے اضافی وزن میں کمی لانے میں بھی مدد دیتا ہے۔

سبز پتوں والی سبزیاں

سبز پتوں والی سبزیاں جیسے پالک، ساگ وغیرہ دل کو زیادہ صحت مند بناتی ہیں، ان میں موجود کیروٹین اینٹی آکسیڈنٹ کا کام کر کے جسم کو نقصان دہ مرکبات سے بچاتے ہیں۔

کافی

ایک تحقیق کے مطابق معتدل مقدار میں کافی کا استعمال شریانوں کے اندر اس نقصان دہ کیلشیم کا امکان کم کرتا ہے، جو کہ امراض قلب کا باعث بنتا ہے۔ اس کیلشیم کی مقدار بڑھنے سے خون کی شریانیں سخت اور تنگ ہوجاتی ہیں اور لوتھڑے بننے لگتے ہیں، جس سے دل کے دورے یا فالج کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

ٹماٹر

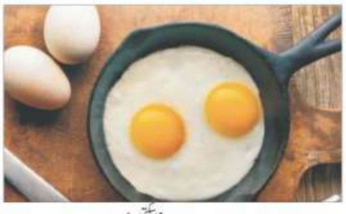
آلو کی طرح ٹماٹر میں بھی دل کیلئے فائدہ مند پوٹاشیم کی مقدار کافی زیادہ ہوتی ہے جبکہ یہ اینٹی آکسیڈنٹ لائیکوپین کے حصول کا بھی اچھا ذریعہ ہے۔ یہ اینٹی آکسیڈنٹ نقصان دہ کولیسٹرول سے نجات میں مدد دے سکتا ہے، جس سے خون کی شریانیں کشادہ رہتی ہیں اور ہارٹ اٹیک کا خطرہ کم ہوتا ہے۔

انار

اینٹی آکسیڈنٹس سے بھرپور یہ پھل بلڈ پریشر کو کم کرتا ہے اور خون کی گردش کو معمول پر لاتا ہے، جس سے امراض قلب اور ہارٹ اٹیک سے بچنے میں مدد ملتی ہے۔

کیلے

پوٹاشیم اُن جینز کو ریگولیٹ کرتا ہے، جو شریانوں کی لچک کی دیکھ بھال کرتے ہیں۔ محققین کا کہنا ہے کہ روزانہ صرف ایک کیلا کھانے کی عادت فالج اور ہارٹ اٹیک سے بچاؤ میں مددگار ثابت



ہوسکتی ہے۔

دہی

دہی، دل کی صحت اور بلڈ پریشر کیلئے فائدہ مند ہے۔ اس کا زیادہ استعمال خواتین میں 30 فیصد جبکہ مردوں میں 19 فیصد تک خون کی شریانوں کے امراض کا خطرہ کم کر دیتا ہے۔

بادام

روزانہ کچھ مقدار میں بادام کھانا خون کی شریانوں سے جڑے امراض کے ایک بڑے خطرے dyslipidemia (خون میں چربی کی خرابی) کو کم کرتا ہے۔ یہ ایسا عارضہ ہے جس میں نقصان دہ ایل ڈی ایل کولیسٹرول اور ٹرائی

توانائی بڑھانے والی غذائیں

ایک ایسا ڈائٹ پلان ترتیب دیا جاتا ہے، جو روزے کی حالت میں ان کی توانائی (انرجی لیول) کم نہ ہونے دے۔ اسی لیے سحری خاص اہمیت کی حامل ہوتی ہے اور اسلام میں بھی سحری کرنے کی تاکید کی گئی ہے۔ سحری کے وقت لی گئی غذاؤں کی بدولت انسان کا جسم پورا دن متحرک رہتا ہے۔ لہٰذا ضروری ہے کہ آپ سحری میں ایسی غذائیں کھائیں، جن سے آپ کا جسم ڈی ہائیڈریشن کا شکار نہ ہونے پائے۔ دماغ اور جسم کے لیے ایسی متوازن غذاؤں اور مشروبات کا استعمال کریں، جو آپ کو پورا دن صحت مند اور چاق و چوبند رکھ سکیں۔ ایسی ہی کچھ غذاؤں کا ذکر ذیل میں کیا جارہا ہے۔

انڈہ پراٹھا
توانائی بڑھانے والی سحری کی غذائیں
سبزی یا آلو کے پراٹھے تو دنیا بھر میں بھی کھائے جاتے ہیں، تاہم ہمارے یہاں ان پراٹھوں کے ساتھ ساتھ منفرد اور غذائیت سے بھرپور ''انڈہ پراٹھا'' بھی بڑے شوق سے کھایا جاتا ہے۔ طبی ماہرین سحری میں پروٹین سے بھرپور غذاؤں کو شامل کرنے کا مشورہ دیتے ہیں کیونکہ پروٹین روزے داروں کو نہ صرف دن بھر متحرک رکھتا ہے بلکہ جسمانی توانائی بڑھانے کا بھی باعث بنتا ہے۔ اگر آپ اُبلے ہوئے انڈے نہیں کھا پا رہے تو انڈہ پراٹھا ایک بہترین متبادل ثابت ہوسکتا ہے۔ ایک انڈے میں 8 سے 12 گرام پروٹین کی مقدار پائی جاتی ہے، جو دن بھر کے لیے جسم میں حرارت اور طاقت پیدا کرتی ہے۔

فروٹ سلاد
توانائی بڑھانے والی سحری کی غذائیں
سحری میں کھائی جانے والی غذا میں فروٹ سلاد کا متوازن استعمال بھی لازمی ہونا چاہیے۔ اگر دوران رمضان آپ وٹامن سے بھرپور غذاؤں کا استعمال نہ کر پائے تو وٹامن کی کمی آپ کی صحت کے لیے خطرہ ثابت ہوسکتی ہے۔ لہٰذا دوران رمضان اس بات کا خیال رکھیں کہ آپ کی سحری میں ضروری غذائیت پر مشتمل تمام غذائیں موجود ہوں، جن میں ایک چھوٹا باؤل فروٹ سلاد کا بھی ہونا چاہیے۔ فروٹ سلاد میں فائبر سے بھرپور پھل مثلاً کیلے، سیب، آڑو اور ناشپاتی وغیرہ کا استعمال کریں، ان پھلوں کے استعمال سے آپ کا پیٹ زیادہ دیر بھرا رہتا ہے اور قبض بھی نہیں ہو پاتا۔

اسموتھی
توانائی بڑھانے والی سحری کی غذائیں
اگر آپ سحری کے لیے فوری توانائی بھری اسموتھی تیار کرنا چاہتے ہیں تو کیلے، جو (اوٹ میل) اور کینو کے جوس سے بنائی گئی اسموتھی بہترین ثابت ہوتی ہے۔ ان تمام اجزا کو بلینڈر میں اچھی طرح مکس کریں گی تو توانائی سے بھرپور اسموتھی تیار ہوجائے گی، جو دن بھر آپ کو سیر اور تر و تازہ رکھنے میں بہترین ثابت ہوسکتی ہے۔ ماہرین کے مطابق کیلے میں 80 فیصد غذائی اجزا پائے جاتے ہیں، جو آپ کو کیلشیم، فاسفورس، میگنیشیم اور آئرن فراہم کرتے ہیں جبکہ کینو کا جوس جسم میں وٹامن سی کی کمی پورا کرتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس اسموتھی کا استعمال سحری میں آپ کے لیے بہترین رہے گا۔

کھجلہ پھینی
توانائی بڑھانے والی سحری کی غذائیں
کھجلہ پھینی کو رمضان کی خاص سوغات مانا جاتا ہے، جس کے بغیر سحری ادھوری سمجھی جاتی ہے۔ میدے سے بنے کھجلہ اور پھینی کو دودھ میں ڈال کر کھانے سے روزے دار کو دن بھر توانائی ملتی ہے۔ کھجلہ اور پھینی کا شمار دیر سے ہضم ہونے والی غذاؤں میں ہوتا ہے، اسی وجہ سے اس کو کھانے کے بعد روزے دار کو بھوک بھی کم لگتی ہے اور وہ پورا دن تندرست و توانا رہتا ہے۔

گری دار میوے
توانائی بڑھانے والی سحری کی غذائیں
گری دار میوے سحری کی صحت بخش غذاؤں میں سے ایک ہیں۔ گری دار میووں میں ہیلتھی فیٹ، پروٹین اور فائبر کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے جو کہ دن بھر انسان کو چاق و چوبند اور توانا رکھنے میں مفید ثابت ہوتے ہیں۔ اس کے ساتھ یہ غذا کاربوہائیڈریٹس کی وافر مقدار فراہم کرتی ہے، جو توانائی کی سطح (انرجی لیول) کو بڑھانے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

دال
توانائی بڑھانے والی سحری کی غذائیں
دالوں کو ڈائٹری فائبر اور پروٹین فراہم کرنے والی غذاؤں میں خاص اہمیت حاصل ہے۔

کھانے پینے کے آداب

ہمارا وہم ہے یا پھر واقعی ہماری زندگی تیز رفتار ہوگئی ہے، جو بھی ہے لیکن اس تیز رفتار دور میں ہمارا طرز زندگی بری طرح متاثر ہو رہا ہے۔ ہمارے سونے، جاگنے، کھانے پینے اور ملنے جلنے کے معمولات کافی حد تک بدل چکے ہیں، جس کے اثرات ہماری صحت، معاشرت اور رویّوں پر بھی رونما ہو رہے ہیں۔ اس تمام تر صورتحال کے ہم ذمہ دار ہیں یا پھر بے خیالی اور زمانے کی روش میں ہم نے اپنی ذات کو بالائے طاق رکھ کر ان تمام عادات و معمولات کو یکسر بھلا دیا ہے، جن کو اپنائے رکھنے سے نہ صرف ہم ایک صحت مند، بھرپور اور آئیڈیل زندگی گزار رہے تھے بلکہ زندہ رہنے کی خوشی ہمارے چہروں سے جھلکتی تھی۔ دیگر عوامل اور محرکات کو چھوڑ کر اگر ہم صرف کھانے پینے کے معمولات پر ہی ایک نظر ڈالیں تو ہمیں اندازہ لگانے میں قطعی کوئی مشکل نہیں ہوگی کہ ہم زندگی کا یہ اہم معمول اپنی بے جا یا نام نہاد مصروفیت کے ہاتھوں خراب کر چکے ہیں۔ اس کی مثال یوں سمجھیں کہ انسانی روزگار کا سب سے بڑا محرک پیٹ کی آگ بجھانا ہے، لیکن آپ اتفاق کریں گے کہ کام کی زیادتی کی وجہ سے یا تو آپ وقت پر کھانا نہیں کھا پاتے یا پھر کھانا ہی چھوڑ دیتے ہیں۔ ہمارا مذہب اسلام ہمیں ایک مکمل نظام حیات دے چکا ہے، لیکن بدقسمتی سے ہم اس پر عمل کرنے کے بجائے کسی اور ڈگر پر چل رہے ہیں۔ اگر ہم اسلام کے بتائے کھانا کھانے کے آداب پر عمل کریں تو نہ صرف ہم بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہیں گے بلکہ ایک اچھے خاندانی نظام کو پروان چڑھانے کے ساتھ ساتھ ایک مطمئن و مسرور زندگی بھی گزار سکیں گے۔ مانچسٹر میں کی گئی ایک تحقیق کے مطابق چبا کر کھانا کھانے سے انسان بیماریوں سے بچتا ہے کیونکہ چبا کر کھانے سے ایسے خلیے پیدا ہوتے ہیں جو خطرناک امراض پیدا کرنے والے جراثیم سے لڑتے ہیں۔ یہ ٹی ہیلپر خلیے یا ٹی ایچ 17 سیلز جسم کے قدرتی مدافعتی نظام کا حصہ ہوتے ہیں اور امراض پیدا کرنے والے جراثیم کے خلاف مزاحمت کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ فائدہ مند بیکٹیریا کو بھی پروان چڑھاتے ہیں۔ اسی طرح قیلولہ کرنے کے سائنسی فوائد بھی سامنے آچکے ہیں۔ ماہرین کے مطابق قیلولہ اگلے کئی گھنٹے تک جسمانی او ذہنی طور پر آپ کو چاق چوبند رکھتا ہے اور ڈیمنشیا سے دور رہنے میں مدد دیتا ہے۔ ماہرین کے مطابق کم سے کم 30 منٹ کا قیلولہ بھی کافی ہے، تاہم اگر اس کا دورانیہ زیادہ ہو تو اور بھی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ قیلولہ سنت نبویؐ ہے اور اس کے جو فوائد سائنس بتاتی ہے وہ احادیث میں پہلے ہی سے بیان کر دیے گئے ہیں۔ اسی طرح کھانے سے پہلے ہاتھ دھونے سے آپ کے ہاتھ پر لگے جراثیم کھانے کے ساتھ آپ کے پیٹ میں نہیں جاتے،

انگوروں اور مونگ پھلی کا جادوئی شفائی مرکب: ریزویریٹرول

لندن: طبی ماہرین کی برادری نے کئی شواہد کے بعد ریزویریٹرول نامی مرکب کو حیرت اور رشک سے دیکھنا شروع کردیا ہے۔ مونگ پھلی، سبز و سرخ انگوروں اور بلیو بیری میں پایا جانے والا یہ مرکب دل کو توانا، بلڈ پریشر کو قابو اور کینسر کو دور رکھتا ہے۔ ایک تحقیق میں چوہوں پر اس کے مثبت اثرات دیکھے گئے ہیں جس میں ریزویریٹرول کو بلڈ پریشر کے مرض میں مفید پایا گیا ہے جبکہ ریزویریٹرول کا استعمال دماغی اعصاب (نیورون) کو عمر رسیدگی سے بچاتا ہے۔ یہ کیمیکل فالج اور دل کے دیگر امراض کو بھی روکتا ہے۔ لیکن اس کی ٹھوس وجہ سامنے نہیں آسکی ہے تاہم بعض ماہرین اس کے اینٹی آکسیڈنٹس خواص کو اس کی وجہ بتاتے ہیں۔

کنگز کالج لندن کے ماہرین نے پہلے چوہوں کو بلڈ پریشر کا مریض بنایا اور ریزویریٹرول سے ان کا علاج کیا۔ 15 روز تک چوہوں کو بلڈ پریشر کی حالت میں ریزویریٹرول دی گئی تو بلڈ پریشر میں 20 ملی میٹر کمی واقع ہوئی۔ ماہرین نے نوٹ کیا کہ اس مرکب نے چوہوں کی خون کی رگوں پر بھی بہت اچھے اثرات مرتب کئے اور اس میں پی کی جی ون اے نامی پروٹین کی آکسیڈائزیشن کا عمل ہوا۔ اچھی بات یہ ہے کہ جب ماہرین نے تجربہ گاہ میں اسے انسانی خون کی نالیوں کے خلیات پر آزمایا تو عین یہی اثرات مرتب ہوئے۔ لیکن ریزویریٹرول کی مطلوبہ حاصل کرنا بہت مشکل ہوتا ہے کیونکہ انگوروں اور دیگر پودوں میں اس کی خفیف مقدار پائی جاتی ہے۔

اگر آپ کا بچہ ایسے بیٹھتا ہے تو اسے سختی سے منع کیجیے!

نیو یارک: اگر آپ کے گھر میں بالخصوص دو سال سے زائد کے بچے ہیں اور وہ ٹانگوں کو کچھ اسطرح سکیڑ کر بیٹھتے ہیں کہ انگریزی حرف ڈبلیو بن جائے تو انہیں پیار سے سمجھائیں کہ وہ ایسا نہ کریں۔ ڈبلیو کی صورت میں ٹانگوں کو سکیڑ کر بیٹھنے سے تمام ماہرین منع کرتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ بچے دو سال تک مختلف انداز سے بیٹھنا سیکھ جاتے ہیں اور یوں وہ دو سال بعد بیٹھنے کے کئی تجربات کرتے رہتے ہیں۔ اس لئے ان پر نظر رکھنا ضروری ہوتا ہے۔ امریکی میں پیڈیاٹرک تھراپی سینٹر کے ماہرین نے اس کی وجہ بیان کرتے ہوئے کہا ہے کہ اس سے ٹانگوں کی قوت کم ہوتی ہے، وہ توازن پیدا نہیں کر پاتے اور ان کی جسمانی حرکات و سکنات کا 'موٹر نظام' متاثر ہوسکتا ہے۔ غالب امکان ہے کہ اگر کوئی بچہ اس طرح بیٹھنے کی عادت میں مبتلا ہوجائے تو وہ دوڑنے اور اچھل کود کی درست صلاحیت حاصل نہیں کر پاتا۔ بعض ماہرین نے یہاں تک خبردار کیا ہے کہ اس طرح کولہے کے جوڑ زبردست متاثر ہوتے ہیں اور ٹانگوں کے جوڑوں میں اینٹھن پیدا ہوسکتی ہے۔ یہاں تک کہ بچوں میں پیروں کا انگوٹھا موڑ کر چلنے کی عادت پیدا ہوجاتی ہے جو مزید تباہ کن ہے۔ اسی لیے ماہرین مشورہ دیتے ہیں کہ اگر ایک دو مرتبہ بچے کو اسطرح بیٹھے دیکھا ہے تو اس کی نگرانی کو یقینی بنائیں اور اس طرح بیٹھنے کی عادت سے جلد از جلد چھٹکارا دلائیں۔

آم.....طبی خصوصیات سے مالا مال پھل

ماہرین کے مطابق آم میں کیلوریز کی تعداد کم اور فائبر کی مقدار زیادہ پائی جاتی ہے۔ دوسری جانب آم کو وٹامن اے اور سی کا بہترین ذریعہ بھی کہا جاتا ہے۔ آم کا گودا فولیٹ، B6، آئرن، کم مقدار میں کیلشیم، زنک اور وٹامن ای پر مشتمل ہوتا ہے۔ آم اینٹی آکسیڈنٹ خصوصیات سے بھرپور پھل ہے، جن میں مخصوص فیوٹو کیمیکل مثلاً گیلوٹینس اور میگفرین شامل ہیں۔ یہ تمام خصوصیات طبی طور پر آم کے فائدہ مند ہونے کی توثیق کرتی ہیں۔

165 گرام آم کی غذائیت
ایک آم (165 گرام) کی قاشیں جو غذائی اجزا فراہم کرتی ہیں ان میں 99 کیلوریز، 1.4 گرام پروٹین، 24.7 گرام کاربز، 0.6 گرام فیٹ، 2.6 گرام ڈائٹری فائبر، روزانہ کا وٹامن سی کا 67 فیصد، کاپر 20 فیصد، فولیٹ روزانہ کا 18 فیصد، 11.6 فیصد وٹامن بی 10، 6 فیصد وٹامن اے، 9.7 فیصد وٹامن ای، 7 فیصد نیاسن، 6.5 فیصد وٹامن 6، B5 فیصد وٹامن کے، 6 فیصد پوٹاشیم، 4.5 فیصد میگنیز، 4 فیصد تھیامائن اور 4 فیصد میگنیشیم ہے۔

صحت مند مدافعتی نظام
مدافعتی نظام کی خرابی بہت سی بیماریوں کی جڑ بنتی ہے، یہی وجہ ہے کہ ماہرین ایک صحت مند انسان کے لیے صحت مند مدافعتی نظام ضروری قرار دیتے ہیں۔ آم چونکہ وٹامن اے، بی، سی، کے اور فولیٹ پر مشتمل ہوتا ہے، لہٰذا اس کے ذریعے مدافعتی نظام صحت مند رہتا ہے مثلاً وٹامن اے کی موجودگی انسانی جسم کو انفیکشن سے لڑنے میں مدد دیتی ہے۔ چنانچہ روزانہ ایک کپ (165 گرام) آم روزانہ 10 فیصد وٹامن اے کی مقدار پوری کرتا ہے۔
وٹامن سی انسان کو بہت سی بیماریوں سے دور رکھنے میں مددگار رہتا ہے۔ وٹامن سی کے ذریعے خون میں سفید خلیات متاثر کن انداز میں کام کرتے ہیں، ساتھ ہی یہ جلد کے تحفظ میں بھی مددگار رہتا ہے، چنانچہ روزانہ 165 گرام آم کا استعمال ایک تہائی وٹامن سی کی مقدار پوری کرتا ہے۔

دل کی صحت کیلئے بہترین
آم میگنیشیم، پوٹاشیم اور میگفرین پر مشتمل ہوتا ہے۔ یہ تمام اجزا دل کی صحت کے لیے بہترین قرار دیے جاتے ہیں۔ مثال کے طور آم میں موجود پوٹاشیم دل کی رفتار کو معمول پر رکھنے اور خون کی شریانوں کو پرسکون بنانے کے ساتھ امراض قلب سے بچاؤ میں بھی مددگار ثابت ہوتا ہے۔ دوسری جانب یہ غذائی اجزا خون میں کولیسٹرول کی سطح بھی کم کرتے ہیں۔ آم میں پائے جانے والے اینٹی آکسیڈنٹ میگفرین سے متعلق جانوروں پر کی گئی ایک تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ یہ دل کے خلیوں کو سوزش، تکسیدی کشیدگی اور سکڑنے سے تحفظ فراہم کرتا ہے۔

نظام ہاضمہ کیلئے مفید
آم میں ایسی کئی غذائی خصوصیات پائی جاتی ہیں، جو نظام ہاضمہ کے لیے مفید ثابت ہوتی ہیں مثلاً امالائیسز یعنی جسم کے اندر موجود انزائمز کا ایک ایسا گروپ جو صرف نشاستے کو توڑ کر اسے چھوٹے اور سادہ مرکبات میں تبدیل کرتا ہے تاکہ وہ بآسانی جذب ہوتے ہوئے جسم کے استعمال میں آجائیں۔ اس کے علاوہ آم پانی کے ساتھ ڈائٹری فائبر اور ہائیڈروجن بھی فراہم کرتا ہے۔ ہائیڈروجن پانی کی کمی کو دور کرتا ہے جبکہ ڈائٹری فائبر قبض، ڈائریا اور اسہال جیسی بیماریوں کا حل تصور کیا جاتا ہے۔ آم میں وٹامن اے کے علاوہ دو خاص اینٹی آکسیڈنٹس لیوٹین اور زیازینتھن پائے جاتے ہیں۔

وطن سرینگر

سرینگر میں ناجائز تجاوزات

ہر ایک شہر بلکہ دُنیا کے ہر ایک ملک میں مختلف محکمات ہوئے ہیں جن کو سرکاری سطح پر سرکار اور ملک چلانے کیلئے مختلف کام کرنے کو دئے جاتے ہیں تا کہ لوگوں میں بیداری پیدا ہو اور ساتھ ہی اُن کے مسائل حل ہو سکے۔ سرکار ہر مہینے کروڑوں روپیہ ایسے ملازمین کے حق میں وگذار کرتی ہے جنکو لوگوں کی فلاح و بہبود کے کام تفویز کئے جاتے ہیں۔ اُن محکمہ جات میں سے ایک محکمہ میونسپلٹی کا محکمہ ہے جس کے ذمہ ہر شہر کی صاف صفائی اور بچوں کی پیدائش اور لوگوں کے اموات کے بارے میں سرٹیفکیٹ اجراء کرنے کے ساتھ ساتھ شہر میں تعمیراتی ڈھانچہ کی مکمل تفصیلات کے بارے میں سرکار تک صحیح جانکاری پہنچانا ہوتا ہے۔ چونکہ یہ محکمہ اِس بات کیلئے ذمہ دار ہوتا ہے آیا کہ شہر میں کسی طرح سے سرکاری و غیر سرکاری زمین پر غیر قانونی طریقہ سے تجاوزات تو کھڑی نہیں ہو رہی ہے تو اُن کو منہدم کرنا اس محکمہ کی اولین کاموں میں شمار کیا جاتا ہے۔ آجکل ہم دیکھتے ہے کہ شہر سرینگر میں رہائشی کالونیوں کا جال بچھایا گیا جس سے شہر کا حلیہ بگاڈ دیا گیا یہاں تک کہ سڑکوں کے ساتھ ساتھ سرکاری زمین سے لیکر ڈل جھیل، نگین جھیل، آنچار جھیل وغیرہ کا نام ہی پڑھنے کو ملتا ہے اور حقیقت میں یہ جھیل اب کالونیوں میں تبدیل ہو چکے ہیں۔

سرکار کو اِن ناجائز تعمیرات و تجاوزات کو تعمیر ہونے پر فکر مند ہونے کی ضرورت ہے اور اِس سلسلہ کو جتنی جلدی ہو سکے بند کرنا ہوگا تا کہ شہر سرینگر کو ماڈل ماڈل شہر کے طور پیش کیا جائے ورنہ وہ وقت دور نہیں جب سرینگر کی ہر ایک سڑک پر بھی لوگ تجاوزات کھڑا کرنے سے دریگ نہیں کرینگے اور اُس وقت سرکار کیلئے سوچنے کا کوئی موقعہ نہیں ہوگا اور ساتھ ہی یہاں رہنے والے لوگوں کی زندگی بھی بد سے بدتر ہو جائیگی۔

اسرارِ معرفت اور غلویت

-------نظام الحسینی

علمِ لدنّی اللہ پاک کی جانب سے اپنے صالحین بندوں کو براہ راست خصوصی انعام و اکرام و بیش بہا تحفہ ہے۔ اللہ پاک نے انبیاء، مرسلین، مصلحین، صالحین، مخلصین، محسنین، معارفین، عارفین، مشاہدین، صدیقین، شاہدین وغیرہ کو جزوی اور حضرات محمد ص و آل محمد ع کو کلّی علمِ لدنّی عطا کیا ہے۔ روحانیت و معرفت و تصوف کا مغز و روح و اصل علم لدنّی ہے جو اللہ پاک سے منصوص و مخصوص ہے جبکہ روحانیت، طریقت، حقیقت، معرفت اور تصوف سینہ بہ سینہ علوم ہیں اور عشق الٰہی میں سرشار و مخمور و مسحور ہو کر طالب حق "جستجوئے صنم، یادِ صنم، دیدِ صنم، صوت صنم، صبغتِ صنم، قربِ صنم اور رضائے صنم" میں ساری زندگی مختلف روحانی، باطنی، عرفانی مقامات، درجات، برکات، تبرکات، توفیقات اور عنایات سے دوچار ہوتا ہے۔ اسی لئے انکے افعال، اعمال، احوال و مشاہدات کا عرفان نہ رکھ کر اہل شریعت اور اہل ظاہر انہیں بیدین، گمراہ، زندیق اور غالی وغیرہ خطابات سے نہ صرف نوازتے ہیں بلکہ فتوے صادر کر کے سولی پہ چڑھوا دیتے ہیں، کھال کھنچوا دیتے ہیں، گردن تن سے جدا کروا دیتے ہیں، قید کروا دیتے ہیں، زبان کٹوا دیتے ہیں اور جور و ستم کا نشانہ بنواتے ہیں۔

اہل شریعت اور علماء حضرت خواجہ معین الدین چشتی کی شہرہ آفاق رباعی "شاہ است حسین ع" سے صدیوں سے واقف اور متعارف ہیں۔ رباعی میں چار مصرعے ہوتے ہیں۔ اس رباعی کی خصوصیت یہ ہے کہ جن مصرعوں میں خواجہ نے حسین لکھا اس میں یزید نہیں لکھا۔ اس ویڈیو میں شاعر نے دو مصرعوں کے چھپانے کا دعویٰ کیا ہے جو امیر المومنین لائبریری سے دونوں مصرعے حاصل کئے گئے ہیں جنکا تعلق مذکورہ رباعی سے نہیں بلکہ خواجہ کی کسی غزل کا شعر ہے اور یہ رباعی اور غزل کا شعر خواجہ نے راہِ سلوک کے اس مقام پر بحرِ عشقِ حسین ع میں ڈوب کر اپنی ذات کو ذاتِ حسین ع میں جذب و فنا کر کے "فنا فی الحسین ع" کے مرتبے پر بحکم الٰہی بیاختیار کہے تھے یعنی خواجہ نے فنا فی الحسین ع کی کیفیت کی مدت کے دوران حسین ع کو اللہ تصور کیا اور جب خواجہ کو "فنا فی اللہ" یعنی مقامِ منصور حاصل ہوا تو انہوں نے اپنی ایک غزل کے ایک مصرعے میں فرمایا "من نمی گویم انا الحق یار می گوید بگو" خواجہ نے جزوی راز فاش کیا اس لئے اہل شریعت کے معتوب ہوئے اور منصور کو پاداش میں دار پر چڑھا دیا گیا۔ اہل معرفت کے راہِ سلوک میں ان منازل، مراتب، درجات اور منصبات کو طے کرنا پڑتا ہے۔ لہٰذا اس ویڈیو کے دو مصرعوں میں خواجہ نے کھل کر حسین ع کو اللہ قرار دیا ہے۔ جو لوگ معرفت کے اسرار و رموز و نکات سے انجان ہیں وہ ایسے اولیاء، عرفاء، صوفیاء و صالحین کو کافر، مشرک، غالی، گمراہ و بے دین قرار دیکر اہل حق کو جہنم کا پروانہ دے دیتے ہیں جبکہ علمِ لدنّی منجانب اللہ عارفین کو انمول تحفہ ہے۔

خواجہ صاحب نے ایک مصرعے میں تشبیہ دی ہے کہ جو روح بکر اللہ آدم ع کے خاکی وجود میں داخل ہوا تھا۔ وہ روح حسین ع کی تھی جبکہ دوسرے مصرعے میں انکشاف کیا کہ اسم اللہ ذاتِ حسین ع ہے۔ معارفین، عارفین، مشاہدین اور سالکین کیلئے خواجہ کے چھ مصرعے "فنا فی الحسین ع" سے مربوط مقامِ تعجب و تحیر و حیرت نہیں اور نہ ہی شرک، کفر و گلو ہیں۔

'چار دروازوں والے شہر' کے نیچے اسلامی تہذیب سے کئی صدیوں قبل کے آثار برآمد

ریاض سہیل

سندھ کے وسط میں موجود برہمن آباد کے کھنڈرات سے عرب سپہ سالار محمد بن قاسم کی آمد سے قبل کے آثار برآمد ہوئے ہیں۔ تاریخی حوالوں میں تو اس کا ذکر ملتا تھا لیکن شاہ عبداللطیف یونیورسٹی کے شعبہ آرکیالوجی نے حالیہ سائنسی تحقیق سے ثابت کیا ہے کہ یہاں تیسری صدی عیسوی کی آبادی کے آثار موجود ہیں۔

برہمن آباد کہاں ہے؟

اگر آپ بذریعہ ٹرین کراچی سے لاہور کی طرف جا رہے ہیں تو ٹنڈو آدم ریلوے سٹیشن کے بعد شہداد پور سٹیشن آتا ہے، اس سے کوئی **18** کلومیٹر دور برہمن آباد یا منصورہ کے قدیم شہر کے آثار موجود ہیں۔ یہاں ایک سٹوپا بھی موجود ہے جس کو بعض مؤرخ بدھ سٹوپا یا عبادت گاہ قرار دیتے ہیں جبکہ آس پاس سرخ اینٹوں کی ڈھیریاں لگی ہوئی ہیں اور یہ چار کلومیٹر سے زائد رقبے پر پھیلا ہوا ہے۔ محکمہ آثار قدیمہ اور نوادرات کا کہنا ہے کہ برصغیر میں یہ مسلمانوں کا پہلا مضبوط مرکز تھا، جو دریا میں جزیرہ نما شہر تھا۔

برہمن آباد کی کھدائی کب ہوئی؟

بیلاسس اور رچرڈسن نے سنہ **1854** میں پہلی بار ان آثار قدیمہ کی کھدائی کی اس کے بعد ہینری کیزنز نے اس کو آگے بڑھایا۔ قیام پاکستان کے بعد قومی وزارت آثار قدیمہ کی جانب سے سنہ **1962** میں کھدائی کی گئی جس کی ابتدائی رپورٹ تو شائع ہوئی لیکن جامع رپورٹ آج تک شائع نہیں کی گئی۔ اس رپورٹ میں ڈاکٹر ایف اے خان نے قرار دیا کہ یہ منصورہ شہر کے آثار ہیں اور یہاں سے مسجد کے آثار ملے ہیں جبکہ اسلام سے قبل کے آثار نہیں دستیاب۔ شاہ عبداللطیف یونیورسٹی کے شعبہ آرکیالوجی سے منسلک ڈاکٹر غلام محی الدین ویسر کا کہنا ہے کہ اس رپورٹ میں عمارتوں کی سطح، یا ادوار پر کوئی بات نہیں کی گئی۔ شاہ عبداللطیف یونیورسٹی کے شعبے آرکیالوجی کے سربراہ ڈاکٹر غلام محی الدین ویسر کی سربراہی میں اساتذہ اور طالب علموں پر مشتمل **20** افراد کا گروپ حالیہ دنوں برہمن آباد کے آثار کی تحقیق کر رہا ہے، ابتدائی طور پر چھ مقامات پر یہ تحقیق جاری ہے جسے اگلے مرحلے میں وسیع کیا جائے گا۔ ڈاکٹر غلام محی الدین ویسر کا کہنا ہے کہ 'ہم یہ دیکھنا چاہتے ہیں کہ یہ جو مفروضہ ہے کہ جب محمد بن قاسم آیا تھا اس وقت یہ آبادی بنی تھی یہ درست ہے کہ نہیں، یہاں عمارتوں کی سطح کیا ہے، کس قسم کے مٹی کے برتن مل رہے ہیں اور وہ کس صدی اور ادوار کی عکاسی کرتے ہیں۔' یاد رہے کہ محمد بن قاسم نے بغداد کے حکمران حجاج بن یوسف کے حکم پر **712** ہجری میں سندھ پر حملہ کیا تھا، اس وقت یہاں یہاں راجہ داہر کی حکومت تھی۔

ڈاکٹر غلام محی الدین ویسر کا کہنا ہے کہ پہلے کی تحقیق میں ایک جامع مسجد کا ذکر ملتا ہے اس لیے انھوں نے چار گڑھے، مسجد ایریا میں لگائے ہیں جو **15** فٹ نیچے تک گئے ہیں جس سے یہ معلوم ہوا ہے کہ جو موجودہ شہر ہے اس سے پہلے بھی ایک آبادی تھی۔ ان کے مطابق یہاں جو عمارتوں کی سطح مل رہی ہے یا مٹی کے برتن مل رہے ہیں اس میں بھی فرق نظر آ رہا ہے اور اس میں اسلامی دور کی نشانیاں بھی ہیں اور قبل از اسلامی ادوار بھی شامل ہیں۔ انھوں نے بتایا کہ 'یہاں سے ملنے والے مٹی کے برتن تیسری صدی عیسوی سے مشابہت رکھتے ہیں جو ساسانی دور (اسلام سے قبل ایران کا آخری بادشاہی دور) سے تعلق رکھتے ہیں اسی نوعیت کے برتن بھنبور کے آثار قدیمہ سے بھی مل چکے ہیں۔' اس بنیاد پر یہ کہا جا سکتا ہے یہ شہر تیسری صدی سے آباد تھا، اس کا پھیلاؤ دیکھتے ہیں تو ہم کہتے ہیں کہ محمد بن قاسم جب یہاں آئے تو انھوں نے اس کو فتح کیا لیکن لوگ یہاں پہلے سے آباد تھے۔'

برہمن آباد پر کی گئی تحقیق سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ یہ شہر معاشی سرگرمیوں کا مرکز رہا ہوگا۔ اس سے پہلے کی گئی تحقیق میں یہاں سے سکے اور دیگر نوادرات ملے تھے جو قیام پاکستان سے قبل برٹش میوزیم اور بمبئی منتقل کر دیے گئے تھے۔ ڈاکٹر ویسر کا کہنا ہے کہ حالیہ تحقیق میں مٹی کے برتنوں کے علاوہ قیمتی پتھر، نیلم، روبی، زمرد بھی پائے گئے ہیں اس کے علاوہ ان کی پالش کرنے کے آلات اور سانچے بھی برآمد ہوئے ہیں۔' جس سے اندازہ ہوتا ہے کہ ان کی یہاں صنعت موجود تھی۔ اس کے علاوہ ہاتھی دانت کے زیورات، شیل اور سکے بھی ملے ہیں اور سکوں کی صفائی کے بعد یہ معلوم ہوگا کہ یہ کس دور کے ہیں۔'

موئن جو دڑو اور بھنبھور کی طرح برہمن آباد سے بھی پینے کے پانی کے کنویں ملے ہیں لیکن یہ اُن سے منفرد ہیں۔ ڈاکٹر غلام محی الدین بتاتے ہیں کہ مٹی کے برتنوں کی طرح بھٹی میں بنی ہوئے پائپ کے رنگ کی ایک لائن پندرہ فٹ سے بھی نیچے جا رہی ہے ان رنگوں کو آپس میں ملا کر یہ لائن بنائی گئی۔ زیر زمین پانی کے حصول کے لیے یہ لائن عمودی چل رہی ہے، یہ اپنی طرز کی منفرد ٹیکنالوجی ہے، اس سے پہلے کی تحقیق میں اس لائن کو نکاسی آب کی لائن قرار دیا گیا تھا۔ برہمن آباد پر عربی، فارسی سمیت مختلف زبانوں میں تاریخی مواد شامل ہے، جن سے اس شہر کی موجودگی کا پتہ چلتا ہے۔ سندھی زبان کے تاریخ اور ڈرامہ نویس مرزا قلیچ بیگ 'قدیم سندھ' میں لکھتے ہیں کہ ہندو راجاؤں کے زمانے میں برہمن آباد سات بڑے قلعوں والے شہروں میں شامل تھا۔ برہمن راجہ چچ کی حکومت میں اگھم لوہانہ یہاں کا حاکم تھا، لاکھا، سما اور سمتا برداری اس کے زیر اثر تھیں۔ اس کا حکم سمندر تک یعنی دیبل بندرگاہ تک چلتا تھا۔ چچ نے اگھم سے لڑائی کر کے اس کو شکست دی اور شہر پر کنٹرول کر کے اگھم کی بیوہ سے شادی کر لی۔ وہ مزید لکھتے ہیں کہ چچ کا بیٹا راجہ داہر جب حکمران ہوا تو اس نے اپنے بھائی داہر سین کو یہاں کا حاکم مقرر کیا اور اس کی وفات کے بعد اس کے بیٹے کو حکمرانی دی گئی۔

آثار قدیمہ

مولائی شیدائی 'جنت السندھ' میں لکھتے ہیں کہ یہاں بدھ مت کا ایک بڑا عبادت خانہ تھا اور علم جوتش کے ماہر یہاں موجود تھے۔ چچ نے سخت گیر برہمن ہونے کے باوجود بدھوں کی عبادت گاہ برقرار رکھی تھی۔ ڈاکٹر ویسر کہتے ہیں کہ پہلے تحقیق میں یہ کہا گیا کہ یہاں بدھمت کا سٹوپا بھی ہے لیکن اس کی خصوصیات یا علامات کا متعلقہ مواد دستیاب نہیں کیونکہ بدھ سٹوپا کی الگ خصوصیات ہوتی ہیں، اس قدر کے بدھا کا کوئی مجسمہ یا مورت بھی نہیں ملتی۔ 'جنت السندھ' میں مولائی شیدائی لکھتے ہیں کہ راجہ داہر کے قتل کے بعد ان کے بیٹے جیسینن کے پاس محمد علافی (محمد علافی نے عمان میں خلیفہ کے خلاف بغاوت کی تھی اور ناکامی پر راجہ داہر نے اس کو پناہ دی تھی) سمیت **15** ہزار کا لشکر تھا۔ دونوں کو وزیر سیاسگر نے برہمن آباد کی طرف جانے کا مشورہ دیا، جہاں بے شمار خزانہ دفن تھا۔ برہمن آباد کے قلعے کے چار دروازے تھے جربیڑی (کشتی) ساہتیا، منھرو اور سالباہ۔ جن پر جیسینن نے چار سپہ سالار فوجوں سمیت مقرر کیے تھے، بقول ان کے محمد بن قاسم سے سندھیوں کی یہ آخری جنگ تھی۔ ماہ رجب میں عرب لشکر برہمن آباد کے قریب پہنچا، محمد بن قاسم کے حکم پر خندقیں کھودی گئیں، جیسینن نے گوریلا جنگ شروع کر دی اور سارے علاقے کو ویران کر دیا تاکہ اسلامی لشکر کو سامان کی رسد اور جانوروں کو گھاس نہ ملے، چھ ماہ کے گھیراؤ کے بعد شکست ہوئی اور شہریوں نے قلعے کے دروازے کھول دیے۔ محمد بن قاسم نے ان پر جزیہ مقرر کیا، یہ فتح محرم سنہ **94** ہجری میں ہوئی۔

ایرانی بادشاہ کا شہر

برہمن آباد کے بارے میں بعض محققین کا خیال ہے کہ یہ شہر ایرانی بادشاہ نے آباد کیا تھا، سندھ کے تعلیم دان اور تاریخ دان غلام علی الانا مہران میگزین میں اپنے مضمون 'منصورہ پر اسماعیلی حکومت' میں لکھتے ہیں کہ ساسانی گھرانے کے حکمران گشتسپ نے وادی سندھ کی حکومت اپنے پوتے بہمن کے حوالے کی تھی، جو ایران کی تاریخ میں 'بہمن اردشیر دراز دست' سے مشہور ہے۔ بہمن نے سندھ میں بھمنو نام سے شہر آباد کیا جو پھر 'برہم آباد' کے نام سے مشہور ہوا، عرب سیاحوں میں سے کچھ نے برہم آباد اور منصورہ کو ایک ہی شہر بیان کیا۔ وہ یاقوت لحومی، حمزہ کا حوالہ دیتے ہوئے لکھتے ہیں المنصورہ، برہمن آباد کا دوسرا نام ہے۔ عرب سیاح البیرونی کی رائے کے مطابق برہمن آباد کا نام بھمنوا ہے، مسلمانوں کی حکومت سے قبل اس شہر کو برہم آباد پکارا جاتا تھا۔ سندھ کے محقق اور تاریخ نویس ڈاکٹر نبی بخش بلوچ بھی ڈاکٹر الانا کی رائے کی تائید کرتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ برہمن آباد بہمن اردشیر کے حکم سے تعمیر ہوا اور غالبا کافی عرصے کے بعد جب سندھ میں برہموں کا اثر و رسوخ بڑھا تو بھمن آباد کے نام کو برہمن آباد پکارا جانے لگا۔ یہ تبدیلی برہموں کے تسلط یا پھر سندھی زبان کی مقامی ادائیگی کی وجہ سے وجود میں آئی۔

برہمن آباد یا منصورہ

محققین کا خیال ہے کہ عسکری اور سیاسی ضروریات کے پیش نظر سندھ میں عربوں کو اپنے شہر آباد کرنے پڑے جن میں محفوظہ، بیضا اور منصورہ مشہور ہوئے۔ ایلیٹ بلاذری کے حوالے سے لکھتا ہے کہ برھم آباد منصورہ سے دور تھا، اس کے ساتھ ان کی یہ رائے بھی ہے کہ برھم آباد کا کافی حصہ منصورہ میں شامل ہو گیا تھا اور محفوظہ اس کے برابر میں آباد کیا گیا۔ سندھ کے تاریخ نویس ایم ایچ پنہور لکھتے ہیں کہ تاریخی شواہد سے معلوم ہوتا ہے برہمن آباد اور منصورہ ایک ہی شہر کے دو نام ہیں، یزید ال قلبی کے زمانے میں سندھ کا دارالحکومت الور سے منصورہ منتقل کیا گیا۔ بشاری المقدسی جس نے **961** عیسوی میں سندھ کا دورہ کیا نے اپنی کتاب 'احسان التقسیم معارف الکلیم' میں لکھا کہ منصورہ ایک کلومیٹر طویل اور دو کلومیٹر چوڑا شہر ہے جس کے چاروں اطراف میں دریا ہے اور چار دروازے ہیں۔ بقول اس کے منصورہ اپنی اراضی میں دمشق کے برابر ہے۔ مکانات مٹی اور لکڑی کے ہیں لیکن جامع مسجد پتھروں اور اینٹوں سے بنی ہوئی ہے اور اچھی خاصی بڑی عمارت ہے جو وسط شہر میں ہے۔

محمود غزنوی کا حملہ؟

برہمن آباد پر محمود غزنوی نے بھی حملہ کیا تھا۔ ایم ایچ پنہور لکھتے ہیں کہ سومنات مندر پر حملے کے بعد محمود غزنوی نے منصورہ پر حملہ کیا، یہاں خفیف سومرو کی حکومت تھی جو حملے سے پہلے فرار ہو گیا، یہاں بڑے پیمانے پر قتل و غارت ہوئی اور شہر کے کچھ حصے کو نذر آتش کیا گیا۔ پنہور لکھتے ہیں محمود غزنوی کے درباری شاعر فرخی نے اپنے دس سطروں کے قصیدے میں خفیف کے کھجور کے باغوں میں فرار ہونے، زندگی بچانے کے لیے دریا میں کود کر جانیں گنوانے والے لوگوں اور قتل عام کا ذکر کیا ہے۔ ہینری کینز کا حوالہ دیتے ہوئے پنہور لکھتے ہیں کہ جس طرح گلیوں میں سے سکے پڑے ملے ہیں اس سے یہ اندازہ ہوتا ہے کہ یہاں سے لوٹ مار کی گئی ہے۔ بعض مؤرخین کا خیال ہے کہ محمود غزنوی موجودہ انڈین گجرات میں سومنات پر حملے کے بعد واپسی پر منصورہ آیا اور یہاں حملے کے بعد ملتان پر حملہ آور ہوا۔ تاہم ایم ایچ پنہور اس سے اتفاق نہیں کرتے ہیں۔ ڈاکٹر غلام علی الانا لکھتے ہیں کہ شیعہ تحریک کے علمبردار مبلغ الاشتر سب سے پہلے منصورہ میں وارد ہوئے اور اس وقت ابو جعفر منصور عباسی کی خلافت کا زمانہ اور عمر بن حفص والی منصورہ تھے۔ وہ سادات کے طرفدار تھا اور انھوں نے اس کو دعوت دی، جس نے شہر کے بااثر افراد کو طلب کیا اور کسی جمعرات کو بیعت لینے کا فیصلہ کیا لیکن یہ خبر بغداد تک پہنچ گئی اور الاشتر کو فرار ہونا پڑا۔

برہمن آباد یا منصورہ کا زوال کیسے آیا؟

بیلاسس اور رچرڈسن جنھوں نے یہاں پہلے کھدائی کی تھی کا خیال ہے کہ زلزلے کی وجہ سے شہر اجڑ گیا تھا۔ شاہ عبداللطیف یونیورسٹی کے شعبے آرکیالوجی کے سربراہ غلام محی الدین زلزلے کی تھیوری تو مسترد کرتے ہیں کیونکہ 'دیواریں سلامت ہیں اور کہیں بھی جھکی ہوئی نہیں ہیں۔' وہ اس مؤقف سے بھی اتفاق نہیں کرتے کہ شہر پر حملہ کر کے نذر آتش کیا گیا ہو، بقول ان کے 'آگ کے نشانات یا جلی ہوئی لکڑیاں وغیرہ برآمد نہیں ہوئی ہیں۔' ایم ایچ پنہور کا خیال ہے کہ تاریخی ریکارڈ ظاہر کرتا ہے کہ ہاکڑا دریا سوکھ گیا اور دریائے سندھ نے بھی اپنا رخ تبدیل کیا، یہ تبدیلیاں اس خطے میں **10** صدی عیسوی میں آئیں۔ ڈاکٹر ویسر کا بھی خیال ہے کہ یہ ہو سکتا ہے کہ دریائے سندھ نے اپنا رخ تبدیل کیا ہو، جس کے مواصلات اور سہولیات متاثر ہوئی ہوں۔ ان کے مطابق بعد میں ملنے والا عمارتی ڈھانچہ اتنا اچھا نہیں جو اس سے پہلے والوں کا مل رہا ہے جنھوں نے بعد میں گھر بنائے ہیں ان میں اینٹوں کا دوبارہ استعمال ہوا ہے جیسے موئن جو دڑو میں کیا گیا تھا۔

باقیات

101

کیاہے ،وہ اُس احتجاج میں شرکت کریں گے ،تاہم انہوں نے زوردیکر کہا کہ یہ ایک دن کا معاملہ یا ایونٹ نہیں ہونا چاہئے کہ لوگوں کو خاموش کیا جائے بلکہ یہ ایک مسلسل اور منظم جدوجہد ہونی چاہئے ۔انہوں نے کہا کہ وہ دہلی احتجاج کے دوران اُن آئینی حقوق وتحفظات کی بات کریں گے ،جوہم سے 2019 میں چھینے گئے ہیں ۔ آغا سیدروح اللہ مہدی نے اپنے موقف کااعادہ کرتے ہوئے کہاکہ ہماری جدوجہد صرف ریاستی درجے کی بحالی کیلئے نہیں ہونی چاہئے بلکہ آئینی حقوق وتحفظات کی بحالی کیلئے مسلسل جدوجہد ہونی چاہئے ۔انہوں نے مزید کہاکہ 2019 کے بعد ہماری زمینوں کو کوئی تحفظ حاصل نہیں ہے ،ہمارے نوجوانوں کیلئے مخصوص روزگار بھی اب محفوظ نہیں ہے ،اور ہمیں زمین وملازمتوں کے تحفظ کیلئے بھی لڑنا پڑے گا۔ رکن پارلیمان سری نگر آغا سیدروح اللہ نے کہاکہ ریزرویشن پالیسی میں موجودناانصافی کودور کرناہوگا۔

102

ٹیوب دوطرفہ بائی پاس،تکمیل کے قریب ہے۔حکام نے بتایاکہ سرنگ میں باقی رہ جانے والا 2.5 میٹر کا فاصلہ کامیابی سے ختم کر کے بریک تھروحاصل کرلیاگیا ہے۔اس پیش رفت نے وادی کشمیر اور لداخ کے درمیان ہمہ موسمی رابطے کے دہائیوں پرانے خواب کو حقیقت کے قریب لایاہے۔مرکزی وزیر برائے روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز نتن گڈکری نے ریموٹ کے بٹن کو دباتے ہوئے لداخ یونین ٹیریٹری میں منی مرگ میں سرنگ کے مشرقی پورٹل کے قریب پیش رفت کی جگہ کو دھماکے سے اڑا دیا۔جموں وکشمیر کے لیفٹیننٹ گورنر منوج سنہااور وزیراعلیٰ عمرعبداللہ بھی موجود تھے۔نیشنل ہائی ویز اینڈ انفراسٹرکچر ڈیولپمنٹ کارپوریشن لمیٹڈ (این ایچ آئی ڈی سی ایل) کے عہدیداروں نے کہا کہ یہ پیش رفت مقررہ وقت سے 6 ماہ پہلے ہے۔حکام نے کہاکہ ممکنہ طور پراس سرنگ کوفروری 2028 میں عوام کے لیے کھول دیاجائے گا۔انہوں نے کہا کہ بریک تھرو کے بعد،سول ورکس میں مزید 7 سے 8 ماہ لگیں گے اور پھر بجلی کا کام شروع ہو جائے گا۔وجیکٹ کے انچارج انجینئر، یوسف اشگ پور رحیم آبادی نے پی ٹی آئی کو بتایاکہ ابھی تک،کل کام کا تقریباً 85 فیصد مکمل ہو چکا ہے۔سرنگ 9.5 میٹر چوڑی، 7.57 میٹر اونچی 13.153 کلومیٹر لمبی-ایک گھوڑے کی نال کی شکل والی سنگل ٹیوب ہے،ایک دو لین والی سڑک کی سرنگ سطح سمندر سے تقریباً 11,578 فٹ کی بلندی پر بنائی گئی ہے۔حکام نے بتایا کہ سری نگر-لیہ قومی شاہراہ پر جغرافیائی لحاظ سے اہم سرنگ لداخ کو سال بھر،موسم سے متعلق رابطہ فراہم کرے گی،اور پہلے کے ایک سے ڈیڑھ گھنٹے کے سفر کے وقت کوصرف 15 منٹ کی ڈرائیو تک کم کر دے گی۔وسطی کشمیر کے گاندربل ضلع میں بالتال سے مرکزی علاقہ لداخ کے دراس ضلع کے منی مرگ تک سرنگ میں ۸۱ کلومیٹرطویل اپروچ روڈ ہے۔میگھا انجینئرنگ اینڈ انفراسٹرکچر لمیٹڈ (MEIL)، جوایجنسی اس پروجیکٹ کو انجام دے رہی ہے، نے نیوآسٹرین ٹنلنگ میتھڈ (NATM) کو ہمالیہ میں چھیدنے اور نازک ارضیات کو نیویگیٹ کرنے کے لیے استعمال کیا۔ پورا پروجیکٹ 31 کلومیٹر لمبا ہے،جس میں اپروچ روڈ اور پل شامل ہیں،جوسونہ مرگ سے منی مرگ تک پھیلے ہوئے ہیں۔سرینگر لیہ قومی شاہراہ پر واقع یہ جغرافیائی اور تزویراتی لحاظ سے انتہائی اہم سرنگ یوٹی لداخ کو سال بھر موسمی رکاوٹوں سے آزاد زمینی رابطہ فراہم کرے گی۔ اس کے ذریعے پہلےایک سےڈیڑھ گھنٹے کاسفرصرف 15 منٹ میں طے کیا جا سکے گا۔منصوبہ مکمل ہونے کے بعد زوجیلا درے کے ذریعے شہری اورفوجی نقل وحرکت میں نمایاں بہتری آئے گی۔ بھاری برف باری کے باعث یہ درہ ہرسال تقریباًتین ماہ تک ٹریفک کے لیے بند رہتا ہے۔

103

انہوں نے مزید مشاہدہ کیا کہ ایک بار جب کوئی شکار سامنے آتا ہے،توپولیس اساتذہ، بزرگوں اور دیگر اسٹیک ہولڈرز کے ساتھ مل کر اس مسئلے کوحل کرنے میں مدد کر سکتی ہے۔منشیات سے پاک ہندوستان مہم کا حوالہ دیتے ہوئے، آئی جی پی نے کہا کہ یہ صرف ایک سرکاری پہل نہیں ہے بلکہ رضا کارانہ شرکت کے ساتھ عوام پرمبنی مہم ہے۔انہوں نے زور دے کر کہا کہ جہاں پولیس کا کردار ہے وہیں باقی معاشرے کوبھی مل کر یہ جنگ لڑنی ہے۔وہ کوٹھی باغ میں سینٹرل گورنمنٹ پنشنرز ویلفیئر ایسوسی ایشن کے زیراہتمام ایک پروگرام سے خطاب کر رہے تھے،جس میں انہوں نے کہا کہ بچوں اورنوجوانوں نے کامیابی سے حصہ لیا۔آنے والی شری امرناتھ یاترا پر، کے این ایس کے مطابق آئی جی پی نے کہا کہ تیاریاں ابھی جاری ہیں اورمناسب وقت پر معلومات کا تبادلہ کیا جائے گا۔ہ محرم کے حوالے سے انہوں نے کہا کہ انتظامیہ نے متعدد میٹنگز شروع کر دی ہیں اورمحلہ کمیٹیاں ضلعی سطح پربات چیت کر رہی ہیں تا کہ اس بات کویقینی بنایا جا سکے کہ کسی قسم کی مشکلات کا سامنانہ کرنا پڑے۔

104

کے لیےانتھک محنت کی۔منوج سنہانے زوجیلاٹنل کی پیش رفت کوجموں وکشمیر اور لداخ کے لیے ایک تاریخی کامیابی قرار دیتے ہوئے کہا کہ یہ میتواکانشی پروجیکٹ کنیکٹیویٹی میں انقلاب لائے گا، اقتصادی سرگرمیوں کوفروغ دے گا اور تزویراتی طور پر اہم خطے میں قومی سلامتی کو بڑھا دے گا۔منوج سنہا نے جموں وکشمیر اور لداخ کے لوگوں کو مبارکبادی اور انجینئروں، سائنسدانوں اور کارکنوں کی تعریف کی جنہوں نے مشکل موسم اور خطوں کے حالات کے باوجود اس پروجیکٹ میں اپنا حصہ ڈالا۔لیفٹیننٹ گورنر نے کہاکہ یہ واقعی جموں وکشمیراورلداخ کےلوگوں کے لیے ایک تاریخی سنگ میل ہے۔بنیادی ڈھانچے کی ترقی کی اہمیت پر روشنی ڈالتے ہوئے، منوج سنہا نے کہا کہ سڑک،ریل اور ہوائی رابطے میں اضافہ گزشتہ دہائی کے دوران سرحدی اور دور دراز علاقوں میں ترقی کے ایک بڑے محرک کے طور پر ابھرا ہے۔انہوں نے کہا کہ کئی دہائیوں تک الگ تھلگ رہنے والے علاقے اب انفراسٹرکچر کی بے مثال توسیع کا مشاہدہ کر رہے ہیں۔لیفٹیننٹ گورنر نے جموں وکشمیراور لداخ میں بنیادی ڈھانچے کے کلیدی منصوبوں کو تیز کرنے میں مرکزی وزیر نتن گڈکری کی قیادت میں سڑک ٹرانسپورٹ اور شاہراہوں کی وزارت کے کردار کوبھی تسلیم کیا۔انہوں نے کہا کہ زوجیلاٹنل کشمیراورلداخ کے درمیان سال بھررابطہ فراہم کرے گی، جو بھاری برف باری کی وجہ سے موسمی رکاوٹوں کوختم کرے گی جبکہ تجارت، سیاحت اور مقامی کاروبار کے لیے نئے مواقع پیدا کرے گی۔انہوں نے کہا کہ سال بھر ہموار رابطے کو یقینی بنانے کے علاوہ، یہ سرنگ مقامی کمیونٹیز کے لیے سیاحت اور اقتصادی امکانات کو نمایاں طور پر بڑھا دے گی۔منصوبے کی تزویراتی اہمیت پر زور دیتے ہوئے،منوج سنہانے کہا کہ یہ سرنگ تمام موسموں میں حساس سرحدی علاقے تک بلاتعطل رسائی کو یقینی بنا کر قومی سلامتی کو مضبوط کرے گی۔

105

کی طرف سے 7 جون کو ایف سی آئی گودام کے قریب چندسوما کانپورہ میں قائم ایک موبائل وہیکل چیکنگ پوائنٹ پرایک مشترکہ آپریشن کے دوران ایک ترکی ساختہ پستول برآمد کیا گیا تھا۔پولیس نے مطابق چیکنگ آپریشن کے دوران،ایک سفید ماروتی بریزا زیر نمبر JK02DN-6527،جوسری نگر سے بارہمولہ کی طرف سفر کر رہی تھی۔گاڑی کی تلاشی لینے پر،سیکورٹی اہلکاروں نے ایک مسافر کے بیگ سے ترکی میں تیار کر 9x19 CANIK-TP9SF-METE ایم ایم)پستول برآمد کیا۔ملزم کی شناخت وکیل احمد کھنکیری ولد نورالدین کھنکیری ساکنہ مکمل کوٹ اوڑی کے نام سے ہوئی ہے۔پولیس کا کہنا ہے کہ ملزم اسلحہ رکھنے کے لیے کوئی درست لائسنس یا اجازت نامہ پیش کرنے میں ناکام رہا۔ابتدائی تحقیقات سے معلوم ہوا کہ گاڑی کا ڈرائیور محض ملزم کولفٹ فراہم کر رہاتھااور اس نے دعویٰ کیا کہ اسے اسلحے کا کوئی علم نہیں تھا۔بازیابی کے بعد، پولیس اسٹیشن بارہمولہ نے آرمس ایکٹ کی دفعہ 7/25 کے تحت ایف آئی آر نمبر 70/2026 درج کی اورہتھیار کے ذریعہ اورارادے کے استعمال کا پتہ لگانے کے لیے تحقیقات کا آغاز کیا۔تفتیش کے دوران سامنے آنے والی سراغ پر کارروائی کرتے ہوئے،پولیس نے 8 جون کومکمل کوٹ کے کلسی ہردو میں گرفتار ملزم کی نشاندہی پر تلاشی مہم چلائی۔تلاشی ایک ایگزیکٹیو مجسٹریٹ، مقامی لمبردار اور چوکیدار کی موجودگی میں کی گئی۔آپریشن کے دوران پولیس نے چینی ساختہ ایک اور پستول، 2 میگزینز اور گولہ بارود کے 13 زندہ راؤنڈ برآمد کیے،جن میں سے تمام کوشواہد کے طور پر قبضے میں لے لیا گیا۔ پولیس نے تازہ ترین برآمدگی کو ایک اہم پیش رفت قرار دیا،جس سے علاقے میں غیر قانونی نیٹ ورک کی موجودگی کااشارہ ملتاہے۔

106

لوگوں کا ایک خواب پورا ہونے کے قریب ہے، دوسرا ،کارگل سے براہ راست اور باقاعدہ ہوائی رابطہ کا ابھی شکل اختیار کرنا باقی ہے۔ وزیراعلیٰ عمر عبداللہ نے کہا کہ ایک اور خواب کو پورا کرنے کی ضرورت ہے،یعنی کارگل کے لیے باقاعدہ اور براہ راست فضائی سروس۔انہوں نے کہا کہ میں نے کوشش کی تھی لیکن کوئی کامیابی نہیں ملی۔یہ کارگل کے لوگوں کا ایک اور دیرینہ مطالبہ ہے۔روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز کے مرکزی وزیر گڈکری سے اپیل کرتے ہوئے عمرعبداللہ نے کہا کہ آپ ایک متحرک شخص ہیں، اور عمل کرنے والے ہیں۔اس لیے میں آپ سے درخواست کرتا ہوں کہ براہ کرم اس خواہش کو پورا کرنے میں مدد کے لیے اپنا اثر ورسوخ استعمال کریں۔انہوں نے یہ بھی کہا کہ بہت سے لوگوں نے اس پراجیکٹ کا خواب دیکھا تھا لیکن اسے شرمندہ تعبیر نہیں کر سکے۔وادی کشمیر کو لداخ سے جوڑنے والی زوجیلا سرنگ نے منگل کے روز تکمیل کی طرف ایک اہم قدم اٹھایا جس میں ہمالیہ سے گزرنے والے اونچائی والے بنیادی ڈھانچے کے منصوبے کے آخری 2.5 میٹر تک دھماکے سے پھٹ گیا۔ وزیر اعلیٰ عمرعبداللہ اور جموں وکشمیر کے لیفٹیننٹ گورنرمنوج سنہا کی موجودگی میں گڈکری نے لداخ میں منی مرگ میں سرنگ کے مشرقی پورٹل کے قریب پیش رفت کی جگہ کوریموٹ کا بٹن دبایا۔

107

اظہار خیال میں مرکزی وزیرنتن گڈکری نے کہا کہ یہ منصوبہ لداخ کے لیے ایک اہم لائف لائن ثابت ہوگا اور میں لداخ اور جموں وکشمیر کے عوام کو دلی مبارکباد پیش کرتا ہوں۔ گڈکری کے مطابق جدید ترین انجینئرنگ ٹیکنالوجی سے مزین اس سرنگ میں دنیا کے بہترین حفاظتی معیار اپنائے گئے ہیں۔انہوں نے کہا کہ ماضی میں ہرموسم سرما کے دوران لداخ تقریباًچھ ماہ تک ملک کے باقی حصوں سے مکمل طورپرکٹ جاتا تھا، اسی مشکل کو ختم کرنے کی ضرورت نے اس منصوبے کو ناگزیر بنا دیا۔مرکزی وزیرنتن گڈکری نے کہاکہ وزیراعظم نریندر مودی کی قیادت میں بنیادی ڈھانچے کی ترقی کو ترجیح دی گئی۔ انہوں نے بتایا کہ اگرچہ اس منصوبے کے لیے چارمرتبہ ٹینڈر جاری کیے گئے، لیکن موثر منصوبہ بندی کے ذریعے لاگت کوابتدائی 12 ہزار کروڑ روپے سے کم کرکے 7 ہزار کروڑ روپے تک لایا گیا، جس سے سرکاری خزانے کے تقریباً 5 ہزار کروڑ روپے بچائے گئے۔انہوں نے اس منصوبے کی تکمیل میں تعاون پر جموں کشمیر کے وزیر اعلیٰ عمرعبداللہ کی حکومت، لیفٹیننٹ گورنر منوج سنہا، مقامی عوام اور میگھا انجینئرنگ اینڈ انفراسٹرکچر لمیٹڈ کا شکریہ ادا کرتے ہوئے کہا کہ کمپنی نے دن رات محنت کر کے اس خواب کوحقیقت میں بدلنے میں اہم کرداراداکیا۔

108

ساتھ ساتھ آگے بڑھے ہیں۔ انہوں نے فلاحی اقدامات کاذکر کرتے ہوئے کہا کہ 80 کروڑ عوام کو مفت راشن فراہم کیا گیا، 4 کروڑ سے زائد غریب خاندانوں کو پکے مکانات دیے گئے، 50 کروڑ افراد کو 5 لاکھ روپے تک کا صحت بیمہ کوردیا گیا اور 10 کروڑ گھروں کو ایل پی جی کنکشن فراہم کیے گئے۔انفراسٹرکچر کے میدان میں شاہ نے بتایا کہ 90 سے زائد نئے ہوائی اڈے قائم کیے گئے، 140 سے زیادہ وندے بھارت ٹرینیں چلائی گئیں، 1.45 لاکھ کلومیٹر سڑکیں اور 3,000 کلومیٹر جدید ایکسپریس ویز تعمیر کیے گئے۔انہوں نے کہا کہ یہ تبدیلی اس وقت ممکن ہوتی ہے جب قیادت کی نیت خالص ہو، اہداف قومی مفاد میں ہوں اور لگن مکمل ہو۔شاہ نے مزید کہا کہ مودی جی نے گزشتہ 12 برسوں میں ایک دن کی بھی چھٹی نہیں لی اور مسلسل عوام کی خدمت کی۔مودی نے پہلی بار 26 مئی 2014 کو وزیراعظم کے طور پر حلف لیا، دوسری مدت 30 مئی 2019 کو شروع ہوئی اور تیسری مدت 9 جون 2024 کو پارلیمانی انتخابات میں فیصلہ کن کامیابی کے بعد شروع ہوئی۔

109

تجویز پیش کی جائے۔سوشل میڈیا پر پیش رفت کا اشتراک کرتے ہوئے، ڈاکٹر سنگھ نے اسے اُدھم پور کے لیے ایک اور اچھی خبر کے طور پر بیان کیا، یہ بتاتے ہوئے کہ متعلقہ حکام کو کئی نمائندگی کے بعد تجویز کو قبول کیا گیا۔انہوں نے کہا کہ اضافی ٹنل کا مقصد اہم جموں سری نگر قومی شاہراہ پر ٹریفک کے بڑھتے ہوئے دباؤ کو دور کرنا ہے اور اس سے ٹریفک کی نقل وحرکت میں نمایاں بہتری آئے گی، بھیڑ میں کمی آئے گی اور مسافروں اور ٹرانسپورٹروں کے لیے آسان سفر کو یقینی بنایا جائے گا۔یادرہے کہ ڈاکٹر سیاما پرساد مکھرجی ٹنل کا افتتاح وزیر اعظم نریندر مودی نے 2 اپریل 2017 کو کیا تھا۔ڈاکٹر سیاما پرساد مکھرجی سرنگ 9 کلومیٹر طویل سرنگ ہے جو کہ ملک کی سب سے طویل جدید ترین سرنگ ہے، جو ادھم پور کو جموں کے رام بن سے جوڑتی ہے۔روڈ ٹرانسپورٹ اور ہائی ویز کی وزارت کی طرف سے ایک سرکاری ریلیز میں لکھا گیا ہے کہ 2500 کروڑ روپے کی لاگت سے تعمیر کیا گیا، یہ 31 کلومیٹر کا سفری فاصلہ کم کرتا ہے اور 2 پوائنٹس کے درمیان، ایندھن کی قیمت میں خاطر خواہ بچت کے علاوہ سفر کے وقت تقریباً 2 گھنٹے کم کرتا ہے۔

110

اسمبلی زڈی بل تنویر صادق بھی تھے۔دورے کے دوران انہوں نے امام بارہ گلشن باغ، باغوان پورہ، لال بازار کے نواب باغ اور بوٹہ کدل کا بھی دورہ کیا اور انہوں نے وہاں مقامی نمائندوں اور رہائشیوں سے ملاقات کر کے جاری تیاریوں کے بارے میں روبرو رائے حاصل کی۔نائب وزیراعلیٰ نے معائینوں کے دوران متعلقہ محکموں کو ہدایت دی کہ وہ محکمانہ ہم آہنگی کو یقینی بنائیں اور بلاتعطل صحت خدمات، پینے کے پانی کی فراہمی، بجلی، صفائی، سڑک رابطے، سٹریٹ لائٹس اور دیگر بنیادی شہری سہولیات کے لئے تمام ضروری انتظامات کریں۔انہوں نے کہا،"تمام متاثرہ علاقوں میں باقاعدگی سے پانی کے ٹینک تعینات کئے جائیں تاکہ محرم الحرام کی مجالس کے دوران لوگوں کو کسی قسم کی تکلیف کا سامنا نہ کرنا پڑے۔" نائب وزیراعلیٰ نے افسران کو ہدایت دی کہ وہ چوبیس گھنٹے تیار رہیں اور عوامی شکایات کے فوری ازالے

از نیابت گوم احمد پورہ
عنوان:درخواست منجانب محمد اسحاق ڈار ولد محمد اکبر ڈار ساکنہ بدی بگ تحصیل سنگھ پورہ بارہمولہ نسبت Blood relationship سرٹیفکیٹ بحق خود بحیثیت (بھائی۔بہن)

اشتہار بمراد آگاہی ہر خاص وعام

معاملہ مندرجہ عنوان الصدر کے نسبت کاغذات عدالت طذا میں زیر کارروائی ہے۔ نیز مطابق بیان نمبردار ودہ چوکیدار علاقہ سائل مذکور موضع بدی بگ سنگھ پورہ بارہمولہ میں ہی مسلسل طور رہائش پذیر ہے۔ نیز مساۃ فاطمہ دختر محمد اکبر ڈار ساکنہ حال موضع ملہوشن تحصیل پٹن بارہمولہ واقعی طور سائل محمد اسحاق ڈار مذکور کی بہن ہے جسکے نسبت سائل مذکور تحت ضابطہ اپنے حق میں Blood relatioship سرٹیفکیٹ بحیثیت (بھائی۔بہن) حاصل کرنے کا خواہاں ہے لہٰذا اگر کسی شخص کو سرٹیفکیٹ ہٰذا اجرا کرنے میں کوئی عذر یا اعتراض ہو تو وہ ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنے عذرات پیش کریں۔ معیاد گذرنے پر کوئی عذر یا اعتراض قابل قبول نہیں ہوگا۔ تحریر الصدر

نائب تحصیلدار گوم احمد پورہ

FROM THE OFFICE OF ADVOCATE SAMEER UL HAMID

1.MOHAMMAD YASEEN BHAT S/O GHULAM MOHAMMAD BHAT R/O BARJI BALLA HARWAN SGR.
[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.

Government of Jammu Kashmir

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER (R&B) DIVISION AWANTIPORA

NOTICE INVITING E-TENDER

NIT No: 26/EEA/R&B of 2026-27/1788-98

Dated: 09-06-2026

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

S. No	Name of Work	Adv. Cost	Cost of T/Doc.	Earnest money	Time of completion	M.H of Account	Class of Contractor	Project Authority
1.	Repair/Renovation of Boys Higher Secondary School Pampore.	13.66	600-/	2 %of Adv cost	45 days	Relevant Head of Account	BEE, CEE, DEE	DDCP

Position of AAA: Accorded vide No.64-DDCP of 2026 Dated: 04.06.2026.
Position of funds: Committed.
The Bidding documents Consisting of qualifying information, eligibility criteria, specifications, Drawings, bill of quantities (B.O.Q(,Set of terms and conditions of contract and other details can be viewed/downloaded from the departmental website www jktenders.gov.in as per schedule of dates given below-.

1	Date of Issue of Tender Notice	09-06-2026
2	Period of downloading of bidding documents	09-06-2026
3	Bid submission Start Date	10-06-2026
4	Bid Submission End Date	20-06-2026 4:00PM
5	Date & time of opening of Bids (Online(	22-06-2026 12:00PM

1. Every participating contractor to mandatorily disclose the bank account number which is linked with their GSTIN at the time of bid submission. No payments shall be released by the Government Department/Agency to any other bank account except the one linked with the GST registered number of the successful bidder) As per circular No. 01)ADM(FD of 2025 Dated 08-07-2025 of J&K Finance Department( )The participating contractor may disclose his Bank Account as per the format, devised as Annexure- A of the NIT and submit/upload the same accordingly at the time of submission of the bid.(
2. Bids must be accompanied with cost of Tender document/Tender Fee to be deposited in Cash in Centralized Designated Pooling JK Bank Account Bearing No: 0470010200000099.IFSC: JAKA0LALANG(
3. All the bidders must deposit Earnest money /Bid security equal to 2 %of advertised cost in Cash in Centralized Designated Pooling JK Bank Account Bearing No: 0470010200000099.IFSC: JAKA0LALANG(
4. The Successful bidder will have to provide performance security @ 5 %of contract value to be deposited in Cash in Centralized Designated Pooling JK Bank Account Bearing No: 0470010200000099 ,IFSC: JAKA0LALANG.(which shall be released after successful completion of DLP/maintenance period.
5. The date and time of opening of Bids shall be notified on Web Site www.jktenders.gov.in and conveyed to the bidders automatically through an e-mail message on their e-mail address. The bids of Responsive bidders shall be opened online on same Web Site in the Office of Executive Engineer R&B Division Awantipora (tender receiving authority.(
6. The bids for the work shall remain valid for a period of 120 days from the date of opening of Technical bids

Sd/-Executive Engineer
R&B Division Awantipora

DIPK No: 1978/26

Government of Jammu Kashmir

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER (R&B) DIVISION PULPWAMA

NOTICE INVITING E-TENDER

NIT No: 24/EEP/RNB of 2026-2027/1777-87 Dated :09/06/2026

For and on behalf of the Lt. Governor Union Territory of J&K ,.e-tenders are being invited on an item rate basis/percentage age basis (as applicable(from approved and eligible Contractors registered with the J&K Government, CPWD, Railways, and other State/Central Governments for the following works:

S. No	Name of Work	Major Head of Account	Est. Cost Rs. in Lacs	EMD in shape of CDR/ FDR/BG	Class of Contractor	Time of Completion	Cost of T/Doc	AAA No./Dt
1	Restoration of Naroo Trich Road Including IR Trich.	MH: C&T 2026-27	38.79	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 Days	1100/	45/SE/PS of 2026-27 Dated: 30.05.2026
2	Macadamisation of IR Nehama and Lelhar Kakapora.	MH: C&T 2026-27	39.09	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 Days	1100/	46/SE/PS of 2026-27 Dated: 30.05.2026
3	Macadamisation of Uthmulla Road.	MH: C&T 2026-27	39.27	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	75/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
4	Macadamisation of Interior Links of Village Tiken.	MH: C&T 2026-27	19.43	2 %of Adv cost	CEE/BEE	20 days	800-/	76/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
5	Macadamisation of IR Tahab and Chandgam.	MH: C&T 2026-27	29.45	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	70/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
6	Macadamisation of Interior links of Rakh Children along with Dar Mohalla.	MH: C&T 2026-27	39.42	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	77/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
7	Macadamisation of Internal roads of Parigam.	MH: C&T 2026-27	39.78	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	72/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
8	Macadamisation of Interior Link roads of Village Nikloora.	MH: C&T 2026-27	39.47	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	74/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
9	Macadamisation of Internal roads Qawoosi Bagh.	MH: C&T 2026-27	38.85	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	73/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
10	Upgradation/Macadamisation of Interior roads of Kamrazipora Thokerpora and Mirgund.	MH: C&T 2026-27	19.57	2 %of Adv cost	CEE/BEE	20 days	800/	71/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
11	Macadamisation of Road from Hall Bridge to Rajpora Chowk at rajpora.	MH: C&T 2026-27	37.89	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	80/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
12	Macadamisation of Interior links of Gujjar basti Lassipora Lassipora Bonpora link and Harpora Armulla.	MH: C&T 2026-27	39.47	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	78/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
13	Macadamisation of Interior roads at Bellow Dargund including IR chanpora.	MH: C&T 2026-27	39.00	2 %of Adv cost	BEE/AAY	20 days	1100/	79/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026
14	Macadamisation of Interior roads of village Akhal.	MH: C&T 2026-27	19.42	2 %of Adv cost	CEE/BEE	20 days	800/	83/SE/PS of 2026-27 Dated: 03.06.2026

Position of funds -: Committed Project Authority= PW(R&B(Department Kashmir
The bidding documents, which would include qualifying information, eligibility criteria, specifications/drawings, a bill of quantities (B.O.Q .(a set of contract terms and conditions, and other details, can be viewed/downloaded from the departmental website www.jktenders.gov.in on the dates listed below-:

1 Date of Issue of Tender Notice 09/06/2026
2 Period of downloading of bidding documents 09/06/2026 from 04.00PM.
3 Bid submission Start Date 09/06/2026 from 04.00PM.
4 Bid Submission End Date 16/06/2026 upto 4.00PM.
5 Date & time of opening of Bids (Online(17/06/2026 at 11:00AM in the office of Executive Engineer R&B Division Pulwama

1. Bids must be accompanied by a Treasury Challan (dated between the bid submission start date and the Bid Submission End date(deposited in M.H. 0059 in the name of Executive Engineer R&B Division Pulwama (tender inviting authority(as the cost of the tender document.
2. At the time of tendering, all bidders must upload earnest money/bid security equal to 2 %of the Advertised Cost in the form of CDR/FDR/BG pledged to the tender receiving authority, i.e. Executive Engineer R&B Division Pulwama. The successful bidder will have to provide Performance Security@ 5 %and additional performance as per quoted rate at the time of contract award, strictly in accordance with the Government's circular instructions from time to time. The earnest money/bid security of 2 %will be released to the successful bidder only after the submission of a Performance Security of 5+%Additional performance of the Bid cost, which will be released after successful completion of the DLP/Maintenance Period) .The Date of EMD (CDR/FDR/BG(should be between the date of start of Bid and Bid Submission End Date and the validity at the time of opening of opening of bids shall be for a period of 45 days beyond bid validity of 120 days.(
All other terms and conditions shall be available in website www.jktenders.gov.in

Sd/-Executive Engineer,
R&B Division Pulwama

DIPK No:1956/26

ویسٹ انڈیز کے خلاف وارم اپ میچ جیت کر ہندوستان نے عالمی مہم کا آغاز کر دیا

نئی دہلی (ایم این این): ٹی ۲۰ ورلڈ کپ کے باقاعدہ آغاز سے قبل کھیلے گئے وارم اپ (ایڈوانس) میچ میں ہندوستانی خواتین کرکٹ ٹیم نے شاندار کھیل کا مظاہرہ کرتے ہوئے ویسٹ انڈیز کو ۲۶ رنز سے شکست دے دی ہے۔ ہندوستان کی اس فتح میں اہم کردار بھارتی چھولمالی نے نبھایا جنہوں نے ناٹ آؤٹ ۵۶ رنز کی دھواں دھار اننگز کھیلی، جس کے بعد شرینکا پاٹل (۴ وکٹیں) اور رادھا یادو (۳ وکٹیں) کی جادوئی بولنگ نے ویسٹ انڈیز کی بیٹنگ لائن اپ کو گھٹنے ٹیکنے پر مجبور کر دیا۔ ہندوستان کی جانب سے دیے گئے ۱۸۰ رنز کے بڑے ہدف کا پیچھا کرتے ہوئے ویسٹ انڈیز کی ٹیم مقررہ ۲۰ اوورز میں ۸ وکٹ کے نقصان پر ۱۵۸ رنز ہی بنا سکی۔ ویسٹ انڈیز کی اوپننگ جوڑی ڈینڈرا ڈوٹن اور شمین کیمپ بیل نے پہلے وکٹ کے لیے ۶۳ رنز جوڑ کر ٹیم کو اچھا آغاز فراہم کیا، لیکن ۹ ویں اوور میں شمین کیمپ بیل (۲۵ رنز) کے ریٹائرڈ آؤٹ ہونے کے بعد میچ کا پانسہ پلٹ گیا۔ شرینکا نے ویسٹ انڈیز کے مڈل آرڈر کو تہس نہس کرتے ہوئے کیانا جوزف (۵)، جاہزارا کلاکسٹن (۲)، جینیلیہ گلاسگو (۱۹) اور زائیدا جیمز (ایک) کو پویلین کی راہ دکھائی۔ رادھا یادو نے خطرناک اوپنر ڈینڈرا ڈوٹن (۴۹ رنز)، عالیہ ایلین (۱۳ رن) اور کپتان شینیل ہینری (ایک) کو آؤٹ کر کے کیریبین ٹیم کی کمر توڑ دی۔ ہندوستان کی طرف سے شرینکا پاٹل نے ۴ اور رادھا یادو نے ۳ وکٹ حاصل کئے۔ اس سے قبل ویسٹ انڈیز نے ٹاس جیت کر پہلے بولنگ کا فیصلہ کیا۔ ہندوستان کی جانب سے اوپنرز شیفالی ورما اور کپتان اسمرتی مندھانا نے دھماکہ دار آغاز کرتے ہوئے۔

فیفا عالمی کپ 2026ء:
اس سال کے ورلڈ کپ کا سب سے کم عمر کھلاڑی کون ہے؟

نئی دہلی (ایم این این): فیفا ورلڈ کپ ۲۰۲۶ء، جو بین الاقوامی فٹبال کا سب سے باوقار ٹورنامنٹ ہے، ۱۱ جون سے امریکہ، میکسیکو اور کنیڈا میں شروع ہوگا۔ تاریخی طور پر، ورلڈ کپ ابھرتے ہوئے ستاروں کو عالمی سطح پر اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا بہترین موقع فراہم کرتا رہا ہے اور توقع کی جا رہی ہے کہ اس بار بھی کئی نوجوان کھلاڑی اپنی صلاحیتوں کا لوہا منوائیں گے۔ ۲۰۲۶ء کے ٹورنامنٹ کے لیے منتخب ہونے والے سب سے کم عمر کھلاڑی میکسیکو کے گلبر ٹو مورا ہیں، جن کی عمر صرف ۱۷ سال ہے۔ یہ اٹیکنگ مڈفیلڈر لیگا ایم ایکس کی ٹیم تیخوانا کی نمائندگی کرتا ہے اور پہلے ہی بین الاقوامی سطح پر تاریخ رقم کر چکا ہے۔ ۲۰۲۵ء میں، مورا کانکاکاف گولڈ کپ میں شرکت کے ذریعے میکسیکو کی قومی ٹیم کے لیے آغاز کرنے والے سب سے کم عمر کھلاڑی بن گئے تھے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ مورا اس وقت پیدا بھی نہیں ہوئے تھے جب ان کے قومی ساتھی اور تجربہ کار گول کیپر گیلر مو اوچوا نے اپنا پہلا ورلڈ کپ کھیلا تھا۔ اوچوا اب فٹبال کے سب سے بڑے عالمی ایونٹ میں اپنی چھٹی شرکت کی تیاری کر رہے ہیں۔ ٹورنامنٹ کے دیگر کم عمر کھلاڑیوں میں جمہوریہ چیک کے مڈفیلڈر ریو گو سوخوریک (۱۸ سال، ۴ دن)، جرمنی کے لینارٹ کارل (۱۸ سال،

ہندوستان کی ٹیسٹ تاریخ کی سب سے بڑی فتح، افغانستان کو شکست دی

نئی دہلی (ایم این این): ہندوستانی اسپنرز مانو ستھار، واشنگٹن سندر اور کلدیپ یادو کی جادوئی بولنگ کی بدولت ہندوستان نے واحد ٹیسٹ میچ کے تیسرے ہی دن پیر کے روز فالو آن کا شکار افغان ٹیم کو دوسری اننگز میں محض ۱۱۲ رنز پر ڈھیر کر کے ٹیسٹ کرکٹ کی تاریخ کی سب سے بڑی فتح (اننگز اور ۳۰۰ رن) اپنے نام کر لی ہے۔ ڈیبیو میچ میں تباہ کن بولنگ کرنے والے نوجوان اسپنر مانو ستھار کو ان کی شاندار کارکردگی پر پلیئر آف دی میچ کا ایوارڈ دیا گیا۔ ٹیسٹ میچ کے تیسرے دن مجموعی طور پر ۱۴ وکٹ گریں، جہاں چائے کے وقفے کے بعد افغان ٹیم ہندوستانی بولرس کے سامنے ریت کی دیوار ثابت ہوئی اور آخری ۴ وکٹ صرف ۱۴ رنز کے اضافے پر گر گئیں۔ افغانستان کے بلے باز شرف الدین اشرف انجری کے باعث دوسری اننگز میں بیٹنگ کے لیے میدان میں نہ اتر سکے۔ چائے کے وقفے تک افغانستان نے ۹۸ رنز پر اپنے ۵ ٹاپ آرڈر بلے باز گنوا دیے تھے۔ وقفے کے بعد کھیل شروع ہوتے ہی ہندوستانی بولرس افغان لوئر آرڈر پر ٹوٹ پڑے۔ ۳۲ ویں اوور میں آغاز کرنے والے مانو ستھار نے افسر زائی (۸ رنز) کو آؤٹ کر کے ہندوستانی کو چھٹی کامیابی دلائی۔ عظمت اللہ عمرزئی (۴ رنز) کو واشنگٹن سندر نے پویلین کی راہ دکھائی۔ ۳۶ ویں اوور کی چوتھی اور پانچویں گیند پر کلدیپ یادو نے نگیالیہ خروٹی (۲ رن) اور محمد سلیم (صفر) کو لگاتار گیندوں پر آؤٹ کر کے ۱۱۲ رنز پر افغان اننگز کا کام تمام کر دیا۔ افغانستان کی جانب سے دوسری اننگز میں صدیق اللہ اٹل ۴۲ رنز بنا کر نمایاں رہے۔ ہندوستان کی طرف سے واشنگٹن سندر نے ۴، کلدیپ یادو نے ۳، جبکہ مانو ستھار اور محمد سراج نے ایک ایک وکٹ حاصل کیا۔ یہ ٹیسٹ میچ راجستھان سے تعلق رکھنے والے بائیں ہاتھ کے نوجوان اسپنر مانو ستھار کے خوابوں کے آغاز کے طور پر یاد رکھا جائے گا۔ انہوں نے میچ میں مجموعی طور پر ۷ وکٹ حاصل کئے۔ پہلی اننگز میں ان کے ۶ وکٹوں کے تباہ کن اسپیل کی بدولت ہی ہندوستان نے افغانستان کو محض ۱۵۲ رنز پر سمیٹ کر ۴۱۲ رنز کی پہاڑ جیسی برتری حاصل کی تھی اور میچ کا پانسہ پلٹ دیا تھا۔

دپیکا ککڑ کی امیونو تھیراپی کا آغاز،
شعیب نے سرجری سے متعلق افواہوں کی تردید کی

نئی دہلی (ایم این این): ٹیلی ویژن اداکارہ دپیکا ککڑ، جن کے جگر کے قریب ۱۰۔۳ سینٹی میٹر کا سسٹ دوبارہ ظاہر ہونے کے بعد حال ہی میں ایک اور سرجری کی گئی تھی، نے اپنے علاج کے حصے کے طور پر امیونو تھیراپی شروع کر دی ہے۔ یہ بات ان کے شوہر شعیب ابراہیم نے بتائی۔ یہ تازہ معلومات ان خبروں کے بعد سامنے آئی ہیں جن سے مداحوں میں تشویش پیدا ہو گئی تھی کہ دو نئے سسٹ دریافت ہوئے ہیں۔ تاہم، شعیب نے وضاحت کی کہ فی الحال کسی نئی سرجری کا کوئی منصوبہ نہیں ہے۔ شعیب اپنے یوٹیوب چینل اور سوشل میڈیا پلیٹ فارمز کے ذریعے مسلسل دپیکا کی صحت کے بارے میں مداحوں کو آگاہ کرتے رہے ہیں۔ اپنے تازہ وی لاگ میں شعیب نے دپیکا کی صحت یابی کے بارے میں بات کرتے ہوئے مداحوں کو تسلی دی۔ انہوں نے بتایا کہ دپیکا کا پہلا امیونو تھراپی سیشن مکمل ہو چکا ہے اور وہ ڈاکٹروں کی ہدایات کے مطابق علاج جاری رکھے ہوئے ہیں۔ انہوں نے کہا: "دپیکا کی امیونو تھیراپی ایچ این ریلائنس اسپتال میں شروع ہو گئی ہے، جس میں ۳ سے ۴ گھنٹے لگیں گے۔ اس کے بعد میں والد صاحب سے ملنے کیلئے کوکیلا بین اسپتال جاؤں گا۔ ہمیں امید ہے کہ دپیکا کی امیونو تھیراپی موثر ثابت ہوگی۔" سرجری سے متعلق افواہوں کی تردید کرتے ہوئے شعیب نے مزید کہا: "بہت سے لوگوں نے مجھے پیغامات بھیجے کہ کیا دپیکا کی سرجری ہونے جا رہی ہے؟ ڈاکٹروں نے ابھی تک یہ نہیں کہا کہ سرجری کرنی ہے یا نہیں۔ مجھے نہیں معلوم آپ کو یہ معلومات کہاں سے ملی ہیں۔

ایرانی ٹیم کو صرف ورلڈ کپ میچوں کے دنوں میں ہی امریکی سرزمین پر داخلے کی اجازت

نئی دہلی (ایم این این): ایران اور امریکہ کے درمیان جنگ کے باعث، امریکہ، میکسیکو اور کنیڈا کی مشترکہ میزبانی میں ہونے والے فٹبال ورلڈ کپ میں ایران کی شرکت پیچیدگیوں کا شکار ہو گئی ہے۔ گول ڈاٹ کام کے حوالے سے مرر کی ایک رپورٹ کے مطابق ایرانی فٹبال ٹیم کو امریکہ میں ورلڈ کپ کے میچ کھیلنے کی اجازت تو دی جائے گی، لیکن شرط یہ ہوگی کہ ٹیم صرف اپنے مقررہ میچ کے دن صبح امریکہ میں داخل ہو سکے گی اور آخری سیٹی بجتے ہی فوری طور پر ملک چھوڑنا ہوگا۔ رپورٹ کے مطابق میکسیکو میں ایران کے سفیر ابوالفضل پسندیدہ نے کہا "ہم صبح داخل ہو سکتے ہیں اور اسی دن واپس جانا ہوگا۔" یہ پابندی دونوں ممالک کے درمیان جنگی صورتحال کے باعث عائد کی گئی ہے۔ اتوار کی صبح ایران کی ٹیم ورلڈ کپ کی تیاریوں کے لیے میکسیکو پہنچی، جہاں وہ اس ماہ کے آخر میں امریکہ میں ہونے والے اپنے تین گروپ میچوں سے قبل تربیت کرے گی۔ احسان حاج صفی طیارے سے باہر آنے والے پہلے کھلاڑی تھے۔ جرمن چارٹر ایئرلائن یو ایس سی کے نشانات والا طیارہ تقریباً صبح ساڑھے ۵ بجے پہنچا۔ نیلے بلیزر اور سفید ٹی شرٹس میں ملبوس کھلاڑی مختصر سیکورٹی جانچ کے بعد بس میں سوار ہوئے۔ بس تیجوانا ہوائی اڈے کے داخلی دروازے پر مختصر وقت کے لیے رکی، جہاں تقریباً ۲۰ ایرانی شائقین قومی پرچم لہرا رہے تھے۔ ایران کی ورلڈ کپ میں شرکت، جس کی مشترکہ میزبانی امریکہ، میکسیکو اور کنیڈا کر رہے ہیں، ایران جنگ کے باعث مشکلات کا شکار رہی ہے۔ ویزوں کے اجرا میں پیش آنے والی مشکلات کے باعث ایران کو اپنا تربیتی مرکز امریکی شہر ٹکسن (ایریزونا) سے منتقل کر کے میکسیکو کے سرحدی شہر تیجوانا لے جانا پڑا۔ ایرانی ٹیم اس سے قبل ترکی کے شہر انطالیہ میں تربیت حاصل کر رہی تھی اور وہاں سے ایک نجی طیارے کے ذریعے براہ راست میکسیکو پہنچی۔ ایرانی سرکاری ٹیلی وژن کے مطابق ہفتے کے روز تک ٹیم کے وفد کے بعض اراکین کو امریکی ویزے جاری نہیں ہوئے تھے۔

گروپ 'ڈی' میں میزبان امریکہ کو سخت چیلنج کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے

نئی دہلی (ایم این این): گروپ 'ڈی' کو ۲۰۲۶ء فیفا ورلڈ کپ کے سب سے دلچسپ اور سنسنی خیز گروپ میں سے ایک قرار دیا جا رہا ہے، جس میں میزبان امریکہ کے ساتھ پیراگوئے، ترکی اور آسٹریلیا جیسی سخت جان ٹیمیں شامل ہیں۔ امریکہ اس بار زبردست دباؤ کے ساتھ میدان میں اترے گا کیونکہ وہ جانتے ہیں کہ ہوم گراؤنڈ پر ایک شاندار کارکردگی ملک میں فٹبال کے مستقبل کو بلندیوں پر پہنچا سکتی ہے۔ کرسچن پلسک کی قیادت میں یہ نوجوان اور باصلاحیت اسکواڈ گروپ میں ٹاپ کرنے کیلئے فیورٹ مانا جا رہا ہے۔ دوسری جانب پیراگوئے کی ٹیم اپنے کوچ گستاؤ الفارو کی نفسیاتی حکمت عملی اور قیادت کے مرہون منت ایک نئے عزم کے ساتھ پہنچی ہے۔ الفارو نے ایک جدوجہد کرتی ہوئی ٹیم کو جنوبی امریکہ کی سب سے حیران کن کوالیفائر ٹیم میں تبدیل کر دیا ہے۔ ان کا مضبوط دفاع اور ڈسپلن کسی بھی حریف کے لئے خطرے کی گھنٹی ہے۔ ترکی کی ٹیم ۲۰۰۲ء کے بعد پہلی بار ورلڈ کپ میں واپسی کر رہی ہے۔ آردا گولر اور کینان یلدز جیسے ابھرتے ہوئے ستاروں پر مشتمل یہ نئی نسل ترکی کو ٹورنامنٹ میں بہت آگے لے جانے کی صلاحیت رکھتی ہے، تاہم کھیل میں تسلسل کا نہ ہونا ان کا بڑا مسئلہ رہا ہے۔ ادھر آسٹریلیا اپنے روایتی عزم، جذبے اور بہترین تنظیمی کھیل کے ساتھ میدان میں اترے گی۔ اگرچہ ٹیم میں عالمی سطح کے بڑے اسٹارز موجود نہیں ہیں لیکن آسٹریلیا نے ماضی میں بڑے ٹورنامنٹ میں توقعات سے بڑھ کر پرفارم کیا ہے چونکہ اس گروپ کی ہر ٹیم اگلے راؤنڈ میں پہنچنے کی اہل ہے اس لئے گروپ 'ڈی' میں کانٹے کے مقابلے دیکھنے کو ملیں گے۔ ہوم گراؤنڈ پر امریکی ٹیم کا کڑا امتحان امریکی فٹ بال ٹیم کیلئے یہ ورلڈ کپ تاریخ کا سب سے اہم ترین معرکہ ثابت ہو سکتا ہے، جہاں داؤ پر بہت کچھ لگا ہوا ہے۔ ہوم گراؤنڈ پر بہترین کارکردگی ملک میں اس کھیل کی مقبولیت کو ۴ چاند لگا سکتی ہے۔

فیفا ورلڈ کپ: صومالی ریفری عمر کو امریکہ میں داخلے سے روک دیا گیا

نئی دہلی (ایم این این): امریکہ نے ایک ممتاز صومالی فٹبال ریفری کو ملک میں داخل ہونے کی اجازت دینے سے انکار کر دیا، حالانکہ وہ فیفا ورلڈ کپ میں خدمات انجام دینے کے لیے مقرر تھے۔ اس فیصلے نے واشنگٹن کی سفری پابندیوں اور ٹورنامنٹ پر ان کے اثرات کے بارے میں خدشات کو جنم دیا ہے۔ محکمہ ہوم لینڈ سیکورٹی (ڈی ایچ ایس) نے پیر کے روز الجزیرہ کو تصدیق کی کہ عمر آرتان کو ہفتے کے روز جنوبی فلوریڈا پہنچنے کے بعد ملک میں داخل ہونے کی اجازت نہیں دی گئی۔ فیفا کی جانب سے جاری کردہ ۵۲ ورلڈ کپ ریفریز کی فہرست میں شامل عمر آرتان کو سیکورٹی جانچ پڑتال سے متعلق خدشات کے باعث ناقابل قبول قرار دیا گیا اور ان کا داخلہ مسترد کر دیا گیا، ڈی ایچ ایس کے ترجمان نے ایک ای میل میں بتایا، تاہم مزید تفصیلات فراہم نہیں کی گئیں۔ تاہم آرتان کا امریکہ پہنچ جانا اس بات کی نشاندہی کرتا ہے کہ سفر سے قبل ان کے پاس ایک درست ویزا موجود تھا۔ صومالیہ صدر ڈونالڈ ٹرمپ کی سفری پابندیوں کی فہرست میں شامل ہے۔ ٹرمپ متعدد مواقع پر اس افریقی ملک اور اس کے عوام کے بارے میں توہین آمیز بیانات دے چکے ہیں۔ گزشتہ سال کے آخر میں انہوں نے امریکہ میں مقیم صومالی تارکین وطن کو "کچرا" قرار دیا تھا، جس پر شدید ردعمل سامنے آیا تھا۔ افریقہ کے نمایاں ریفریز میں شمار ہونے والے عمر آرتان ورلڈ کپ کے کسی میچ میں آفیشیٹنگ کرنے والے پہلے صومالی ریفری بننے والے تھے۔ داخلے سے انکار کا یہ واقعہ امریکہ کی سفری پالیسیوں اور ورلڈ کپ کے حوالے سے پیدا ہونے والے تنازعات کی تازہ ترین مثال ہے۔ اس عالمی ٹورنامنٹ کی مشترکہ میزبانی امریکہ، میکسیکو اور کنیڈا کر رہے ہیں۔ ایران کی قومی ٹیم کو بھی ویزا مسائل کے باعث میکسیکو میں قیام کرنا پڑ رہا ہے۔ کھلاڑیوں کو میچ کھیلنے کے لیے امریکہ آنے کی اجازت ہوگی، لیکن اس کے بعد انہیں دوبارہ سرحد کے جنوب میں واقع اپنے مرکز واپس جانا ہوگا۔

فرنچ اوپن 2026ء: الیگزینڈر زیوریف کا گرینڈ سلیم جیتنے کا خواب پورا

نئی دہلی (ایم این این): جرمنی کے نامور ٹینس اسٹار اور ایونٹ کے سیکنڈ سیڈ الیگزینڈر زیوریف نے مردوں کے سنگلز مقابلوں کے سنسنی خیز فائنل میں اٹلی کے حریف کھلاڑی فلاویو کوبولی کو شکست دے کر اپنے کریئر کا پہلا گرینڈ سلیم ٹائٹل جیت لیا۔ الیگزینڈر زیوریف نے انتہائی سخت مقابلے کے بعد حریف فلاویو کوبولی کو ۱۔۶، ۶۔۴، ۴۔۶، ۷۔۶، ۶۔۱ سے شکست دے کر نہ صرف فرنچ اوپن ٹینس مینز سنگلز ٹائٹل جیت لیا بلکہ اپنے کریئر کا پہلا گرینڈ سلیم ٹورنامنٹ بھی جیت لیا۔ ۲۹ سالہ الیگزینڈر زیوریف جو اس سے قبل ۳ بڑے فائنلز میں ناکام رہے تھے۔ اس تاریخی فتح کے ساتھ ہی وہ بورس بیکر (آسٹریلین اوپن ۱۹۹۶ء) کے بعد گرینڈ سلیم جیتنے والے پہلے جرمن مرد کھلاڑی بن گئے ہیں۔ الیگزینڈر زیوریف کو طویل عرصے سے ٹینس کی دنیا کا وہ بہترین کھلاڑی کہا جا رہا تھا جس نے کبھی کوئی میجر ٹائٹل نہیں جیتا تھا۔ وہ اس سے قبل ۳ فائنلز، ۷ سیمی فائنلز اور ۶ کوارٹر فائنلز میں شکست کھا چکے تھے۔ ان کی زندگی کا سب سے خراب میچ ۲۰۲۰ء کا یو ایس اوپن فائنل تھا جہاں وہ ڈومینک تھیم کے خلاف دو سیٹوں کی برتری کے باوجود ہار گئے تھے۔ اتوار کے روز جب زیوریف نے یہ ٹرافی اٹھائی، تو حال ہی میں ریٹائرڈ ہونے والے ڈومینک تھیم خود اسٹینڈز میں موجود تھے، اور زیوریف نے ۶ سال بعد اس تلخ یاد کو دفن کر دیا۔ دوسری جانب اپنے کریئر کا پہلا میجر فائنل کھیلنے والے ۲۴ سالہ فلاویو کوبولی اگرچہ فائنل میچ ہار گئے، لیکن ۱۰ ویں سیڈ کھلاڑی کے طور پر فائنل تک پہنچنا ان کے کریئر کی ایک بڑی کامیابی ہے۔ ٹلی کے کوبولی ۵۰ برسوں میں فرنچ اوپن جیتنے والے پہلے اطالوی کھلاڑی بننے کی جدوجہد کر رہے تھے۔ وہ اپنے کریئر میں پہلی بار کسی گرینڈ سلیم کے فائنل میں پہنچے تھے (انہیں سیمی فائنل میں میلیو آرنالڈی کی علالت کے باعث واک اوور ملا تھا)۔ اگرچہ وہ فائنل ہار گئے، لیکن اس شاندار کارکردگی کی بدولت وہ اگلے ہفتے پہلی بار دنیا کے ٹاپ ۱۰ کھلاڑیوں میں شامل ہو جائیں گے۔

J&K Bank
Serving To Empower

BAJAJ GENERAL
CARINGLY YOURS

Bajaj General Extra Care Plus policy along with the added benefits of Health Prime Rider ensures that you don't have to settle for less when it comes to you and your family's growing healthcare needs.

Bajaj General Extra Care Plus's Features:

- Long Term Discount
- Option to Opt for Air Ambulance
- Free health check-up

Benefits of Health Prime Rider:

- Rider for both Individual & Family Floater Basis**
- 24*7 Unlimited Tele-Consultation
- Investigations Cover

**Based on the variant opted in health plan

To Know More Contact your J & k Bank's Relationship Manager

Bajaj General Insurance Limited (Formerly known as Bajaj Allianz General Insurance Co. Ltd.) Bajaj Insurance House, Airport Road, Yerawada, Pune - 411006. IRDAI Reg No.: 113. | CIN: U66010PN2000PLC015329 | UIN: Extra Care Plus-BAJHLIP23069V032223,Health Prime Rider-BAJHLIA24087V022324 | web: www.bajajgeneralinsurance.com |Toll free: 1800-209-5858 / 1800-209-0144 | careforyou@bajajgeneral.com
For more details on risk factors and Terms and Conditions, please read the sales brochure before concluding a sale. | BGI-O-JK-004/18-12-2025

J&K Bank Ltd is a licensed Corporate Agent [bearing License No.: CA0029] of Bajaj General Insurance Limited [IRDAI registration No. 113]. The benefits/features of products are indicative and for more details on risk factors and Terms and Conditions, please read the sales brochure before concluding a sale.

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,