The daily
Surathal
Srinagar
e-paper: surathal.in
https://surathal.in
روزنامہ صورت حال سرینگر
صورت شمشیر ہے دستِ قضا میں وہ قوم
کرتی ہے جو ہر زماں اپنے عمل کا حساب

Postal Registration No:JKNP-189/SKGPO-2018-2020/RNI NoJKURD/2012/48314 Vol: 17 Issue No: 232 Sunday 27 September 2026 - 14 Rabi Al Thani 1447 Pages: 08 Price Rs0.50/-

کشمیر میں فوجی سربراہ نے ایل او سی کی تیاریوں کا جائزہ لیا،

'متحرک اور مشن کے لیے تیار' رہنے پر زور

سری نگر، 26 /
فوج کے سربراہ، جنرل دیپرج سیٹھ نے کشمیر میں تعینات فوجی جوانوں سے 'متحرک اور مشن کے لیے تیار' رہنے کی اپیل کرتے ہوئے انہیں 'وجے' کے پانچ رہنما اصولوں کو اپنانے کی ہدایت دی۔ جنرل سیٹھ نے جمعہ کو چنار کور کے اگلے علاقوں کے دورے کے دوران لائن آف کنٹرول (ایل او سی) پر فوج کی آپریشنل تیاریوں کا جائزہ لیا۔ انہیں مضبوط سکیورٹی نظام برقرار رکھنے اور آپریشنل صلاحیتوں کو مزید مستحکم کرنے کے لیے کیے جا رہے اقدامات کے بارے میں تفصیلی بریفنگ دی گئی۔ فوج کے ایڈیشنل ڈائریکٹوریٹ جنرل آف پبلک انفارمیشن (اے ڈی جی پی آئی) نے ایکس پر جاری پوسٹ میں بتایا کہ جنرل سیٹھ نے فوج کے تمام رینکس کی پیشہ ورانہ مہارت، عزم اور مسلسل تیاری کی ستائش کی۔ پوسٹ میں کہا گیا کہ جنرل سیٹھ نے تمام رینکس سے 'وجے' کے پانچ رہنما اصولوں کو اپنانے کی اپیل کی۔ ان اصولوں کا مقصد واضح مقصد کے ساتھ جدت لانا، تیزی سے بدلتے حالات کے مطابق خود کو ڈھالنا، عزم کے ساتھ صلاحیتوں کو مضبوط بنانا اور چیلنجز کے سامنے آنے سے پہلے ان کا اندازہ لگانا ہے، تاکہ ہندوستانی فوج ہر صورت حال میں مضبوط، مستقبل کے لیے تیار اور مشن کے لیے آمادہ رہے۔ جمعہ کو فوجی سربراہ نے کپواڑہ کے تنگدھر میں 'آپریشن درشٹی' کے تحت منعقد کیے گئے دسویں میگا آئی سرجیکل کیمپ کے دوران مریضوں سے بھی ملاقات کی اور انہیں ادویات و تحائف تقسیم کیے۔ مسلح افواج کی طبی خدمات (اے ایف ایم ایس) کے سرجنوں نے ایل او سی کے ساتھ گولہ باری سے متاثرہ علاقے تنگدھر میں زیرِ زمین آپریشن تھیٹر میں 220 مریضوں کی بینائی بحال کرنے والی سرجریاں انجام دیں۔

بی جے پی کے آزمودہ کار رہنما اشوک کول 12 سال خدمات انجام دینے کے بعد جنرل سکریٹری (تنظیم) کے عہدے سے دستبردار

سری نگر بی جے پی رہنما اشوک کول جموں و کشمیر میں پارٹی کے جنرل سکریٹری (تنظیم) کے عہدے سے دستبردار ہو گئے ہیں، جس کے ساتھ ہی 2014 سے اس اہم تنظیمی عہدے پر ان کا ایک دہائی سے زیادہ کا دور ختم ہو گیا ہے۔ جموں و کشمیر میں بی جے پی کے سب سے طویل عرصے تک خدمت انجام دینے والے تنظیمی چہروں میں سے ایک، کول نے تصدیق کی کہ انہوں نے چارج چھوڑ دیا ہے اور وہ اپنی بنیادی تنظیم میں واپس لوٹیں گے۔ انہوں نے اپنے اس فیصلے کے پیچھے عمر کو ایک وجہ قرار دیا۔ کول نے یو این آئی کو بتایا، "جی ہاں، میں نے اپنی عمر کی وجہ سے عہدہ چھوڑ دیا ہے۔" جموں و کشمیر میں بی جے پی کے میڈیا انچارج ساجد یوسف نے کہا کہ جموں و کشمیر اور لداخ میں بی جے پی کے تنظیمی جنرل سکریٹری نے اپنے عہدے سے استعفیٰ نہیں دیا ہے۔ مسٹر ساجد نے کہا، "انہوں نے اپنی مدت پوری کر لی ہے۔ انہوں نے 12 سال تک جموں، کشمیر اور لداخ میں بی جے پی کے تنظیمی جنرل سکریٹری کے طور پر خدمات انجام دیں۔ انہوں نے چارج چھوڑ دیا ہے اور وہ بنیادی تنظیم میں واپس جائیں گے۔" کول کا عہدہ چھوڑنا نتن نبین کو پارٹی صدر مقرر کیے جانے کے بعد بی جے پی کے تنظیمی ڈھانچے میں وسیع پیمانے پر ہونے والی تبدیلیوں کے درمیان سامنے آیا ہے۔ بی جے پی نے حال ہی میں کئی ریاستوں اور مرکز کے زیرِ انتظام علاقوں میں نئی تنظیمی قیادت کو ذمہ داریاں سونپی ہیں۔ جموں و کشمیر میں تبدیلیوں کے حصے کے طور پر، بی جے پی صدر نتن نبین نے ستیش پونیا کو پارٹی کا جموں و کشمیر میں نیا انچارج مقرر کیا ہے جبکہ محترمہ رینا کشیپ کو شریک انچارج نامزد کیا گیا ہے۔ ایک کشمیری پنڈت اور جموں و کشمیر میں بی جے پی کے اہم اسٹریٹجسٹ، کول نے دونوں خطوں میں پارٹی کے تنظیمی ڈھانچے کو بنانے میں برسوں صرف کیے ہیں، جس میں کشمیر میں اس کے زمینی نیٹ ورک کو وسعت دینے پر خاص توجہ دی گئی ہے۔ بی جے پی رہنما پارٹی کے کیڈر ڈھانچے کو مضبوط کرنے اور اس کے روایتی اثر و رسوخ کے علاقوں سے باہر اس کی **سیاسی موجودگی کو وسعت دینے کا سہرا مسٹر کول کے سر باندھتے ہیں۔ پارٹی نے گزشتہ چند برسوں میں کئی علاقوں میں پیش رفت کی ہے، بشمول وہ علاقے جو کبھی علیحدگی پسندی کے مرکز ہوا کرتے تھے۔**

اے ڈی سی جموں کی مشاورتی کمیٹیوں کے اجلاس کی صدارت

زیرِ التوا معاملات جلد نمٹانے اور قرض ڈپازٹ تناسب بہتر بنانے پر زور

(جموں)

جموں ضلع کے لیے مارچ 2026 کو اختتام پذیر سہ ماہی کی ضلع سطح کی جائزہ کمیٹی اور ضلع سطح کی مشاورتی کمیٹی کا اجلاس آج ضلع ترقیاتی کمشنر کے دفتر میں منعقد ہوا۔ اجلاس کا انعقاد لیڈ ڈسٹرکٹ منیجر اجے کمار تھاپا نے کیا، جبکہ ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر ودھو شیکھر نے اجلاس کی صدارت کی۔ اجلاس میں ریزرو بینک آف انڈیا کے لیڈ ڈسٹرکٹ آفیسر سوربھ گپتا، نابارڈ کے ڈسٹرکٹ ڈیولپمنٹ منیجر وکرانت، مختلف بینکوں کے نمائندگان اور متعلقہ محکموں کے افسران نے شرکت کی۔

سماجی بہبود محکمہ سری نگر نے طلبہ کیلئے پیشہ ورانہ تربیتی پروگرام منعقد کیا

طلبہ کو ہنر مندی کی ترقی، کاروبار، خود روزگاری اور روزگار کے مختلف مواقع سے آگاہ کیا گیا

(انفو)

سماجی بہبود محکمہ، سنکلپ۔ ایچ ای ڈبلیو سری نگر کی جانب سے گاندھی میموریل کالج، ششواری سری نگر میں ایک پیشہ ورانہ تربیتی پروگرام منعقد کیا گیا۔ پروگرام کا مقصد طلبہ کو مختلف پیشہ ورانہ مواقع، ہنر مندی کی ترقی کے شعبوں اور روزگار کے امکانات سے آگاہ کرنا اور انہیں بااختیار بنانا تھا۔ جموں و کشمیر انٹرپرینیورشپ ڈیولپمنٹ انسٹی ٹیوٹ (جے کے ای ڈی آئی) سری نگر سے ماہرین نے پروگرام میں شرکت کی اور طلبہ کے ساتھ براہ راست بات چیت کی۔ پروگرام کے دوران ماہرین نے پیشہ ورانہ تعلیم، ہنر مندی کی ترقی، کاروباری سرگرمیوں، خود روزگاری کے مواقع اور نوجوانوں کے لیے پائیدار روزگار و کیریئر کی تعمیر کے مختلف دستیاب راستوں کے بارے میں مفید معلومات فراہم کیں۔

محکمہ سریکلچر بانڈی پورہ کا کاشتکاروں کیلئے مطالعاتی دورے کا اہتمام

کاشتکاروں کو ریشم کی تیاری کے جدید طریقوں سے آگاہ کیا گیا

(بانڈی پورہ)

محکمہ ریشم ترقی بانڈی پورہ نے آج سلک سماگرا۔2 اور جامع زرعی ترقیاتی پروگرام کے تحت انسانی وسائل کی ترقی کے جزو کے طور پر 80 ریشم کے کاشتکاروں، جن میں قبائلی برادریوں سے تعلق رکھنے والے کاشتکار بھی شامل تھے، کے لیے ایک مطالعاتی دورے کا اہتمام کیا۔ چٹے بندے، سی اے خان اور ضلع کے دیگر ریشم کی پیداوار والے دیہات سے تعلق رکھنے والے کاشتکاروں نے ریشم کی صنعت سے وابستہ مختلف اہم اداروں اور مراکز کا دورہ کیا۔

ادھم پور میں حفاظتی اصولوں کی خلاف ورزی پر 10 اسکول بسوں کے چالان

(ادھمپور)

موٹر وہیکل محکمہ ادھم پور نے جمعہ کے روز ضلع میں خصوصی نفاذی مہم چلائی، جس کے دوران اسکول بسوں میں حفاظتی انتظامات اور مقررہ ضوابط کی پابندی کو خصوصی طور پر جانچا گیا۔ اس مہم کی قیادت اسسٹنٹ ریجنل ٹرانسپورٹ آفیسر (اے آر ٹی او) مدثر اقبال نے کی۔

اے ڈی سی سوپور نے جی جی ایچ ایس بومئی میں تعاملی پروگرام کی صدارت کی

کیریئر کے انتخاب، ذاتی ترقی، ذمہ دارانہ فیصلوں اور منشیات سے بچاؤ سے متعلق طلبہ کی رہنمائی

(بارہمولہ)

ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر سوپور ایس اے راٹھر نے آج گورنمنٹ گرلز ہائی اسکول بومئی میں ایک تعاملی پروگرام کی صدارت کی، جس کا مقصد طلبہ کو کیریئر کے انتخاب، ذاتی ترقی اور ذمہ دارانہ فیصلہ سازی کے حوالے سے رہنمائی فراہم کرنا تھا۔ پروگرام میں طلبہ، اساتذہ، والدین اور علاقے کے معزز شہریوں نے شرکت کی۔ اس موقع پر نوجوان طلبہ کی تعلیمی، پیشہ ورانہ اور ذاتی ترقی سے متعلق امور پر بامعنی تبادلہ خیال کے لیے ایک مشترکہ پلیٹ فارم فراہم کیا گیا۔ اجتماع سے خطاب کرتے ہوئے اے ڈی سی نے کہا کہ طلبہ کو اپنے رجحانات، صلاحیتوں اور مستقبل کے عزائم کو سمجھنے میں مدد فراہم کرنا اور کیریئر کے حوالے سے باخبر فیصلے کرنے کی ترغیب دینا انتہائی اہم ہے۔

کولگام میں ایگزیکٹو مجسٹریٹس کیلئے آگاہی پروگرام منعقد

غیر طبعی اموات سے متعلق قانونی و طریقہ کار پر تربیت فراہم کی گئی

(کولگام)

ضلعی قانونی خدمات اتھارٹی کولگام نے آج ایگزیکٹو مجسٹریٹس کے لیے ایک آگاہی پروگرام منعقد کیا جس میں جائیداد کے تنازعات سے پیدا ہونے والے امن عامہ کے خطرات سے نمٹنے اور غیر طبعی اموات سے متعلق معاملات کی تفتیش کے امور پر توجہ مرکوز کی گئی۔ یہ پروگرام سی سیکریٹریٹ کولگام کے کانفرنس ہال میں ضلعی قانونی خدمات اتھارٹی کے چیئرمین اور پرنسپل ڈسٹرکٹ اینڈ سیشنز جج کولگام اعجاز احمد خان کی ہدایات پر منعقد کیا گیا۔ پروگرام کا مقصد ایگزیکٹو مجسٹریٹس، جن میں تحصیلدار اور نائب تحصیلدار بھی شامل تھے، کی اس حوالے سے قانونی اور طریقہ کار سے متعلق سمجھ بوجھ کو مزید بہتر بنانا تھا کہ جائیداد کے تنازعات سے پیدا ہونے والے معاملات میں امن عامہ کو برقرار رکھنے کے لیے کن قانونی اقدامات اور طریقہ کار پر عمل کیا جائے۔

بارہمولہ میں پولیس کی جانب سے تھانہ دیوس اور عوامی شراکت داری اجلاس منعقد

منشیات کے خاتمے اور عوامی تحفظ سے متعلق مسائل سنے

(بارہمولہ)

عوامی رابطہ اور کمیونٹی شمولیت کے سلسلے کو جاری رکھتے ہوئے بارہمولہ پولیس نے ضلع بھر کے 30 مقامات پر تھانہ دیوس اور پولیس کمیونٹی پارٹنرشپ گروپ (پی سی پی جی) کے اجلاس منعقد کیے۔ یہ اجلاس سچلواران، کنیسپورہ، کرالپار، میر ہیر، ڈی پی ایس کالونی، شاہی ہمدان کالونی، گوجری محلہ، نیوران، باباشپورہ، اوڑینہ، کمار محلہ، پٹھان پورہ، وسان، واہدینہ، وری پورہ پائین، کواہر بالا، سنگواری بالا، آٹی پورہ، چیک تریاغاس، درویش پورہ، الاپورہ، بٹہ پتھری، ال پتھری، پران پیلن، بیلہ سلام آباد، سنگھ ننگ، ذہن پورہ، سلام آباد دچنہ اے اور بی، وردکوٹ اور سلطان ڈکی میں منعقد کیے گئے۔ اجلاسوں کے دوران پولیس افسران نے مقامی باشندوں، پنچایتی راج اداروں کے نمائندوں اور دیگر کمیونٹی اراکین سے بات چیت کی۔

پلوامہ میں ذہنی معذوری سے متاثرہ افراد کیلئے آگاہی پروگرام

انصاف تک مساوی رسائی سے متعلق معلومات فراہم کی گئیں

(پلوامہ)

ضلعی قانونی خدمات اتھارٹی پلوامہ نے نالسا (ذہنی بیماری اور ذہنی معذوری کے شکار افراد کے لیے قانونی خدمات) اسکیم 2024 کے حوالے سے ایک آگاہی پروگرام منعقد کیا۔ پروگرام کا مقصد ذہنی بیماری اور ذہنی معذوری سے متاثرہ افراد کے قانونی حقوق، مراعات اور مفت قانونی خدمات تک رسائی سے متعلق آگاہی کو فروغ دینا تھا۔ پروگرام کے دوران شرکاء کو اسکیم کی مختلف دفعات، قانونی امداد کی اہمیت اور کمزور و پسماندہ افراد کو انصاف تک مساوی رسائی فراہم کرنے میں قانونی خدمات اتھارٹی کے کردار سے آگاہ کیا گیا۔ اس موقع پر ذہنی بیماری اور ذہنی معذوری سے متاثرہ افراد کے وقار، حقوق اور مفادات کے تحفظ پر خصوصی زور دیا گیا۔ اس بات کو یقینی بنانے کی ضرورت اجاگر کی گئی کہ کسی بھی فرد کو قانونی نمائندگی یا دستیاب دیگر قانونی چارہ جوئی کے ذرائع سے محروم نہ کیا جائے۔ پینل وکیل ایڈووکیٹ مسعود احمد ماگری نے بطور ماہر مقرر خطاب کرتے ہوئے ضلع قانونی خدمات اتھارٹی اور تحصیل قانونی خدمات کمیٹیوں کے ذریعے مفت قانونی امداد، قانونی مشاورت، معاونت اور ضرورت کے مطابق قانونی نمائندگی حاصل کرنے کے لیے دستیاب مختلف طریقہ کار پر روشنی ڈالی۔

ڈی سی پونچھ نے این ایچ 144 اے کی تعمیر میں رکاوٹوں کا جائزہ لیا

(پونچھ)

ڈپٹی کمشنر پونچھ اشوک کمار شرما نے آج ڈی سی آفس کے کانفرنس ہال میں ایک اجلاس کی صدارت کرتے ہوئے اکھنور۔پونچھ قومی شاہراہ 144 اے کی تعمیر میں حائل رکاوٹوں اور دیگر مسائل کا جائزہ لیا۔ اجلاس میں کلکٹر لینڈ ایکوزیشن ڈیفنس راجوری/پونچھ، اسسٹنٹ کمشنر ریونیو، سرنکوٹ اور مینڈھر کے سب ڈویژنل مجسٹریٹس، 79 آر سی سی جی آر ای ایف کے آفیسر کمانڈنگ، 58 آر سی سی جی آر ای ایف کے آفیسر کمانڈنگ، تحصیلدار حویلی، سرنکوٹ اور مینڈھر کے علاوہ دیگر متعلقہ افسران نے شرکت کی۔ ڈپٹی کمشنر نے اراضی کے حصول، محصولات سے متعلق معاملات اور فیلڈ سطح پر درپیش دیگر رکاوٹوں کا تفصیلی جائزہ لیا۔ انہوں نے متعلقہ افسران اور ایجنسیوں کو ہدایت دی کہ وہ قریبی تال میل کے ساتھ کام کریں اور شناخت کی گئی رکاوٹوں کو مقررہ مدت کے اندر دور کرنے کے لیے ضروری اقدامات کریں۔

ڈیجیٹل بااختیاری اور جامع ترقی سے خود کفیل اور مستقبل کیلئے تیار بھارت کی تعمیر

ڈیجیٹل جدت، مالی شمولیت، مقامی ٹیکنالوجی اور عوامی شراکت داری نے ملک کی ترقی کو نئی رفتار دی/ کھٹانہ

(نئی دہلی)

بھارتیہ جنتا پارٹی کے سینئر رہنما اور راجیہ سبھا کے رکن انجینئر غلام علی کھٹانہ نے کہا ہے کہ وزیر اعظم نریندر مودی کی دور اندیش قیادت میں بھارت کی تبدیلی نہ صرف معاشی ترقی بلکہ عام شہریوں کی زندگیوں میں بھی تیزی سے نمایاں ہو رہی ہے۔ انہوں نے کہا کہ ڈیجیٹل جدت، مالی شمولیت، مقامی ٹیکنالوجی اور پائیدار ترقی نے ملک کی مجموعی پیش رفت کو نئی سمت فراہم کی ہے۔ انجینئر کھٹانہ نے بھارت کے ڈیجیٹل عوامی بنیادی ڈھانچے کی غیر معمولی توسیع کو اجاگر کرتے ہوئے بالخصوص متحدہ ادائیگی نظام (یو پی آئی) کا ذکر کیا، جو ملک بھر میں روزمرہ لین دین کا ایک اہم حصہ بن چکا ہے۔ مالی سال 2025-26 کے دوران یو پی آئی کے ذریعے 162,24 کروڑ لین دین ریکارڈ کیے گئے، جن کی مجموعی مالیت تقریباً 314 لاکھ کروڑ روپے رہی۔ انہوں نے کہا کہ یہ اعداد و شمار بھارت میں جاری وسیع پیمانے کی ڈیجیٹل تبدیلی کی عکاسی کرتے ہیں۔ انہوں نے مالی شمولیت کی اہمیت اور وزیر اعظم جن دھن یوجنا کے تحت باقاعدہ بینکاری سہولیات تک رسائی میں ہونے والی توسیع پر بھی زور دیا۔ ان کے مطابق اس اقدام نے معاشرے کے وسیع طبقات تک مالی خدمات اور سرکاری فوائد کی فراہمی کو مزید مضبوط بنایا ہے۔ انجینئر کھٹانہ نے صحت کے شعبے میں بھارت کی مقامی جدت طرازی کی بڑھتی ہوئی صلاحیتوں کو بھی اجاگر کیا۔

عرس مبارک حضرت غوث الاعظمؒ کے دوسرے روز بھی

زیارت پیر دستگیر صاحبؒ خانیار شریف اور سرائے بالا میں تقاریب

(سرینگر)

عرس مبارک حضرت پیران پیر غوث الاعظم حضرت سید عبدالقادر جیلانیؒ کے دوسرے روز آج نماز جمعہ پر زیارتگاہوں، خانقاہوں اور مساجد میں بڑے بڑے اجتماعات منعقد ہوئے جہاں علماء حضرات اور ائمہ مساجد نے غوث پاکؒ کی سیرت پر روشنی ڈالی۔ دستگیر صاحبؒ خانیار شریف میں منعقدہ تقریب کی پیشوائی سجادہ نشین الحاج سید خالد گیلانی نے کی جبکہ قدیم درگاہ غوثیہ رہبابہ صاحب عالی کدل میں سجادہ نشین، متولی و نشاندہ الحاج سید بہاؤ الدین قادری منطقی نے کی اور خانقاہ نقشبندیہ میں منعقدہ تقریب کی پیشوائی پروفیسر محمد طیب کاملی نے کی۔ میر واعظ کشمیر مولانا ریاض احمد ہمدانی نے خانقاہ جامع پانپور میں نماز جمعہ سے قبل حضرت محبوب سبحانی شیخ عبدالقادر جیلانیؒ کی پاک سیرت، علمی اور روحانی کمالات پر واعظ تبلیغ فرمایا۔ انہوں نے کہا کہ شاہ جیلانؒ نے اسلام کی جو آبیاری تبلیغ و اشاعت اور ان کے تاریخی اسلامی کارنامے، روحانی اور علمی کمالات عالم اسلام کی تاریخ میں ایک سنہری باب ہے اور آن کی تعلیم قرآن و حدیث پر مبنی اور ہمارے لئے مشعل راہ ہے۔

اداروں میں یوتھ چیپٹرز اور کیمپس ایمبیسیڈرز کی نامزدگی یقینی بنائی جائے

وکست بھارت ینگ لیڈرز ڈائیلاگ، مشن یوا، تجرباتی تعلیم اور نوجوانوں کی شمولیت کے اقدامات کا جائزہ

(بڈگام)

ڈپٹی کمشنر بڈگام اطہر عامر خان نے آج مائی بھارت کی ضلعی مشاورتی کمیٹی کے دوسرے اجلاس کی صدارت کی اور نوجوانوں سے متعلق مختلف اقدامات اور پروگراموں میں پیش رفت کا جائزہ لیا۔ کمیٹی نے ضلعی مشاورتی کمیٹی کے پہلے اجلاس میں لیے گئے فیصلوں اور طے شدہ اقدامات پر عملدرآمد کا جائزہ لیا۔ اس کے بعد وکست بھارت ینگ لیڈرز ڈائیلاگ (وی بی وائی ایل ڈی) کوئز، مشن یوا، ٹی بی مکت بھارت ابھیان اور تجرباتی تعلیمی پروگرام سے متعلق امور پر تفصیلی تبادلہ خیال کیا گیا۔ ڈپٹی کمشنر نے متعلقہ افسران کو ہدایت دی کہ وکست بھارت ینگ لیڈرز ڈائیلاگ اور مائی بھارت کی دیگر سرگرمیوں میں طلبہ اور نوجوانوں کی زیادہ سے زیادہ شرکت یقینی بنانے کے لیے مربوط کوششیں کی جائیں۔ انہوں نے نوجوانوں کو قیادت، ثقافت، سماجی خدمت، ترقیاتی سرگرمیوں اور نوجوانوں کو بااختیار بنانے سے متعلق اقدامات میں زیادہ مواقع فراہم کرنے کے لیے مختلف محکموں کے درمیان بہتر تال میل کی ضرورت پر زور دیا۔ ڈپٹی کمشنر نے محکموں کو یہ بھی ہدایت دی کہ اسکولوں، کالجوں اور دیگر تعلیمی اداروں میں یوتھ چیپٹرز اور کیمپس ایمبیسیڈرز کی نامزدگی یقینی بنائی جائے۔

نالہ مدھومتی میں ڈوبنے کے واقعات سے بچاؤ کیلئے آگاہی مہم

حساس علاقوں میں اکتوبر اور نومبر کے دوران خصوصی پروگرام

(بانڈی پورہ)

ضلع انتظامیہ بانڈی پورہ نے نالہ مدھومتی کے کنارے واقع حساس علاقوں میں وسیع پیمانے پر آگاہی مہم چلانے کا فیصلہ کیا ہے، جس کا مقصد مقامی آبادی کو ڈوبنے کے واقعات کے خطرات اور نالے کے آس پاس اختیار کی جانے والی ضروری احتیاطی تدابیر سے آگاہ کرنا ہے۔ مہم کے دوران بالخصوص بچوں اور نوجوانوں کو نالے میں تیرنے یا نہانے اور نالے کے خطرناک حصوں کے قریب جانے سے گریز کرنے کے حوالے سے آگاہ کیا جائے گا۔ آگاہی پروگراموں میں اسکولوں کے طلبہ، اساتذہ، مذہبی رہنما، مقامی مسجد کمیٹیاں، آنگن واڑی کارکنان، آشا کارکنان، متعلقہ علاقوں کے باشندے اور دیگر دلچسپی رکھنے والے افراد شرکت کریں گے۔

میٹنگ یو: ایک ماں کی اپنی وفات پا جانے والی بیٹی سے 'ملاقات'

ہم میں سے بہت سے افراد کے لیے غم و الم ناک مگر زندگی کی اٹل حقیقت ہے اور اگر کسی شخص کے بچے کی وفات ہو جائے تو ان کے غم کو بھلا پانا اور بھی مشکل ہو جاتا ہے۔

لیکن جنوبی کوریا میں ایک خاتون ورچوئل ریئلٹی کی مدد سے اپنی سات سالہ بچی کی وفات کے دکھ کو بھلا رہی ہیں۔

چار سال قبل ایک ناقابلِ علاج خون کا مرض جینگ جی سونگ کی تیسری بیٹی نا یوان کی اچانک موت کا باعث بنا۔

ایک ٹی وی پروڈکشن ٹیم نے آٹھ ماہ میں نایوان کی تھری ڈی تصویر بنائی۔

ٹیم نے موشن کیپچر ٹیکنالوجی کا استعمال کرتے ہوئے ایک اداکار بچی کی حرکات کیمرہ بند کیں۔ ان کیمرہ بند حرکات کا استعمال کرتے ہوئے نایوان کی حرکات کو دوبارہ تخلیق کیا گیا۔ اس کے بعد ان کی آواز تخلیق کی گئی۔

پروڈکشن ٹیم نے ایک ورچوئل پارک بھی تخلیق کیا جہاں والدہ اور بیٹی کی ملاقات ہوئی۔ یہ پارک اس پارک کے طرز پر تخلیق کیا گیا جہاں وہ اصل زندگی میں جاتے تھے۔

میٹنگ یو نامی دستاویزی فلم ایم بی سی نامی چینل پر دکھائی گئی اور تب سے اب تک اسے لاکھوں جنوبی کوریائی افراد دیکھ چکے ہیں۔

والدہ اور بیٹی کا دوبارہ ملنا دستاویزی فلم کا سب سے زیادہ جذباتی سین تھا۔

اس سین میں نا یوان جینگ جی سونگ کی طرف دوڑ کر آتی ہے اور کہتی ہے امی! آپ کہاں رہ گئی تھیں؟ کیا آپ نے میرے بارے میں سوچا؟

جی سونگ روتے ہوئے اپنی بیٹی نایوان کی ورچوئل ریئلٹی کی مدد سے بنائی گئی تصویر کو گلے ملنے کے لیے لپکتی ہیں اور ٹی وی پروڈکشن کریو کے لوگ بھی آنکھوں میں آنسو لیے یہ مناظر دیکھ رہے ہوتے ہیں۔

وہاں موجود خاندان کے دیگر افراد بھی بہت افسردہ نظر آ رہے تھے۔

وفات پا جانے والے پیاروں سے ملاقات

اس دستاویزی فلم نے وفات پا جانے والے عزیر و اقارب سے ملاقات کرنے کے اخلاقی اور نفسیاتی اثرات کے بارے میں بحث چھیڑ دی ہے۔

کچھ لوگوں کا خیال ہے کہ یہ لواحقین کو ذہنی سکون فراہم کر سکتا ہے لیکن کچھ لوگوں کا ماننا ہے کہ یہ انھیں اپنی زندگیوں میں آگے بڑھنے سے روک سکتا ہے۔

یوٹیوب پر پوسٹ کی گئی 10 منٹ کی ویڈیو کو ایک کروڑ 30 لاکھ سے زائد بار دیکھا جا چکا ہے اور اس پر 19 ہزار سے زائد کمنٹس ہیں۔

کچھ صارفین نے تشویش کا اظہار کیا ہے کہ یہ تجربہ جی سونگ کو مزید افسردگی اور نا امیدی کا شکار کر دے گا۔ ایک اور صارف نے خیال کیا کہ آیا یہ تجربہ جنت کا احساس فراہم کر رہا تھا یا دوزخ کا ہم میں سے بہت سے افراد کے لیے غم و الم ناک مگر زندگی کی اٹل حقیقت ہے اور اگر کسی شخص کے بچے کی وفات ہو جائے تو ان کے غم کو بھلا پانا اور بھی مشکل ہو جاتا ہے۔

لیکن جی سونگ کے مطابق ان کو اس سے مدد ملی ہے۔ ان کے بیٹی کی وفات کے بعد انھوں نے اس کا نام اپنے جسم پر ٹیٹو کروایا اور اس کی تصاویر پورے گھر میں لگا دیں۔

وفات کے بعد آخری رسومات میں ان کی بیٹی کے جسدِ خاکی کو جلا کر اس کی راکھ محفوظ کر لی گئی۔ انھوں نے اپنی بیٹی کی راکھ کو ایک ہار کی شکل میں گلے میں پہن لیا۔

والدہ کا کہنا تھا کہ ان کے خواب میں نا یوان پریشان لگتی تھیں لیکن ورچوئل ملاقات میں نایوان مسکرا رہی تھیں۔

بی بی سی کورین سے بات کرنے والے ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ جی سونگ کا تجربہ ان کو وقت سے پہلے اپنی بیٹی کو کھو دینے کے دکھ سے نمٹنے میں مدد کر سکتا ہے۔

کوریا یونیورسٹی کے مائنڈ ہیلتھ انسٹیٹیوٹ کی گوئن کیو کہتی ہیں کہ غیر متوقع غم کی وجہ سے کچھ عرصے تک شدید درد سے گزرنے والے افراد کے لیے مناسب الوداع کہنا کافی مددگار ہو سکتا ہے۔

یونسئی یونیورسٹی کی ڈونگ وی لی نے بی بی سی کو بتایا کہ بے چینی، فوبیا، ڈیمینشیا اور ڈیپریشن جیسے امراض کا علاج کرنے کے لیے ورچوئل ریئلٹی اور آگمینٹڈ ریئلٹی کا استعمال کیا جاتا ہے۔

برطانیہ میں ایک ورچوئل ریئلٹی کے پراجیکٹ میں سنہ 1953 میں ملکۂ برطانیہ کی تاج پوشی کو دوبارہ تخلیق کیا گیا تاکہ ڈیمینشیا کے شکار بزرگ مریضوں کی یادداشت واپس لائی جا سکے۔ جیسے ہی وہ گزرے ہوئے وقت میں واپس جاتے ہیں، ان کے ذہنوں میں چھپی ہوئی پرانی یادیں واپس آتی ہیں۔

لیکن پروفیسر ڈونگ وی لی کہتی ہیں کہ ورچوئل ریئلٹی اور غم کے حوالے سے تجربات کرتے ہوئے کاؤنسلر کی خدمات حاصل کرنا ضروری ہیں تاکہ زیادہ غم کے احساس جیسے منفی اثرات سے بچا جا سکے۔

آخری الوداع

پروگرام کے ڈائریکٹر لی ہیون سیوک نے بی بی سی کورین کو بتایا کہ پلاننگ سے لے کر دستاویزی فلم کے مکمل ہونے تک، ٹیم نے بڑے دھیان سے اس منصوبے پر کام کیا اور ہر چیز جی سونگ کی نایوان کے ساتھ گزری یادوں پر مبنی تھی۔

فلم کے آخر میں نایوان اپنی والدہ کو ایک پھول دیتی ہیں اور پھر یہ کہہ کر لیٹ جاتی ہیں کہ وہ تھک گئی ہیں۔ پھر وہ کہتی ہیں کہ وہ ہمیشہ اپنی والدہ سے محبت کریں گی۔

دونوں ایک دوسرے کو الوداع کہتے ہیں اور پھر نایوان سو جاتی ہیں۔ پھر وہ ایک سفید تتلی میں تبدیل ہو کر آہستہ سے اڑ

سنگاپور کی جانب سے خبروں والے فیس بک پیجز بلاک کرنے کے حکم پر فیس 'انتہائی فکرمند'

سنگاپور کی جانب سے خبروں والے فیس بک پیجز تک رسائی بند کرنے کے حکم پر فیس بک نے فکرمندی کا اظہار کیا ہے۔

سنگاپور کا کہنا تھا کہ 'سٹیٹ ٹائمز ریویو' نامی سائیٹ نے ملک میں فیک نیوز کے خلاف حالیہ عرصے میں متعارف کرائے جانے والے قانون کی خلاف ورزی کی ہے اور یہ سائیٹ بار بار 'جھوٹ' پھیلانے کی مرتکب ہوئی ہے۔

اگرچہ فیس بک کا کہنا ہے کہ وہ 'قانونی طور پر مجبور ہے کہ اس حکم پر عمل کرے، لیکن یہ حکم اس کے لیے 'شدید پریشانی' کا باعث ہے۔

فیس بک کا مزید کہنا تھا کہ سنگاپور کے اس حکم سے اظہار رائے کی آزادی پر قدغن لگ سکتی ہے۔'

سنگاپور میں یہ نیا قانون اکتوبر میں نافذ کیا گیا تھا اور اسے 'آن لائن جھوٹ اور چالبازی سے تحفظ کا بل' (پروٹیکشن فرام آن لائن فالسہڈ اینڈ مینیپولیشن بل) یا 'پوفما' کہا جاتا ہے۔

نیا قانون متعارف کراتے ہوئے سنگاپور کی حکومت کا کہنا تھا کہ اسے اس قانون کی ضرورت اس لیے پیش آئی کیونکہ جعلی خبریں نسلی اور مذہبی ہم آہنگی میں خلل پیدا کر سکتی ہیں اور حکومت کو ایسے اختیارات کی ضرورت تھی جن سے ایسے جھوٹ کے خلاف فوری اقدامات کیے جا سکیں جو بہت تیزی سے پھیل جاتا ہے۔

اس حوالے سے فیس بک کے ایک ترجمان نے بی بی سی کو ایک بیان میں کہا کہ 'ہم سمجھتے ہیں کہ اس قسم کے احکامات بے اعتدالی پر مبنی ہیں اور ان سے حکومت کے اس دعوے کی نفی ہوتی ہے کہ پوفما کو سینسر کے ہتھیار کے طور پر استعمال نہیں کیا جائے گا۔'

'ہم بار بار یہ نشاندہی کر چکے ہیں کہ یہ قانون ضرورت سے زیادہ سختی کا باعث بن سکتا ہے اور ہم اس بات پر بھی نہایت پریشان ہیں کہ یہ قانون سنگاپور میں آزادی اظہار پر پابندی کے حوالے سے (بری) مثال قائم کرے گا۔'

سنگاپور کے حکام کا کہنا تھا کہ جنوری میں سٹیٹس ٹائمز ریویو (ایس ٹی آر) نے فیس بک پر ایک پوسٹ کی تھی جس میں یہ جھوٹا دعویٰ کیا گیا تھا کہ سنگاپور میں منہ پر لگانے والے ماسک ختم ہو گئے ہیں۔ 'یہ مضمون کورونا وائرس کے تناظر میں لکھا گیا تھا اور وائرس کے سنگاپور میں

پھیلنے کے خدشات کے بعد بہت سے لوگوں نے ماسک خریدنا شروع کر دیے تھے۔

اگرچہ سنگاپور اپنے ہاں کورونا وائرس کے درجنوں مریضوں کے بارے میں بتا چکا ہے، تاہم حکومت کا موقف یہی رہا ہے کہ وبا کو پھیلنے سے روکنے کے لیے اس کے پاس خاطر خواہ انتظامات موجود ہیں۔

ایس ٹی آر کی جانب سے فیس بک پر مذکورہ مضمون شائع کیے جانے پر حکومت نے اسے حکم دیا کہ وہ ایک تصحیح جاری کرے جس میں لکھا جائے کہ اس نے جو معلومات شائع کی تھیں وہ غلط تھیں، تاہم حکومت کے اس حکم کو نظر انداز کر دیا گیا تھا۔

پھر 15 فروری کو وزارتِ اطلاعات و نشریات نے ایس ٹی آر کو حکم دیا کہ وہ اپنے فیس بک پیج پر یہ نوٹس لگائے کہ یہ ایک 'ڈیکلیئرڈ آن لائن لوکیشن' (اعلانیہ آن لائن سائیٹ) ہے۔ اس کا مطلب یہ تھا کہ جو بھی اس پیج پر آئے وہ خبردار رہے کہ اس پیج کی تاریخ ہے کہ یہاں جھوٹی خبریں شائع ہوتی رہی ہیں۔'

ایس ٹی آر نے اپنے پیج پر یہ نوٹس نہیں لگایا۔

بلکہ حکام کا کہنا تھا کہ یہ پیج چلانے والوں نے اپنا یو آر ایل ہی تبدیل کر دیا، جس کے بعد وزارت کو فیس بک کو لکھنا پڑا کہ وہ سنگاپور میں رہنے والے صارفین کی رسائی بند کر دے۔

وزیر اطلاعات و نشریات ایس ایسواان کا کہنا تھا کہ وائرس کی وبا کے تناظر میں اس قسم کی جھوٹی خبروں کے خلاف 'فوری اقدامات' کرنا خاص طور پر اہم ہو چکا تھا۔

'اگر ہم ایسا نہ کریں تو اس قسم کے جھوٹ سے (لوگوں میں) بے چینی، خوف، حتیٰ کہ افراتفری پھیل سکتی ہے۔'

گزشتہ نومبر سے اب تک ایس ٹی آر کے فیس بک پیج کو تین مرتبہ حکم دیا جا چکا ہے کہ وہ اپنے مواد میں تصحیح کرے۔

اس دوران جب فیس بک کو ایک مرتبہ ہدایت کی گئی کہ وہ ایس ٹی آر کے صفحے پر تصحیح شائع کرے تو فیس بک نے اس حکم پر عمل کر دیا تھا۔ فیس بک کی انتظامیہ نے مذکورہ نوٹس میں لکھا تھا کہ 'قانون تقاضہ کرتا ہے کہ فیس بک آپ کو مطلع کرے کہ سنگاپور کی حکومت کے بقول (اس پیج پر شائع ہونے والی فلاں پوسٹ) جھوٹ تھی۔'

ایس آر ٹی کے ایڈیٹر، ایلکس ٹین ہیں جن کا تعلق آسٹریلیا سے ہے اور گزشتہ برس انہوں نے کہا تھا کہ وہ ایک غیر ملکی حکومت کے حکم پر عمل نہیں کریں گے۔'

اگر فیس بک حکم پر عمل نہ کرتا تو کیا ہوتا؟

پوفما کا قانون سنگاپور کی حکومت کو اجازت دیتا ہے کہ اگر وہ کسی خبر کو جھوٹ سمجھتی ہے یا یہ سمجھتی ہے کہ یہ خبر 'مفادِ عامہ کے خلاف ہے' تو وہ مذکورہ آن لائن پلیٹ فارم کو حکم دے سکتی ہے کہ اس مواد کو ہٹائے یا اسے درست کرے۔

یوں اگر حکومت یہ سمجھتی کہ فیس بک نے اس کے حکم پر عمل نہیں کیا تو فیس بک قانون شکنی کا مرتکب ٹھہرتا۔

اگر ایسا ہوتا تو فیس بک کو 20 ہزار ڈالر یومیہ کا جرمانہ ہو سکتا تھا، جس کی زیادہ سے زیادہ حد پانچ لاکھ ڈالر ہے۔

یاد رہے کہ ایشیا پیسفک کے ممالک کے لیے فیس بک کا صدر دفتر سنگاپور میں ہے۔ اس کے علاوہ فیس بک نے اپنا ڈیٹا سینٹر تعمیر کرنے کے لیے ملک میں ایک ارب ڈالر کی سرمایہ کاری بھی کر رکھی ہے۔ اس سینٹر کا افتتاح 2022 میں متوقع ہے۔

فیک نیوز کے قانون کے بارے میں کیا کہا جا رہا ہے؟

سنگاپور کی حکومت نے ذرائع ابلاغ پر ہمیشہ مضبوط گرفت رکھی ہے۔ میڈیا کی آزادی کے حوالے سے کی جانے والی عالمی درجہ بندی میں اس سال 180 ممالک میں سنگاپور کا نمبر 151 واں رہا ہے۔

ناقدین کا کہنا ہے کہ مذکورہ قانون سے آزادی اظہار کو خطرہ ہے۔ حقوق انسانی کی تنظیم ایمنیسٹی انٹرنیشنل کا کہنا تھا کہ اس قانون سے 'حکومت کو اس کی مرضی کے خلاف آن لائن شائع ہونے والے خیالات کی سرکوبی کرنے کے لیے بے لگام اختیارات مل جائیں گے۔'

لیکن سنگاپور کے وزیر قانون کا کہنا تھا کہ اس بل سے آزادی اظہار کو متاثر نہیں ہونا چاہیے' کیونکہ اس قانون کا مقصد صرف فیک اکاؤنٹس، ٹرولز اور ایسی خبروں کا سدباب کرنا ہے جو جھوٹ پر مبنی ہوتی ہیں۔'

امپوسٹر سینڈروم: لوگوں کو معلوم ہو گیا کہ میں 'جعل ساز' ہوں تو کیا ہو گا؟

آپ کو ہر وقت دھڑکا لگا رہتا ہے کہ آپ ایک دن پکڑے جائیں گے اور پھر لوگ کہیں گے کہ آپ تو بالکل جعلی ثابت ہوئے

یہ ایک ایسی چیز ہے جو اچھے لوگوں میں پائی جاتی ہے کہ معروف امریکی ادیبہ، شاعرہ اور سماجی کارکن مایا اینجلو سے لیکر مایہ ناز اداکار ٹام ہینکس، سابق امریکی خاتون اول مشل اوباما سے لیکر ہسپانوی ماڈل اور اداکارہ پینیلپی کروز تک، سب ہی شکایت کرتے آئے ہیں کہ وہ اس کا شکار رہے ہیں۔

دوسری جانب اس میں بھی کوئی شک نہیں کہ یہ ساری شخصیات اپنے اپنے شعبوں میں کامیاب ترین لوگوں میں شمار ہوتی ہیں اور انتہائی مشہور بھی ہیں۔

لیکن یہ تمام شخصیات اس چیز کے خلاف کے جدوجہد کرتی رہی ہیں جسے عرفِ عام میں 'امپوسٹر سینڈروم' کہا جاتا ہے۔

یہ اصطلاح پہلی مرتبہ سنہ 1970 کے عشرے میں منظرِ عام پر آئی تھی اور کہا جاتا ہے کہ ہم میں سے 70 فیصد لوگ زندگی کے کسی نہ کسی مقام پر اس ذہنی مسئلے کا شکار ہو جاتے ہیں۔

برطانیہ کی یونیورسٹی آف سینٹرل لنکاشائر کے شعبۂ نفسیات سے منسلک ڈاکٹر سینڈی مین 'امپوسٹر سینڈروم' کے بارے میں کرتے ہوئے بتاتی ہیں کہ اس میں تین چیزیں ہوتی ہیں۔

پہلی یہ کہ آپ کو یہ وہم ہو جاتا ہے کہ دوسرے لوگوں کے خیال میں آپ بہت زیادہ صلاحیتوں کے مالک اور بہت ماہر شخص ہیں لیکن آپ سمجھتے ہیں کہ آپ اصل میں اتنے ماہر نہیں جتنا لوگ سمجھتے ہیں۔

امریکہ کی سابق خاتون اول مشل اوباما نے امپوسٹر سینڈروم میں مبتلا ہونے کے بارے میں کھل کے بات کی

دوسری علامت یہ ہے کہ آپ کو ہر وقت دھڑکا لگا رہتا ہے کہ آپ ایک دن پکڑے جائیں گے اور پھر لوگ کہیں کہ آپ تو بالکل جعلی ثابت ہوئے۔

اور اس کی تیسری علامت یہ ہے کہ اگر آپ کو کامیابی ملتی ہے اور یہ جانتے ہوئے بھی کہ یہ آپ کی اپنی محنت کا پھل ہے، آپ اس کا سہرا اپنی قابلیت اور مہارت کے سر باندھنے کی بجائے اس کا ذمہ دار بھی قسمت یا دوسرے لوگوں کو سمجھتے ہیں۔

اس کیفیت سے گزرنے والی مشہور شخصیات

خود پر اعتماد نہ کرنے کا شکار صرف ہم جیسے عام لوگ نہیں ہوتے بلکہ نہایت مشہور لوگ بھی ہو جاتے ہیں۔

مثلاً عظیم سائنسدان البرٹ آئن سٹائن کے بارے میں مشہور ہے کہ انھوں نے اپنے ایک دوست کو بتایا تھا کہ جب لوگ ان کی اتنی زیادہ تعریفیں کرتے ہیں اور کہتے ہیں کہ آپ نے تو فزکس کی دنیا میں انقلاب برپا کر دیا ہے، تو وہ پریشان ہو جاتے تھے۔

ان کا کہنا تھا 'میرے کام کو جب اس قدر کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے تو بہت بے چینی ہونے لگتی ہے اور میں یہ سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہوں کہ اصل میں، میں کوئی بہت بڑا دھوکے باز تو نہیں۔'

اسی طرح دو مرتبہ آسکر ایوارڈ جیتنے والے اور 70 سے زیادہ فلموں میں اداکاری کے جوہر دکھانے والے ٹام ہینکس نے سنہ 2016 میں بتایا تھا کہ وہ اپنے پورے فلمی کیریئر کے دوران یہی کوشش کرتے رہے کہ اپنی صلاحیتوں پر شک کرنا چھوڑ دیں۔

ایک ریڈیو انٹرویو میں ان کا کہنا تھا 'اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ ہم زندگی میں کیا کچھ حاصل کر چکے ہیں، ایک وقت آتا ہے کہ آپ سوچنے لگتے ہیں کہ آخر میں اس مقام تک پہنچا کیسے؟ جب لوگوں کو پتہ چلے گا کہ اصل میں ساری زندگی انھیں دھوکہ دیتا رہا ہوں تو وہ میرے ہاتھ سے سب کچھ واپس لے لیں گے۔'

مشل اوباما کا کہنا تھا کہ انھیں بداعتمادی کی اس سوچ نے 'اتنا اپاہج کر دیا تھا کہ اس سے ان کی شخصیت اور اپنی ذات پر اعتبار اٹھ گیا تھا۔'

'کسی حد تک اب بھی مجھ میں یہ (امپوسٹر سینڈروم) پایا جاتا ہے۔ یہ کبھی نہیں جاتا، یہ احساس کبھی نہیں جاتا کہ آیا دنیا کو چاہیے کہ مجھے اہمیت دے، مجھے کوئی چیز سمجھے۔ (اپنی نظر میں) میں صرف مشل اوباما ہوں، امریکہ کے جنوبی (غریب) علاقے کی وہ چھوٹی سی لڑکی جو سرکاری سکول جایا کرتی تھی۔'

خود کو تباہ کر لینا اپنی ذات میں بہتری لانے کے لیے اپنی صلاحیتوں پر تھوڑا بہت شک کرنا اچھا ہوتا ہے لیکن خیال رہے کہ اس قسم کی خاکساری بہت جلد خود آپ کی اپنی تباہی میں بھی بدل سکتی ہے۔

ڈاکٹر مین کہتی ہیں کہ نفسیاتی مشوروں کے لیے ان کے پاس کئی مرتبہ ایسے لوگ بھی آئے جو بڑے بڑے عہدوں پر فائز تھے لیکن وہ بھی امپوسٹر سینڈروم کا شکار تھے۔ بظاہر یہ لوگ جعلی یا نقلی نہیں تھے لیکن انھیں خوف تھا کہ ایک دن لوگ انھیں دھوکے باز کہیں گے۔ امپوسٹر سینڈروم میں مبتلا کئی لوگ اپنی پیشہ ورانہ حیثیت میں ترقی کرنے سے بھی ہچکچاتے ہیں کیونکہ انھیں لگتا ہے کہ وہ پہلے ہی اپنی صلاحیت یا حیثیت سے بڑے عہدے پر پہنچ چکے ہیں۔

ماہر نفسیات ہی لینگ کا سٹر جیمز کہتی ہیں 'امپوسٹر سینڈروم میں مبتلا ہونے کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ہم اس خوف میں پڑ جاتے ہیں کہ کسی کو ہمارے بارے میں پتہ چل جائے گا یا یہ کہ ہم لوگوں کی توقعات پر پورے نہیں اتر سکیں گے۔'

اے طائرِ لاہوتی اس رزق سے موت اچھی
جس رزق سے آتی ہو پرواز میں کوتاہی

روزنامہ

روزنامہ صورت حال

اتوار ۱۴ ربیع الثانی ۱۴۴۸ھ ۲۷ ستمبر ۲۰۲۶

سیاست میں جرائم پیشہ عناصر کا بڑھتا ہوا اثر

بھارت کی آزادی کے بعد ابتدائی کئی دہائیوں میں سیاست اور اقتدار کے میدان میں ایسے رہنما نمایاں رہے جنہوں نے عوامی خدمت، جمہوری اقدار اور ملکی مفاد کو اپنی سیاست کا بنیادی مقصد قرار دیا۔ اگرچہ اس دور کو مکمل طور پر مسائل سے پاک قرار نہیں دیا جا سکتا، تاہم مجموعی طور پر سیاست میں عوامی خدمت کا تصور زیادہ نمایاں تھا اور جرائم پیشہ پس منظر رکھنے والے افراد کے لیے سیاسی میدان میں جگہ بنانا نسبتاً مشکل سمجھا جاتا تھا۔

وقت گزرنے کے ساتھ سیاست کا انداز بھی تبدیل ہوتا گیا۔ انتخابات میں دولت، طاقت، اثر و رسوخ اور ذاتی مفادات کا کردار بڑھنے لگا۔ اسی ماحول میں ایسے افراد بھی سیاست میں داخل ہونے لگے جن پر سنگین نوعیت کے مجرمانہ مقدمات یا جرائم سے وابستگی کے الزامات موجود تھے۔ بعض سیاسی جماعتوں نے بھی انتخابی فائدے، مقامی اثر و رسوخ اور ووٹ حاصل کرنے کی صلاحیت کو ترجیح دیتے ہوئے ایسے امیدواروں کو اپنے ساتھ شامل کیا۔

یہ صورتِ حال جمہوریت کے لیے ایک اہم سوال پیدا کرتی ہے کہ اگر اقتدار حاصل کرنے کے لیے سیاسی جماعتیں اصولوں کے بجائے طاقتور اور بااثر افراد پر انحصار کریں گی تو عوامی خدمت کا بنیادی مقصد کہاں باقی رہ جائے گا؟ سیاست کا مقصد معاشرے کی رہنمائی، عوام کے مسائل کا حل اور قانون کی بالادستی قائم کرنا ہونا چاہیے، نہ کہ ذاتی مفادات اور اقتدار کے حصول کے لیے ہر قسم کے سمجھوتے کرنا۔

ضرورت اس بات کی ہے کہ سیاسی جماعتیں امیدواروں کے انتخاب میں شفافیت، دیانت داری، عوامی خدمت کے ریکارڈ اور قانون کی پاسداری کو اہمیت دیں۔ عوام کو بھی انتخابات کے دوران امیدواروں کے کردار، اثاثوں، تعلیمی و سیاسی پس منظر اور ان کے خلاف موجود مقدمات کے بارے میں دستیاب معلومات کو دیکھ کر فیصلہ کرنا چاہیے۔

جمہوریت صرف ووٹ ڈالنے کا نام نہیں؛ جمہوریت کا اصل حسن اس وقت سامنے آتا ہے جب سیاست میں عوامی خدمت، جواب دہی، قانون کی حکمرانی اور اخلاقی اصولوں کو بنیادی حیثیت حاصل ہو۔ اقتدار عارضی ہے، لیکن سیاست دانوں کے فیصلوں کے اثرات معاشرے پر طویل عرصے تک باقی رہتے ہیں۔ اس لیے سیاسی جماعتوں اور عوام دونوں کی ذمہ داری ہے کہ سیاست کو جرائم، طاقت اور ذاتی مفادات کے اثر سے نکال کر دوبارہ عوامی خدمت اور اصولوں کی طرف لے جانے کی کوشش کریں۔

کھانے کے بعد چائے؟

ماہرین کی چونکا دینے والی تحقیق

ڈاکٹر شمس الحق

چائے دنیا بھر میں شوق سے پی جاتی ہے، بہت سے لوگ دن کی شروعات چائے سے کرتے ہیں اور کچھ کے لیے کھانے کے بعد چائے پینا معمول بن چکا ہے۔ مگر حالیہ طبی تحقیق بتاتی ہے کہ کھانے کے بعد چائے عادت صحت کے لیے نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہے۔ کیونکہ اس عمل کے نقصانات فوائد سے زیادہ ہیں۔ ماہرین صحت کے مطابق کھانے کے فوراً بعد، خاص طور پر چاول یا بھاری غذا کے بعد چائے پینے سے نظام ہاضمہ متاثر ہوتا ہے۔ چائے میں موجود کیفین اور ٹینن غذائی اجزاء کے جذب کو سست کر دیتے ہیں، جس سے بدہضمی، تیزابیت اور پیٹ درد جیسے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ چائے میں موجود فاسفورک ایسڈ ہڈیوں کی صحت کے لیے نقصان دہ ہے۔ کیفین بلڈ پریشر کو بڑھاتی ہے۔ مزید برآں، کھانے کے بعد چائے پینا بھی نیند کے مسائل کا باعث بن سکتا ہے۔ نیشنل لائبریری آف میڈیسن نے متعدد مطالعات کے ساتھ یہ انکشاف کیا ہے کہ بہت زیادہ چائے اور کافی پینا ذیابیطس کا باعث بن سکتا ہے۔ ماہرین کا یہ بھی کہنا ہے کہ باقاعدگی سے سافٹ ڈرنکس پینے سے وزن بڑھ سکتا ہے۔ ذیابیطس کے مریضوں کے لیے یہ عادت مزید خطرناک ہو سکتی ہے، کیونکہ کھانے کے بعد چائے پینے سے خون میں شکر کی سطح بڑھنے کا امکان ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کیفین بلڈ پریشر میں اضافے اور نیند کی خرابی کا سبب بھی بن سکتی ہے۔ تحقیقی رپورٹس کے مطابق زیادہ مقدار میں میٹھی چائے، کافی اور سافٹ ڈرنکس کا استعمال موٹاپے اور ٹائپ ٹو ذیابیطس کے خطرات بڑھا دیتا ہے۔ ان مشروبات میں شامل چینی (سوکروز) جگر، پٹھوں اور آنتوں پر منفی اثر ڈالتی ہے۔ ماہرین کا مشورہ ہے کہ کھانے کے کم از کم 30 سے 45 منٹ بعد چائے پی جائے۔ چائے اور کافی بغیر چینی استعمال کی جائیں اور سافٹ ڈرنکس سے حتی الامکان پرہیز کیا جائے۔

کھانے سے پہلے یا بعد: کونسی چہل قدمی زیادہ چربی جلاتی ہے؟

ڈاکٹر کھانے کے فوراً بعد سخت ورزش سے گریز کرنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ اس سے تکلیف یا درد ہو سکتا ہے

ڈاکٹر مریم

اس میں کوئی شک نہیں کہ چہل قدمی ایک سادہ اور موثر ورزش ہے اور بے شمار فوائد فراہم کرتی ہے۔ چاہے وہ خالی پیٹ ہو یا کھانے کے بعد۔ خالی پیٹ چہل قدمی چربی کو جلانے اور انسولین کی حساسیت کو بہتر بناتی ہے۔ کھانے کے بعد چہل قدمی ہاضمے میں مدد کرتی ہے اور بلڈ شوگر کو کنٹرول کرتی ہے۔ تاہم "ٹائمز آف انڈیا" کے مطابق زیادہ بہتر وقت کا انتخاب آپ کے ذاتی اہداف، توانائی کی سطح اور آپ کے جسم کے ردعمل پر منحصر ہے۔ تو آپ کے اہداف کے لحاظ سے چلنے کا بہترین وقت کیا ہے؟

چربی جلانے کے لیے

اگر آپ کا بنیادی مقصد چربی کو جلانا ہے تو چربی کے آکسیکرن میں اضافے کی وجہ سے خالی پیٹ چلنا قدرے زیادہ موثر ثابت ہو سکتا ہے۔ تاہم یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ ورزش کے دوران آپ کیسا محسوس کرتے ہیں اس سے متوازن ہونا چاہیے۔

بلڈ شوگر کنٹرول کے لیے

بلڈ شوگر کنٹرول کے لیے کھانے کے بعد چہل قدمی خون میں شکر کی سطح کو کنٹرول کرنے کے لیے بہترین ہے۔ خاص طور پر اگر آپ کو ذیابیطس یا پری ذیابیطس ہے کیونکہ یہ انسولین کی حساسیت اور گلوکوز میٹابولزم کو بہتر بنانے میں مدد کرتا ہے۔

ہاضمہ اور آرام کے لیے

ہاضمہ اور آرام کے لیے کھانے کے بعد چہل قدمی عمل انہضام کو آسان بنا سکتی ہے اور سستی یا اپھارہ کے احساسات کو روک سکتی ہے۔ یہ خون میں شکر کی سطح کو منظم کرنے اور میٹابولزم کو سپورٹ کرنے میں بھی مدد کرتا ہے۔

توانائی اور کارکردگی بڑھانے کے لیے

توانائی اور کارکردگی کو بڑھانے کے لیے کچھ لوگ اس وقت زیادہ توانا محسوس کرتے ہیں جب وہ کھانے کے بعد زیادہ دیر یا تیز چلیں۔ دوسرے خالی پیٹ ہلکے رہنے کو ترجیح دیتے ہیں۔

پیدل چلنے کے فوائد

چربی جلنا

جب آپ پہلے کھائے بغیر چلتے ہیں تو جسم ذخیرہ شدہ چربی کو توانائی کے اپنے بنیادی ذریعہ کے طور پر استعمال کرتا ہے جو چربی میں کمی کو فروغ دیتا ہے اور وزن کو کنٹرول کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اس سے خالی پیٹ چہل قدمی ان لوگوں میں مقبول ہو جاتی ہے جو جسم کی چربی کو کم کرنا چاہتے ہیں۔

انسولین کی حساسیت

خالی پیٹ چہل قدمی انسولین کی حساسیت کو بھی بہتر بنا سکتی ہے، جو خون میں شکر کی سطح کو کنٹرول کرنے اور ٹائپ 2 ذیابیطس کے خطرے کو ممکنہ طور پر کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔

ذہنی شفافیت

بہت سے لوگ خالی پیٹ چلنے کے دوران ہوشیاری اور ذہنی توجہ میں اضافے کی بھی اطلاع دیتے ہیں۔ ممکنہ طور پر روزے کے دوران ہونے والی ہارمونل تبدیلیوں کی وجہ سے ایسا ہوتا ہے۔

اہم انتباہات

اگر کسی کو بلڈ شوگر کم ہو رہی ہو یا چکر آ رہا ہو تو بہتر ہے کہ چلنے سے پہلے ہلکا ناشتہ کر لیں۔ پروٹین اور کاربوہائیڈریٹس پر مشتمل ایک چھوٹا ناشتہ توازن برقرار رکھنے میں مدد کر سکتا ہے۔ خالی پیٹ چہل قدمی شدید یا طویل ورزش کے لیے مثالی نہیں ہو سکتی کیونکہ یہ تھکاوٹ کا باعث بن سکتی ہے۔

کھانے کے بعد چہل قدمی کے فوائد

ہاضمے میں مدد

کھانے کے بعد چہل قدمی ہاضمے میں مدد کرتی ہے۔ معدے اور آنتوں میں خون کے بہاؤ کو بڑھا کر اور اپھارہ اور بدہضمی کو کم کر کے ہاضمے کو تیز کرتی ہے۔

خون میں شکر کنٹرول

یہ خون میں شکر کی سطح کو بھی کنٹرول کرتا ہے۔ کھانے کے بعد ہلکی جسمانی سرگرمی خون میں شوگر کے اضافے کو کم کرنے میں مدد دیتی ہے جو خاص طور پر ذیابیطس یا انسولین کے خلاف مزاحمت والے لوگوں کے لیے فائدہ مند ہے۔

دل کی صحت

مزید برآں کھانے کے بعد چہل قدمی خون میں لپڈ کی سطح کو بہتر بنا کر اور آکسیڈیٹیو تناؤ کو کم کر کے دل کی بیماری کے خطرے کو کم کر سکتی ہے۔

کیلوری جلانے کی حوصلہ افزائی

میٹابولزم کو بہتر بنانے کے علاوہ کھانے کے بعد چہل قدمی کیلوری جلانے کی حوصلہ افزائی کرتی ہے اور وزن کے انتظام میں معاونت کرتی ہے۔

انتباہات

کھانے کے بعد چہل قدمی کے زیادہ سے زیادہ فوائد حاصل کرنے کے لیے ماہرین درج ذیل نکات پر توجہ دینے کا مشورہ دیتے ہیں کہ کھانے کے فوراً بعد سخت ورزش سے گریز کریں کیونکہ اس سے تکلیف یا درد ہو سکتا ہے۔ جسم پر دباؤ ڈالے بغیر چلنے کے فوائد حاصل کرنے کے لیے سست، آرام دہ رفتار سے چلنا افضل ہے۔

ہاتھ کی انگلیاں انسانی دماغ کی ارتقائی ترقی کے راز بھی بتاتی ہیں

ڈاکٹر سلیم

بچے کی انگلیوں کی لمبائی یہ ظاہر کر سکتی ہے کہ پیدائش سے پہلے ایسٹروجن ہارمون نے انسانی دماغ کے بڑے حجم کی ارتقائی ترقی میں کس طرح حصہ ڈالا۔ ویب سائٹ "سائنس ڈیلی" پر شائع ہونے والی ایک رپورٹ جس میں ارلی ہیومن ڈیولپمنٹ جریدے کا حوالہ دیا گیا ہے کے مطابق انسانی ارتقا کا گہرا تعلق ایک بہت بڑے دماغ کی نمو سے ہے۔ نئی تحقیقات سے پتہ چلتا ہے کہ پیدائش سے پہلے ایسٹروجن ہارمون کا زیادہ سامنا اس پھیلاؤ کا باعث بنا ہو سکتا ہے۔ اس ہارمون کے اثر کا ایک ممکنہ نشان کسی شخص کی انگلیوں کی باہمی لمبائی میں دیکھا جا سکتا ہے۔ سوانسی یونیورسٹی میں اپلائیڈ سپورٹس، ٹیکنالوجی، ایکسرسائز اینڈ میڈیسن ڈیپارٹمنٹ کی ریسرچ ٹیم کے رکن پروفیسر جان میننگ انگلیوں کی لمبائی کے تناسب کے مطالعے میں تخصص رکھتے ہیں۔ انہوں نے حالیہ مطالعے میں استنبول یونیورسٹی کے شعبہ انتھروپولوجی کے محققین کے ساتھ تعاون کیا ہے۔

ایک بالواسطہ اشاریہ

انگلیوں کی لمبائی کا تناسب شہادت کی انگلی (جسے ڈی 2 کے نام سے جانا جاتا ہے) کی لمبائی کا موازنہ رنگ فنگر (ڈی 4) کی لمبائی سے کرتا ہے۔ اس پیمائش کو ڈی ٹو تناسب ڈی فور کہا جاتا ہے۔ محققین اسے ایسٹروجن اور ٹیسٹوسٹیرون ہارمونز کے توازن کے ایک بالواسطہ اشاریے کے طور پر استعمال کرتے ہیں جن سے جنین حمل کے پہلے تین مہینوں کے دوران متاثر ہوا ہو سکتا ہے۔ جن لوگوں کے بارے میں خیال کیا جاتا ہے کہ وہ ٹیسٹوسٹیرون کے مقابلے میں ایسٹروجن ہارمون کی نسبتاً زیادہ سطح سے متاثر ہوئے ہیں، ان کی شہادت کی انگلی (ڈی 2) عام طور پر رنگ فنگر (ڈی 4) سے لمبی ہوتی ہے۔ اس کے نتیجے میں "ڈی ٹو تناسب ڈی فور" زیادہ حاصل ہوتا ہے۔ محققین کی ٹیم نے 225 نوزائیدہ بچوں کا معائنہ کیا جن میں 100 لڑکے اور 125 لڑکیاں شامل تھیں۔ انہوں نے ہر بچے کے "ڈی ٹو تناسب ڈی فور" کی پیمائش کی اور اس کا موازنہ سر کے گھیراؤ (محیط) سے کیا جو عام طور پر نوزائیدہ بچوں میں دماغ کے سائز کے عمومی اشاریے کے طور پر استعمال ہوتا ہے۔ اسے ادراکی نمو اور آئی کیو (IQ) کی بعد کی پیمائشوں سے بھی جوڑا گیا ہے۔ یاد رہے بہت سے جینیاتی، ماحولیاتی اور نمو کے عوامل بھی ذہانت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ محققین نے دریافت کیا کہ جن لڑکوں میں "ڈی ٹو تناسب ڈی فور" زیادہ تھا۔ ان میں سر کا گھیراؤ بھی بڑا ہونے کا رجحان پایا گیا۔ لڑکیوں میں یہی تعلق نہیں دیکھا گیا۔

بندر کا مفروضہ

یہ نتائج اس نظریے کو تقویت دے سکتے ہیں جسے ایسٹروجن سے متاثرہ بندر کا مفروضہ کہا جاتا ہے۔ یہ نظریہ اس بات کو ترجیح دیتا ہے کہ انسان کے بڑے دماغ کا ارتقا ایسی تبدیلیوں کے ساتھ ہم آہنگ ہوا جنہوں نے انسانی ڈھانچے کو ہمارے ابتدائی آباؤ اجداد کے مقابلے میں کم مضبوط اور جسمانی طور پر زیادہ زنانہ (Anatomic Feminity) بنا دیا۔ پروفیسر میننگ نے کہا کہ یہ انسانی ارتقا کے لیے ایک اہم نتیجہ ہے کیونکہ دماغ کے سائز میں اضافہ ڈھانچے کے زنانہ ہونے کے ساتھ ہم آہنگ ہے جسے ایسٹروجن سے متاثرہ بندر کا مفروضہ کہا جاتا ہے۔ یہ بات سامنے آئی ہے کہ مردوں میں "ڈی ٹو تناسب ڈی فور" کا زیادہ ہونا دل کی بیماریوں کے زیادہ خطرے، اسپرم کی تعداد میں کمی اور شیزوفرینیا کے رجحان سے جڑا ہے۔ لیکن دماغ کے سائز میں اضافہ ان مسائل کی تلافی کر سکتا ہے۔ اس لیے انسانوں میں بڑے دماغ کی طرف ارتقائی پیش رفت لازمی طور پر مردوں کی بقا کے امکانات میں کمی سے جڑی ہو سکتی ہے۔ اس میں دل کی بیماریوں کے مسائل، بانجھ پن اور شیزوفرینیا کے مسائل شامل ہو سکتے ہیں۔ محققین کہتے ہیں کہ بڑے دماغ نے شاید اہم ارتقائی فوائد فراہم کیے ہوں گے لیکن اس ارتقا کے ساتھ جڑے ہارمونل حالات مردوں کے لیے حیاتیاتی نقصان کا باعث بھی ہو سکتے ہیں۔

خواتین میں شوگر زیادہ خطرناک کیوں ہوتی ہے؟

ڈاکٹر وجیہا بیگ

انڈیا میں ڈاکٹر خواتین میں ٹائپ 2 ذیابیطس کے بڑھتے ہوئے کیسز کا مشاہدہ کر رہے ہیں اور تشویش صرف تعداد تک محدود نہیں۔ ماہرین کو اس بات کی زیادہ فکر ہے کہ ذیابیطس خواتین میں مردوں کے مقابلے میں زیادہ شدید پیچیدگیاں پیدا کرتی ہے۔

حیران کن صنفی فرق

ای ٹی وی بھارت ڈاٹ کام کی ایک رپورٹ کے مطابق تحقیقات سے پتا چلتا ہے کہ مردوں میں خواتین کے مقابلے میں ذیابیطس زیادہ ہوتی ہے۔ نیشنل لائبریری آف میڈیسن کے اعداد و شمار کے مطابق، دنیا بھر میں خواتین کے مقابلے میں 17.7 ملین زیادہ مرد ذیابیطس کا شکار ہیں۔ لیکن جب خواتین میں ذیابیطس ہوتی ہے تو اس کے اثرات زیادہ سنگین ہوتے ہیں۔ تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ ذیابیطس خواتین میں دل کی بیماری، گردوں کے نقصان، ڈپریشن اور ہارمونل مسائل کا خطرہ زیادہ بڑھا دیتی ہے۔ مثال کے طور پر، ریسرچ سوسائٹی فار دی اسٹڈی آف ذیابیطیز ان انڈیا (RSSDI) کے ماہرین ایک اہم حقیقت بتاتے ہیں: ذیابیطس کے شکار مردوں میں ہارٹ اٹیک کا خطرہ ان مردوں کے مقابلے میں 50 فیصد زیادہ ہوتا ہے جنہیں یہ بیماری نہیں۔ جبکہ ذیابیطس والی خواتین میں یہ خطرہ حیران کن طور پر 150 فیصد زیادہ ہوتا ہے۔ یعنی خطرہ تین گنا زیادہ! اس لیے اگرچہ کم خواتین اس بیماری کا شکار ہوتی ہیں، لیکن اس کے اثرات کہیں زیادہ شدید ہو سکتے ہیں۔

خواتین زیادہ متاثر کیوں ہوتی ہیں؟

خواتین زندگی کے مختلف مراحل سے گزرتی ہیں: بلوغت، حیض، حمل اور مینوپاز۔ ان تمام مراحل میں ہارمونز میں بڑی تبدیلیاں آتی ہیں، اور ہارمونز خون میں شکر کو کنٹرول کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ خواتین میٹابولک مسائل کے لیے زیادہ حساس ہوتی ہیں۔

کچھ عوامل خواتین میں ذیابیطس کے خطرے کو بڑھاتے ہیں:

پیٹ کے اردگرد موٹاپا

جسمانی سرگرمی کی کمی

مسلسل ذہنی دباؤ

خاندان میں ذیابیطس کی تاریخ

غیر صحت مند خوراک (خاص طور پر پراسیسڈ فوڈ)

تاہم کچھ خطرات خاص طور پر خواتین سے متعلق ہوتے ہیں۔

حمل کے دوران ذیابیطس:

کچھ خواتین کو حمل کے دوران جیسٹیشنل ذیابیطس ہو جاتی ہے، جو ہارمونل تبدیلیوں کی وجہ سے عارضی طور پر پیدا ہوتی ہے۔ اگرچہ بچے کی پیدائش کے بعد خون میں شکر معمول پر آ سکتی ہے، لیکن معاملہ وہیں ختم نہیں ہوتا۔ جن خواتین کو حمل کے دوران ذیابیطس ہو چکی ہو، ان میں بعد کی زندگی میں ٹائپ 2 ذیابیطس ہونے کا خطرہ بہت زیادہ ہوتا ہے۔

کیا ہر شخص کو اپنی عقل داڑھ نکلوانی چاہیے؟

ڈاکٹر مبشر خان

اکثر لوگ دانتوں کے ڈاکٹر کے پاس اسی وقت جاتے ہیں جب دانت میں شدید درد یا کوئی واضح مسئلہ پیدا ہو جائے۔ یہی وجہ ہے کہ عقل داڑھ (وزڈم ٹوتھ) کے حوالے سے بھی ایک عام تاثر پایا جاتا ہے کہ اگر اس میں درد نہیں تو اسے نکلوانے کی ضرورت نہیں۔ تاہم ماہرین کے مطابق یہ تصور ہمیشہ درست نہیں ہوتا۔ انڈیا میں 'مناور رچنا ڈینٹل کالج' کے شعبہ اورل اینڈ میکسیلو فیشل سرجری' کے سربراہ ڈاکٹر کمار رتک آنند کے مطابق عقل داڑھ عموماً 17 سے 25 سال کی عمر کے درمیان نکلتی ہے۔ بعض افراد میں یہ مکمل طور پر درست انداز میں نکل کر عام داڑھ کی طرح کام کرتی ہے لیکن اگر جبڑے میں مناسب جگہ نہ ہو تو یہ مسوڑھوں کے اندر پھنسی رہ سکتی ہے یا ٹیڑھی ہو کر نکلتی ہے جسے امپیکٹڈ وزڈم ٹوتھ کہا جاتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ صرف درد نہ ہونا اس بات کی ضمانت نہیں کہ عقل داڑھ مکمل طور پر صحت مند ہے کیونکہ اس کے باعث کئی مسائل خاموشی سے پیدا ہو سکتے ہیں۔

بغیر درد کے بھی عقل داڑھ کیوں نکلوائی جاتی ہے؟

ماہرین کے مطابق دانت نکالنے کا فیصلہ صرف درد کی بنیاد پر نہیں بلکہ مستقبل میں پیدا ہونے والے ممکنہ مسائل کو دیکھتے ہوئے کیا جاتا ہے۔

دانتوں میں کیڑا لگنے کا خطرہ

جزوی طور پر نکلی ہوئی یا مسوڑھے میں پھنسی عقل داڑھ کو صاف کرنا مشکل ہوتا ہے۔ اس کے اردگرد خوراک کے ذرات اور جراثیم جمع ہو سکتے ہیں جس سے نہ صرف اس دانت بلکہ اس کے ساتھ موجود صحت مند دوسرے داڑھ میں بھی کیڑا لگنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ اکثر درد اس وقت شروع ہوتا ہے جب نقصان کافی بڑھ چکا ہوتا ہے۔

جبڑے کی ہڈی کو نقصان پہنچ سکتا ہے

بعض اوقات پھنسی ہوئی عقل داڑھ کے اردگرد پانی سے بھری رسولی (سسٹ) بن جاتی ہے، جو ابتدا میں بغیر کسی علامت کے بڑھتی رہتی ہے۔ اگر بروقت علاج نہ کیا جائے تو یہ جبڑے کی ہڈی کو کمزور کر سکتی ہے اور بعض صورتوں میں قریبی دانت بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔

دانتوں کی ترتیب متاثر ہو سکتی ہے

ڈاکٹر آنند کے مطابق یہ کہنا درست نہیں کہ ٹیڑھے دانتوں کی واحد وجہ عقل داڑھ ہوتی ہے تاہم بعض افراد میں پھنسی ہوئی عقل داڑھ دانتوں کی بھیڑ یا بے ترتیبی میں کردار ادا کر سکتی ہے۔ اس کے علاوہ جینیاتی عوامل اور عمر کے ساتھ آنے والی قدرتی تبدیلیاں بھی دانتوں کی ترتیب کو متاثر کرتی ہیں۔

ایکس رے کیوں ضروری ہے؟

ماہرین کا کہنا ہے کہ بظاہر نارمل نظر آنے والی عقل داڑھ کے نیچے بھی مسائل موجود ہو سکتے ہیں، اسی لیے دانتوں کا ایکس رے کرایا جاتا ہے تاکہ دانت کی اصل پوزیشن، اس کی جڑوں اور اردگرد موجود ممکنہ مسائل کا درست اندازہ لگایا جا سکے۔ ایکس رے کے بغیر کئی خرابیاں اس وقت تک سامنے نہیں آتیں جب تک علامات ظاہر نہ ہوں۔

کیا ہر شخص کو عقل داڑھ نکلوانی چاہیے؟

ڈاکٹر آنند کے مطابق اس کا جواب نہیں ہے۔ ہر عقل داڑھ کو نکالنا ضروری نہیں ہوتا۔ ڈاکٹر مریض کی عمر، دانت کی پوزیشن، منہ کی صفائی کی صورتحال اور مستقبل میں مسائل کے امکانات کو مدنظر رکھتے ہوئے فیصلہ کرتے ہیں۔

جلد نکلوانا زیادہ بہتر ہے؟

اگر ڈاکٹر عقل داڑھ نکالنے کا مشورہ دیں تو درد، سوجن یا انفیکشن ہونے سے پہلے اسے نکلوانا زیادہ آسان اور محفوظ ہوتا ہے۔ ماہرین کے مطابق ابتدائی مرحلے میں سرجری نسبتاً آسان ہوتی ہے، تکلیف کم ہوتی ہے، زخم جلد بھر جاتا ہے اور پیچیدگیوں کا خطرہ بھی کم رہتا ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ درد نہ ہونے کا مطلب ہمیشہ یہ نہیں کہ عقل داڑھ مکمل طور پر صحت مند ہے جبکہ ہر عقل داڑھ کو نکالنا بھی ضروری نہیں۔ اس بارے میں حتمی فیصلہ مکمل معائنے اور ڈینٹل ایکس رے کی بنیاد پر ہی کیا جانا چاہیے۔

فرمانِ الٰہی

ڈاکٹر مولانا صباح اسماعیل (ندوی، علیگ) قسط: 1147

جنوں نے کہا، قرآن حق ہے!

اور ہم نے تمہاری آس پاس کی بستی والوں کو بھی ہلاک کر دیا اور ان کے لیے اپنی آیتیں گوناگوں پہلوؤں سے پیش کیں تاکہ وہ رجوع کریں۔☆

تو انھوں نے ان کی نصرت کیوں نہ کی جن کو انھوں نے تقرب حاصل کرنے کے لیے اللہ کے علاوہ معبود بنا رکھا تھا بلکہ وہ سب ان سے ہوا ہو گئے اور یہ ان کا جھوٹ اور ان کا افترا تھا۔☆

اور جب ہم نے جنوں کے ایک گروہ کو آپ کی طرف متوجہ کر دیا کہ وہ قرآن سنیں۔ تو جب وہ وہاں حاضر ہوئے تو بولے خاموش ہو کر سنو! تو جب وہ تمام ہو چکا تو وہ اپنی قوم کی طرف انذار کرتے ہوئے لوٹے۔☆

انھوں نے کہا کہ اے ہماری قوم! ہم نے ایک ایسی کتاب سنی ہے جو موسیٰ کے بعد نازل کی گئی ہے ان پیشین گوئیوں کی تصدیق کرتی ہوئی جو اس کے باب میں پہلے سے موجود ہیں۔ یہ کتاب حق اور سیدھی راہ کی طرف رہنمائی کرتی ہے۔☆

اے ہماری قوم! اللہ کے داعی کو مثبت جواب دو اور اس پر ایمان لاؤ، خدا تمہارے لئے تمہارے گناہوں کو بخش دے گا اور تم کو ایک دردناک عذاب سے بچالے گا۔☆

اور جو اللہ کے داعی کو مثبت جواب نہیں دے گا تو وہ زمین میں خدا کے قابو سے باہر نہیں نکل سکے گا اور اس کے لیے اس کے بالمقابل دوسرے مددگار بھی نہ ہوں گے، یہی لوگ کھلی ہوئی گمراہی میں ہیں۔☆

کیا انھوں نے غور نہیں کیا کہ اللہ جس نے ارض وسماوات کی تخلیق کی اور ان کی تخلیق سے تھکا نہیں وہ مردوں کو حیات دینے پر بھی قادر ہے۔ ہاں وہ ہر شے پر قدرت رکھتا ہے۔☆

اور اس دن کو یاد رکھو جس دن ان لوگوں کو جنھوں نے کفر کیا ہے دوزخ کے سامنے لایا جائے گا۔ ان سے پوچھا جائے گا کہ کیا یہ حقیقت نہیں ہے؟ وہ جواب دیں گے، ہمارے رب کی قسم، ہاں! ارشاد ہوگا، تو عذاب کا ذائقہ چکھو، اپنے کفر کی پاداش میں!☆

بس آپ صبر وثبات کا مظاہرہ کیجئے جس طرح اولوالعزم رسولوں نے صبر وثبات کا مظاہرہ کیا، اور ان کے لیے عجلت نہ کیجئے، جس دن یہ لوگ اس چیز کو دیکھیں گے جس سے ان کو ڈرایا جا رہا ہے تو یہ محسوس کریں گے کہ گویا دن کی ایک گھڑی سے زیادہ وہ دنیا میں نہیں رہے۔ بات پہنچا دی گئی، ہلاک تو وہی قوم ہوگی جو فاسق ونافرمان ہے۔☆

......سورہ: احقاف......رکوع: 4......آیت: 27 تا 35......پارہ: 26......

یہ سورہ احقاف کا آخری رکوع ہے۔ گزشتہ رکوع میں قوم عاد کا ذکر تھا کہ انھوں نے اللہ و رسول کی نافرمانی کی اور کسی بھی حال میں اطاعت وعبادت الٰہی کیلئے تیار نہیں ہوئے تو اللہ تعالیٰ نے ان کو ملیا میٹ کر ڈالا۔ اس رکوع میں پہلے ان اقوام کا ذکر ہے جو مکہ کے آس پاس آباد تھیں اور طغیان وعصیان کے سبب ہلاک کر دی گئی تھیں۔ درمیان میں جنوں کا وہ واقعہ مذکور ہے جب انھوں نے گزرتے ہوئے رسول اللہ ﷺ کو تلاوت کرتے ہوئے سنا تو اس کی طرف پوری طرح متوجہ ہو گئے۔ یہی واقعہ مزید تفصیل کے ساتھ سورہ جن میں بھی موجود ہے۔ سورت کی آخری آیت میں نبی اکرم کو صبر واستقامت کی تلقین کی گئی ہے اور ان سے کہا گیا ہے کہ اگر مکہ اور آس پاس کے لوگ آپ کی بات نہیں سن رہے ہیں تو آپ پریشان خاطر نہ ہوں۔ آپ کی دعوت ایسی سچی دعوت ہے جس پر نیک انسان تو کیا نیک جنات بھی متوجہ ہوتے اور اس کی صداقت وحقانیت کی گواہی دیتے ہیں۔ آج جو بڑے لوگ عذاب کا مطالبہ کر رہے ہیں آپ ان کو ان کے حال پر چھوڑ دیجئے کل جب ہر چیز کا فیصلہ ہوگا اور ان ظالموں کو سخت سزا دی جائے گی تو ان کو محسوس ہوگا کہ ابھی کل کی بات ہے کہ وہ عذاب عذاب! پکار رہے تھے اور آج وہ عذاب میں گرفتار ہو گئے ہیں۔

جنوں کے قرآن سننے کا جو واقعہ یہاں مذکور ہے، اس کی نوعیت پر تبصرہ کرتے ہوئے مولانا امین احسن اصلاحی رقمطراز ہیں: 'صَرَفْنَا اِلَیْکَ' کے اسلوب بیان سے یہ بات نکلتی ہے کہ جنوں کے قرآن سننے کا یہ واقعہ بالکل اتفاقاً محض اللہ تعالیٰ کی کارسازی سے پیش آ گیا۔ نہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کے لیے کوئی اہتمام فرمایا اور نہ جنوں ہی نے اس کا پہلے سے کوئی ارادہ کیا تھا۔ بس اللہ نے سرراہے ان کی ایک پارٹی کو متوجہ فرما دیا کہ وہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو قرآن پڑھتے ہوئے ذرا سن لیں۔ چنانچہ انھوں نے سنا اور اسی سننے کا اثر ان پر یہ پڑا کہ وہ اس کے گرویدہ ہو گئے اور ایسے گرویدہ ہوئے کہ اپنی قوم کو اس کی دعوت دینے کے لیے اٹھ کھڑے ہوئے۔ روایات سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ واقعہ اس وقت پیش آیا جب آپ طائف والوں کے رویے سے نہایت کبیدہ خاطر ہو کر واپس ہوئے ہیں تو راستہ میں نخلہ میں آپ نے رات گزاری ہے۔ وہیں شب کی نمازوں میں سے کسی نماز میں آپ قرآن پڑھ رہے تھے۔ اسی موقع پر جنوں کی اس پارٹی نے قرآن سنا اور اس پر وہ اثر پڑا جو اوپر مذکور ہوا اور جس کی تفصیل آگے آ رہی ہے۔ مقصود اس واقعہ کے ذکر سے اس حقیقت کو سامنے لانا ہے کہ جن کے لیے اور جن کی زبان میں یہ کلام اترا، جن کی اصلاح کے لیے اللہ کا رسول اپنے دن رات ایک کیے ہوئے ہے، جن کی تلاش میں وہ مکہ سے سفر کر کے طائف تک پہنچا ہے، وہ تو صرف یہ کہ اس کلام کو سننے کے روادار نہیں ہیں بلکہ اللہ کے رسول کے ساتھ نہایت بدسلوکی کا رویہ اختیار کرتے ہیں اور جنات کا حال یہ ہے کہ ان کے اندر جو سلیم الفطرت ہیں اگر وہ سرراہے بھی قرآن کی کچھ آیتیں سن لیتے ہیں تو سن کر تڑپ اٹھتے ہیں اور اپنی قوم کے اندر اس کتاب کے داعی بن کر اٹھ کھڑے ہوتے ہیں۔ معلوم ہوا کہ خرابی قرآن اور اس کے پیش کرنے والے کے اندر نہیں بلکہ خود ان لوگوں کے اندر ہے جو اس سے گریز کر رہے ہیں۔

'فَلَمَّا حَضَرُوْهُ قَالُوْٓا اَنْصِتُوْا'۔ یعنی قرآن کی بھنک کان میں پڑتے ہی انھوں نے اپنے ساتھیوں کو یہ ہدایت کی کہ خاموش اور مؤدب ہو کر اس لاہوتی کلام کو سنو کہ تم پر اللہ کی رحمت ہو۔ ان کے اس حسن ادب کا حوالہ مکہ اور طائف کے ان گنڈوں کی بدتمیزیوں پر تعریض ہے جن کا ذکر قرآن میں جگہ جگہ ہوا ہے کہ وہ اپنے کارندوں کو یہ سکھاتے تھے کہ جب قرآن سنایا جائے تو اس میں خوب گڑبڑ پیدا کرو کہ اس کی آواز دب جائے اور تم غالب رہو۔ جنوں نے اس موقع پر صرف واہ واہ، سبحان اللہ، ماشاء اللہ کہہ دینے ہی پر اکتفا نہیں کیا بلکہ اپنی قوم کو بھی اس خطرے سے آگاہ کرنے کے لیے اٹھ کھڑے ہوئے جس سے اس کتاب نے لوگوں کو آگاہ کیا ہے۔ یہ امر واضح رہے کہ کسی اچھی اور سچی بات پر واہ واہ کر دینے والے تو برے سے برے زمانے میں بھی نکل آتے ہیں لیکن اس واہ واہ کی اس وقت تک کوئی قیمت نہیں ہے جب تک زندگی کے اندر اس سے کوئی عملی تبدیلی نہ واقع ہو۔ قرآن کی فصاحت وبلاغت پر سر دھننے والے اور اس کی تعریف میں آسمان وزمین کے قلابے ملانے والے اس زمانے میں بھی بہت ہیں لیکن اس پر عمل کرنے والے اگر آپ ڈھونڈھیں تو وہ عنقا ہیں۔ ان جنوں کا حال یہ بیان ہوا ہے کہ ان پر اس کتاب کا یہ اثر پڑا کہ وہ اپنی بگڑی ہوئی قوم کے اندر، تمام خطرات سے بے پروا ہو کر، اس کی منادی کرنے اٹھ کھڑے ہوئے۔"☆☆☆

نعتیہ غزل

جب بھی ہم چاہیں گے ان کی ہی دہائی دیں گے
یعنی ہر سمت وہ اب ہم کو دکھائی دیں گے
کوئی لمحہ جو ہمیں آپ نظر آجائیں
جان دیں گے یہ جہاں دیں گے خدائی دیں گے
ہم غلاموں کے لئے اس سے سوا کیا ہوگا
حشر میں آپ ہمیں دستِ رسائی دیں گے
خلقتیں ساری کہیں گی جہاں نفسی نفسی
آپ ہی بڑھ کے غلاموں کی صفائی دیں گے
ایک ارمان فقط گنبدِ خضریٰ دیکھوں
غار تاریخ سے کب مجھ کو رہائی دیں گے
ہم گنہگار سہی پھر بھی یقیں ہے ساحر
زیست بے رنگ کو وہ رنگِ حنائی دیں گے

فصیح احمد ساحر

معمولی گناہ اور معمولی نیکی

مولانا عاشق الٰہی نقشبندی

ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اے عائشہ! حقیر اور معمولی گناہوں کے سلسلے میں بھی خبردار رہنا کیوں کہ اللہ پاک کی طرف سے ان کی بھی باز پرس ہوگی۔ (نسائی، ابن ماجہ، داری وبیہقی)

عموماً لوگ صغیرہ گناہوں کو بہت معمولی سمجھتے ہیں اور ان سے بچنے کا زیادہ اہتمام نہیں کرتے؛ حالانکہ وہ بھی گناہ ہیں اور ان کے ارتکاب سے بھی اللہ پاک کے حکم کی خلاف ورزی ہوتی ہے۔ جن لوگوں کو آخرت کی باز پرس کی فکر رہتی ہے۔ وہ کبیرہ گناہوں سے ہی نہیں صغیرہ گناہوں سے بھی بچنے کی پوری فکر اور کوشش کرتے ہیں۔ ان کی نگاہوں میں چھوٹے گناہ بھی کچھ کم خطرناک نہیں ہوتے۔ جو گناہ اللہ پاک کی ناراضی کا سبب ہو، خواہ وہ چھوٹے ہوں یا بڑے ان سب سے بچنا ضروری ہے۔

ایک روایت میں اس طرح آتا ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ تم لوگ بہت سے ایسے اعمال کرتے ہو جو تمہاری نگاہوں میں بال سے بھی زیادہ باریک (یعنی بہت ہی معمولی اور ہلکے) ہوتے ہیں، (بخاری)

جس طرح چھوٹے گناہوں کو معمولی سمجھنا صحیح نہیں، اس لئے کہ داغ چھوٹا ہو یا بڑا وہ داغ ہی ہے، اس سے اپنے دامن کو پاک رکھ کر ہی ہم اچھے اور ستھرے ذوق کا ثبوت دے سکتے ہیں۔ ٹھیک اسی طرح چھوٹی نیکیوں کی بھی اپنی جگہ بڑی اہمیت ہے، ان سے گریز صحیح نہ ہوگا، بعض نیک کام بظاہر چھوٹے معلوم ہوتے ہیں لیکن وہ اخلاق وکردار کی عظمت کا ثبوت بہم پہنچاتے ہیں، اس لئے ان کی طرف سے بے پروا نہیں ہونا چاہئے۔ ایک بہتے ہوئے تنکے کی بھی اہمیت ہے، اس کے ذریعہ سے ہمیں دریا کے بہاؤ کا رخ معلوم ہوتا ہے۔

اسلام نے آخرت کو بہتر بنانے کیلئے جو طریقے بتائے ہیں در حقیقت وہ کچھ مشکل نہیں، بلکہ اگر انسان ان طریقوں کو اختیار کرے تو اس کی دنیا پر سکون ہو جاتی ہے، لیکن آج کل ذہنوں میں یہ بات بیٹھ گئی ہے کہ اسلامی تعلیمات پر عمل کرنا ایک مشکل کام ہے جس کیلئے اپنے بہت سے دنیوی مفادات، بہت سی لذتوں اور بہت سا عیش وآرام قربان کرنا پڑتا ہے۔ نتیجہ یہ ہے کہ اکثر لوگ اس مشکل کا تصور کر کے اس راہ پر چند قدم چلنا بھی شروع نہیں کرتے اور اس کی وجہ سے صغیرہ گناہوں کو معمولی سمجھ کر ان سے بچنے کا اہتمام نہیں کرتے، اور پھر آہستہ آہستہ وہ کبیرہ گناہوں میں بھی ملوث ہو جاتے ہیں، اسی طرح وہ نیکیوں کے سلسلے میں بھی چھوٹی نیکیوں کی طرف توجہ نہیں دیتے؛ حالانکہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ تم نیکی اور بھلائی سے تعلق رکھنے والی کسی چیز کو بھی حقیر نہ سمجھو اور یہ بھی نیکی ہے کہ تم اپنے بھائی سے شگفتہ روئی کے ساتھ ملو اور یہ کہ تم اپنے ڈول سے اپنے بھائی کے برتن میں پانی ڈال دو۔ (ترمذی)

لہٰذا شیطان کے اس دھوکے میں کبھی نہیں آنا چاہئے کہ اگر ہم دین کے بڑے کام کرنے سے محروم ہیں تو یہ چھوٹی چھوٹی نیکیاں ہمیں کیا فائدہ پہنچا سکیں گی؟

واقعہ یہ ہے کہ نیکی کا کوئی عمل چھوٹا نہیں ہے اور جس وقت نیکی کی توفیق ہو جائے اسے غنیمت سمجھ کر ضرور کر لینا چاہئے، کیا بعید ہے کہ اللہ پاک اس نیکی کو قبول فرمالیں تو اس کی برکت سے ہماری باقی زندگی بھی درست ہو جائے۔

☆☆☆

قرآن کریم قدیم ترین دستاویز

حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ کے عدل واصلاح کے پروگرام نے بنوامیہ کو بالکل ہی تہی دست کر دیا تھا، جس کی وجہ سے ان میں شدید برہمی وناراضگی پائی جاتی تھی۔ چنانچہ آل مروان نے ہشام بن عبدالملک کو اپنا نمائندہ بنا کر حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ سے بات چیت کیلئے بھیجا۔ ہشام نے حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ سے کہا کہ "جن معاملات کا تعلق آپ کے دور سے ہے اور جو واقعات آپ کے زمانے میں پیش آئیں، ان کے لئے آپ جو چاہیں کریں، لیکن جن معاملات کا تعلق گزشتہ حکمرانوں سے ہے، ان میں تبدیلی نہ کریں، کیونکہ ان کا ثواب یا وبال ان حکمرانوں پر ہوگا"۔

حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ نے جواب میں فرمایا: "اگر ایک ہی معاملے میں تمہارے پاس دو دستاویزیں ہوں، ایک حضرت امیر معاویہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی اور دوسری عبدالملک بن مروان کی، تو تم ان میں سے کس پر عمل کروگے؟"۔ ہشام نے کہا: "اس صورت میں حضرت امیر معاویہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا مقام عبدالملک سے بہت اونچا ہے، لہٰذا حضرت امیر معاویہ کی دستاویز پر عمل کروں گا"۔ اس پر حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا: "پھر میں نے اللہ کی کتاب (قرآن کریم) کو سب سے قدیم دستاویز پایا ہے، اس لئے میں ہر معاملے میں چاہے میرے زمانے کا ہو یا پہلے کا، اسی قدیم ترین دستاویز کے مطابق عمل کروں گا"۔ اس جواب پر ہشام بوکھلا گیا۔ اسی طرح کی ایک گزارش سعید بن خالد بن یزید نے کی تھی کہ "اے امیر المومنین! جو چیز آپ سے تعلق رکھتی ہو، اس میں آپ بلاشبہ حق وانصاف کے مطابق فیصلہ کریں، لیکن گزشتہ حکمرانوں کے فیصلوں کو ان کی حالت پر رہنے دیں۔ کیونکہ ان کی اچھائی یا برائی کے وہ ذمہ دار ہیں، آپ سے ان کے متعلق نہیں پوچھا جائے گا"۔

اس درخواست کے جواب میں حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ نے فرمایا: "اے سعید بن خالد! میں تم سے خدا کی قسم دے کر پوچھتا ہوں کہ اگر ایک شخص چھوٹے بڑے لڑکوں کو چھوڑ کر مر جائے اور بڑے لڑکے تشدد اور ظلم وستم سے چھوٹوں کو دبا کر ان کے سارے مال پر قبضہ کر لیں اور پھر چھوٹے لڑکے تم سے مدد کے طلبگار ہوں تو تم کیا کروگے؟"۔ سعید نے کہا: "میں ان چھوٹوں کی مدد کروں گا اور ان کے حقوق واپس دلاؤں گا"۔ حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا: "میں بھی تو یہی کام کر رہا ہوں۔ مجھ سے پہلے کے حکمراں، ان کے خاندان والوں، امیروں اور وزیروں نے کمزور رعایا کے حقوق دبا لئے تھے، اب جب میں خلیفہ ہوا تو کمزور افراد میرے پاس فریاد لے کر آئے۔ اس صورت میں میرے پاس اس کے سوا کوئی چارہ نہیں کہ ظالم سے مظلوم کا حق واپس دلاؤں"۔ (تاریخ اسلام سے اقتباس)

حمد باری تعالیٰ

محمد امین عامرؔ

یہ زمیں تیری آسماں تیرا
عرش تا فرش دو جہاں تیرا
یہ شجر اور حجر، رواں دریا
موجزن بحرِ بیکراں تیرا
دشت و صحرا، جبل و نخلستان
آبشار رواں دواں تیرا
تیرے آثار ہر سو جلوہ فگن
دے رہے ہیں پتہ نشاں تیرا
خلق دنیا کیا ہمارے لئے
ہم مکیں تیرے یہ مکاں تیرا
نعمتوں کا تری شمار نہیں
قصہ کوتاہ کل جہاں تیرا
بندگی تیری ہم پہ لازم ہے
سر ہمارا ہو آستاں تیرا
عامرِ عاجز سخن پرور
اس سے ممکن نہیں بیاں تیرا

نعتِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم

آیئے پڑھ لیں درودِ پاک برکت کے لئے
اپنے ایمان و یقیں کی زیب و زینت کے لئے
ان صحابہ کی عقیدت کو میں کرتا ہوں سلام
جاں لٹا دیتے تھے جو اک ایک سنت کے لئے
جب کیا بو جہل نے ذاتِ نبوت پر سوال
سنگریزے بول اٹھے پاسِ رسالت کے لئے
بخش دیں میرے نبیؐ نے بیٹیوں کو عظمتیں
منتخب زہرا کو کرکے دیں کی وسعت کے لئے
زلف ہے واللیل تو والشمس ہے روئے مبیں
یعنی جسمِ مصطفیٰ بھی ہے تلاوت کے لئے
اس غریبی میں ہی ان شاء اللہ طیبہ جاؤں گا
غیر ممکن کچھ نہیں ہے اس کی قدرت کے لئے
سوچتا ہوں میں بھی کافر ہوتا یا مشرک ذکی
جو مرے سرکار نہ آتے ہدایت کے لئے

ذکی طارق بارہ بنکوی

کیا پانی کا بھی کوئی مذہب ہوتا ہے؟

مندر میں پانی پینا جرم بن گیا۔ غضب ہوگیا توبہ توبہ!

حافظ محمد ہاشم قادری مصباحی جمشیدپور

بویا پیڑ ببول کا گندم کہاں سے لاؤ گے' بہت مشہور مقولہ ہے۔ کسی واقعہ یا قصہ وغیرہ کا نتیجہ جو بندھے الفاظ میں بطور مثال بیان کیا جائے کہاوت یا ضرب المثل کہلاتا ہے۔ مثلاً "اندھوں میں کانا راجہ" ایک کہاوت ہے، اس میں "اندھوں" کو "بہروں" سے یا "کانا" کو "سیانا" سے تبدیل نہیں کر سکتے۔ یہ بات سو فیصد درست ہے۔

دو دہائی پہلے ہمارے ملک ہندوستان میں ہندو مسلم بھائی چارا، دوستی، لوگوں سے بھائی بندوں کا سا تعلق قائم تھا، باقی تھا۔ برا ہو سیاست کا جب سے حکومت پانے، حکومت پر بنے رہنے کی چاہت پروان چڑھی، جب سے سخت گیر نظریہ رکھنے والی پارٹیوں نے انگریزوں کی پالیسی کو اپنا لیا، تقسیم اور حکمرانی، divdeand rule ہندو مسلم کو لڑاؤ اور حکومت کرو اس چاہت نے ملک سے بھائی چارا کو قریب قریب ختم کر دیا ہے۔ اب بھائی چارا برائے نام رہ گیا ہے، وہ بھی دکھاوا اور فوٹو سیشن میں تبدیل ہو گیا ہے۔ ابھی تازہ مثال بنگال کی انتخابی مہم میں دیکھیں، ذمہ دار عہدے پر براجمان حضرات کس قدر زہر اگل رہے ہیں تو اُن کے چیلے کیوں پیچھے رہیں وہ بھی اپنا روپ دکھا رہے ہیں۔ کلکتہ میں بریگیڈ پریڈ میدان میں انتخابی مہم کے جلسہ میں عوام سے خطاب کیا پرائم منسٹر کی موجودگی میں مشہور فلمی اداکار متھن چکرورتی نے بی جے پی میں شمولیت اختیار کر لی اور اپنے خطاب میں متھن چکر ورتی نے کہا "میں پانی کا سانپ نہیں کوبرا سانپ ہوں!" اور کیوں نہ ہوں جن پر 30 سے زیادہ مقدمات چل رہے ہوں وہ یقیناً سادھارن مانش ہو ہی نہیں سکتا۔ اب بی جے پی میں شمولیت سے گنگا نہا کر پاک صاف ہو جائیں گے۔

زہریلا ہوتا ماحول مرتے عوام ہے کیا کوئی اس کی دوا: ہندوستان اب ایسا ملک ہو گیا ہے جہاں مندر سے پانی پینے پر مسلمان لڑکے پر زبردست تشدد (مارپیٹ، ظلم، زیادتی) کی جا رہی ہے۔ ہندوستان کی رپورٹ کے مطابق غازی آباد کی ڈاسنا دیوی مندر میں 14 سال آصف نام کے مسلمان لڑکے نے مندر سے پانی کیا پی لیا کہ وہ مجرم ہو گیا۔ لڑکے کو مارنے والا شخص لڑکے سے اس کا نام پوچھتا ہے، جس سے ظاہر ہے کہ وہ لڑکا مسلمان ہے۔ مارنے والا شخص لڑکے سے مندر کے اندر جانے کی وجہ پوچھتا ہے، لڑکا جواب دیتا ہے کہ وہ پانی پینے گیا تھا۔ اس کے بعد وہ (ظالم) شخص لڑکے کو مارنا شروع کر دیتا ہے۔ وائرل ویڈیو کے ہیش ٹیگ "سوری آصف اور آصف وانٹ جسٹس" ایک نمبر تک پہنچا۔ وائرل ویڈیو میں لڑکے کے سر پر تھپڑ برساتے، بازو مروڑتے اور پیٹ میں لاتیں مارتے ہوئے دیکھا جا سکتا ہے۔ جبکہ مسلمان لڑکا بے یار و مددگار خود کو بچانے کی کوشش کر رہا ہے، تڑپ رہا ہے، گڑگڑا رہا ہے، رو رہا ہے۔ مارنے والا ظالم جس نے ریاست بہار کے بھاگلپور یونیورسٹی سے انجینئرنگ کی ڈگری لے رکھی ہے، وہ شخص شیوانند سرسوتی ہے اور جس نے ویڈیو بنائی یادو نام کا ہے۔ انگریزی روزنامہ 'انڈین ایکسپریس' کی رپورٹ کے مطابق لڑکے کو بری طرح تشدد، ظلم اور تضحیک (ذلیل کرنا، ہنسی اڑانا، تمسخر کرنا، مزہ لینا) کا نشانہ بنایا گیا۔ کیا پانی کا بھی کوئی مذہب ہوتا ہے؟ افسوس اس بات پر ہے کہ مندر کمیٹی کے ایک رکن انیل یادو کا کہنا ہے کہ مندر کمیٹی یادو کو قانونی مدد فراہم کرے گی۔ جب تک حکومتیں اور عدالتیں ایسے مجرموں کو سخت سزائیں نہیں دیتیں ایسے واقعات ہوتے رہیں گے، نیاں بھئے کوتوال تو ڈر کا ہے کا۔

'پیاسوں کو پانی پلانا عظیم نیکی ہے': مذہب اسلام میں پانی پلانے کو بہت اہمیت دی گئی ہے۔ قرآن مجید میں اور احادیث طیبہ میں پانی پلانے کو بڑا ثواب اور صدقہ جاریہ کہا گیا ہے، جس کا ثواب مرنے کے بعد تک ملتا رہے گا۔ اسلام انسانیت کا بھی خواہ اور اس کے لانے والے رحمت عالم ﷺ رحمۃ اللعالمین ہیں۔ آپ کے ارشادات میں تو جانوروں تک کیلئے پانی پلانے کا انتظام کرنے پر بڑے اجر و ثواب کا ذریعہ بتایا گیا ہے، یہاں تک کہ جنت کی بشارت دی گئی ہے۔ ٹھنڈا پانی اللہ کی عظیم نعمت ہے۔ نبی کریم ﷺ کی دعائے مبارکہ ہے: "اے اللہ! میرے دل میں اپنی محبت میری جان میرے اہل اور ٹھنڈے پانی کی محبت سے بھی زیادہ پیاری بنا دے" (ترمذی باب ما جاء فی عقد التسبیح بالید)۔ یہاں پر رب تعالیٰ کی محبت کو ٹھنڈے پانی کی محبت سے زیادہ کرنے کو کہا گیا ہے، جس سے پتہ چلا کہ ٹھنڈا پانی بڑی نعمت والا ہے۔ پانی پلانے سے بڑی بڑی بیماریوں سے انسان بچتا ہے اور اگر کسی موذی بیماری میں مبتلا ہو تو پیاسوں کو پانی پلانے سے اس کا موذی مرض جاتا رہتا ہے۔

پیاسوں کو پانی پلائیں لا علاج بیماری سے شفا پائیں: رب تبارک وتعالیٰ نے اپنی مخلوق کو بے شمار نعمتوں سے نوازا اور ان نعمتوں کی خصوصیت وافادیت کا ذکر بھی فرمایا، بلاشبہ انسان اور تمام جانداروں کیلئے ہوا، پانی، کھانا، انتہائی ضروری ہے۔ اس کے بغیر زندگی کا تصور بھی نہیں کر سکتے ہیں جہاں جینے کیلئے صاف ستھری ہوا ضروری ہے وہیں کھانا پانی بھی ضروری ہے۔ اللہ رب العزت کی حکمت دیکھیں اپنی تمام مخلوق کی ضرورت کیلئے اشیا (کھانے پینے کی چیزیں) پیدا فرمائیں، یہ اور بات ہے کہ آج اس کی مخلوق میں انسان جو اشرف المخلوق ہونے کا شرف رکھتا ہے، وہی اس کی قدر نہیں کر رہا ہے بلکہ نعمتوں کی بربادی، بے قدری کا کوئی راستہ باقی نہیں رکھ رہا ہے، اس کی تفصیل پھر کبھی۔ ہوا، پانی، کھانا جیسی نعمتوں کا مختصر ذکر بغور پڑھیں، اللہ رب العزت فرما رہا ہے: ترجمہ: اور ہم نے آسمان سے برکت والا پانی اتارا تو اس سے باغ اگائے اور اناج کہ کاٹا جاتا ہے۔ (القرآن-سورہ: ق-(50، آیت نمبر 9)۔ رب فرما رہا ہے کہ ہم نے آسمان سے برکت والا پانی اتارا اس سے باغات لہلہاتے ہیں، طرح طرح کے پھل، میوے ہوتے ہیں جسے تم کھاتے ہو، کھیتیاں سیراب کر دیں جن سے اناج پیدا ہوا جسے تم کھاتے ہو، اونچے اونچے کھجور کے درخت اگائے جو بھرپور میووں سے لدے رہتے ہیں، یہ سب مخلوق کی روزیاں ہیں اور اس پانی سے ہم نے مردہ زمین کو زندہ کر دیا، وہ سرسبز وشاداب ہو گئی اور خشکی کے بعد تر و تازہ ہو گئی اور سوکھے چٹیل میدان لہلہانے لگے جسے تمہارے جانور کھاتے ہیں اور تم ان کا دودھ پیتے ہو۔

پیاسوں کو پانی پلائیں لا علاج بیماری سے شفا پائیں: بہت مشہور حدیث پاک ہے: گزشتہ امت میں ایک عورت نے ایک کتے کی پیاس بجھائی تو اللہ نے اس کی تمام خطائیں معاف فرما دیں اور جنت عطا فرمائی۔ اللہ رب العزت نے پانی کی خوبیوں میں یہ بات بیان فرمائی کہ ہم نے آسمان سے برکت والا پانی اتارا، ظاہری بات ہے جسے رب تبارک وتعالیٰ برکت والا بتائے اس سے برکت ضرور ملے گی۔ علامہ زرقانی شرح مواہب میں بیان فرماتے ہیں۔ عوف بن مالک اشجعی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیمار ہوئے فرمایا: پانی لاؤ کہ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے ہم نے آسمان سے برکت والا پانی اتارا (برسایا) پھر فرمایا شہد لاؤ اور آیت۔ فیہ شفاء للناس پڑھی کہ اس میں شفا ہے لوگوں کیلئے پھر فرمایا روغن زیتون لاؤ اور آیت پڑھی کہ برکت والے پیڑ سے ہے پھر ان سب کو ملا کر نوش فرمایا، شفا پائی۔ (بدعوة الجیران ومواساة الفقراء، ص 39)۔ لوگوں کو پانی پلانے سے لا علاج بیماریوں سے شفا ملتی ہے۔ ملاحظہ فرمائیں علی بن حسین بن شقیق فرماتے ہیں: میرے سامنے ایک شخص نے امام عبداللہ بن مبارک رحمۃ اللہ علیہ سے عرض کیا، اے ابوعبدالرحمٰن سات برس سے میرے ایک زانو میں پھوڑا ہے، قسم قسم کے علاج کئے طبیبوں (ڈاکٹر) سے رجوع کیا کچھ فائدہ نہ ہوا فرمایا جاؤ ایسی جگہ دیکھو جہاں لوگوں کو پانی کی ضرورت ہو وہاں ایک کنواں کھود اور (براہ کرامت یہ بھی) ارشاد فرمایا کہ میں امید کرتا ہوں کہ وہاں تیرے لیے ایک چشمہ نکلے گا اور تیرا یہ خون بہنا تھم جائے گا، اس شخص نے ایسا ہی کیا اور اچھا ہو گیا۔ دلچسپ اور ایمان افروز حکایتیں پڑھیں۔ امام بیہقی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں۔ ہمارے استاد ابو عبداللہ حاکم (صاحب مستدرک) کی حکایت (STORY) ہے کہ ان کے منہ میں پھوڑے نکلے، طرح طرح کے علاج کئے نہ گئے۔ تقریب ایک سال اسی حال میں گزرا، انھوں نے ایک جمعہ کو امام استاد ابوعثمان صابونی رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ سے ان کی مجلس میں دعا کی درخواست کی۔ امام نے دعا فرمائی اور حاضرین نے بکثرت آمین کہی۔ دوسرا جمعہ ہوا کسی بی بی (شریف اور معزز عورت) نے ایک رقعہ (خط) مجلس میں ڈال دیا، اس میں لکھا تھا کہ میں اپنے گھر پلٹ کر گئی اور شب کو ابوعبداللہ حاکم کیلئے دعا میں کوشش کی، خواب میں جمال جہاں آرا حضور رحمت عالم ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوئی، آپ ﷺ نے مجھ سے ارشاد فرمایا، ابوعبداللہ سے کہو مسلمانوں پر پانی کی وسعت کرے۔ امام بیہقی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں۔ میں وہ رقعہ اپنے استاد ابو عبداللہ حاکم کے پاس لے گیا، انھوں نے اپنے دروازے پر سقایا پانی کا حوض (TANK) بنانے کا حکم دیا، جب بن چکا اس میں پانی بھر دیا اور برف ڈالی اور لوگوں نے پینا شروع کیا۔ ایک ہفتہ نہ گزرا تھا کہ شفا ظاہر ہوئی۔ پھوڑے جاتے رہے، چہرہ اس اچھے سے (پہلے) سے اچھا ہو گیا، جیسا کبھی نہ تھا اس کے بعد برسوں زندہ رہے۔ احادیث وسیرت کی کتابوں میں بہت سے عبرت ناک حکایات موجود ہیں۔ مسلمانوں کو چاہئے ان سے سبق لیں اور خاص کر جو لمبی بیماریوں میں مبتلا ہیں۔ ان کو اللہ اور اس کے رسول کے بتائے ہوئے طریقہ پر عمل کرنا چاہئے تاکہ بیماریوں سے نجات ملے۔ ڈاکٹروں کی بڑی بڑی فیس اسپتالوں کے بڑے بڑے بل ادا کر کے بھی نجات حاصل نہیں کر پا رہے ہیں۔ اللہ اور اس کے رسول کا وعدہ اس پر ایمان رکھیں اور سچی نیت سے اس پر عمل کریں۔ بھوکوں کو کھلائیں، پیاسوں کو پانی پلائیں، دیکھیں ضرور لاعلاج بیماریوں سے شفا پائیں گے۔ ہر شخص اپنی طاقت کے اعتبار سے لوگوں کی خدمت کریں اور پانی کی حفاظت کریں۔

آسٹریلیا کی مشہور منرل کمپنی آرگینک اسپرنگ (Organic Spring) نے اپنے پانی کی بوتل پر آقا ﷺ کا یہ فرمان (Do not waste water even if you were at a running stream) ترجمہ: پانی ہرگز برباد نہ کرو گرچہ تم سمندر کے پاس ہی کیوں نہ ہو۔ راستہ چلتے ہم پانی کی جو بوتلیں خریدتے ہیں۔ پانی پی کر ان کو پھینک دیتے ہیں، ان کو قطعی نہ پھینکیں ان بوتلوں کو جمع کریں جب دس بیس بوتلیں ہو جائیں پانی بھر کر جھولا میں بھر کر بس اسٹیشنوں چوراہوں ریلوے اسٹیشنوں پر پیاسوں کو بانٹ دیں، آپ کو ثواب بھی ملے گا، بیماری سے نجات بھی ملے گی۔ قلبی وذہنی سکون بھی ملے گا اور بھی بہت سے طریقے ہیں جن کو کر کے مخلوق خدا کو فائدہ پہنچایا جا سکتا ہے۔ آیئے ہم سب مل کر عہد کریں کہ یہ کام ضرور کریں گے۔ کل سے نہیں ان شاء اللہ آج ہی سے کریں۔ اس میں شرمانے کی ضرورت نہیں۔ نہ جانے ہم دن میں کتنے ایسے کام کرتے ہیں جو یقیناً شرم کا باعث ہوتے ہیں لیکن ہمیں احساس تک نہیں ہوتا اور یہ کام تو اللہ ورسول کے حکم کی بجا آوری اور ہمارے فائدے کا ہے۔

مسلمان پانی پلانے کی سنت کو عام کریں: رسول کریم ﷺ اور صحابہ کرام کی سنت پیاسوں کو پانی پلانا بہت مشہور ہے، لہٰذا مسلمانوں کو اس سنت کو عام کرنا چاہیے۔ جگہ جگہ پیاسوں کو پانی پلانے کا انتظام کریں۔ بلاتفریق مذہب وملت بلکہ جانوروں کو بھی پانی پلانے کا بندوبست کریں۔ یہ عمل جنت سے قریب اور جہنم سے دور کرنے والا ہے۔ انسانوں اور جانوروں سبھی کو پانی پلانے کی کوشش کرنی چاہیے، بہت ضروری ہے۔ یہ کام مدرسوں، مسجدوں سے بھی کرنا ضروری ہے۔ مسجدوں کے باہر پانی پلانے کا کام ضرور کیا جائے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو نیک عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے آمین۔

09279996221,hhmhashim786@gmail.com,

قومی و بین الاقوامی خبریں

بنگلہ دیش اور امریکہ نے معاہدے پر دستخط کردیے

ڈھاکہ: بنگلہ دیش اور امریکہ نے جوہری توانائی کے پرامن استعمال کے ایک معاہدے پر دستخط کردیے ہیں، بی این پی میڈیا سیل نے آج بروز سنیچر اس بات کی جانکاری دی۔

میڈیا سیل نے فیس بک پر ایک پوسٹ میں کہا کہ اس معاہدے پر بنگلہ دیش کی جانب سے سائنس اور ٹیکنالوجی کے وزیراعظم کے مشیر ریحان اسد اور امریکہ کی جانب سے سکریٹری جیکب ہیلبرگ نے دستخط کیے۔

پوسٹ میں مزید تفصیلات بتائے بغیر کہا گیا کہ یہ بات قابل ذکر ہے کہ جوہری توانائی کے پرامن استعمال میں تعاون کا اقدام سب سے پہلے سال 1981 میں آنجہانی صدر ضیاء الرحمن کے دور حکومت میں اٹھایا گیا تھا۔ بنگلہ دیش اور امریکہ کے درمیان آج کا معاہدہ اسی کوشش کے تسلسل کے طور پر کیا گیا ہے۔

اسی بیچ خبر ہے کہ بنگلہ دیش کے روپ پور نیوکلیئر پاور پلانٹ کے یونٹ 2 کے لیے روس سے بھیجا گیا یورینیم ایندھن فضائی حدود صاف نہ ہونے کی وجہ سے یہ ابھی تک نہیں پہنچ سکا۔ یہ ایندھن جمعرات کو پہنچنا تھا۔ بنگلہ دیش کی سائنس اور ٹیکنالوجی کی وزارت کے جوائنٹ سکریٹری، شیخ محمد توحید الاسلام نے فون پر اے این آئی کو بتایا کہ ہم نے ہوائی اڈے پر تمام تیاریاں مکمل کر لی تھیں اور انتظار کر رہے تھے، لیکن روساٹم کے رابطہ افسر نے ہمیں بتایا کہ فضائی حدود صاف نہیں ہے۔ اس لیے ہم اسے نہیں بھیج سکے۔ اب اس کا نیا شیڈول طے کرنا پڑ سکتا ہے۔ تاہم حکام یہ بتانے سے قاصر تھے کہ فضائی راستہ کس ملک نے روکا تھا۔

یہ نیوکلیئر پاور پلانٹ روس کے روساٹم کے تعاون سے تیار کیا جا رہا ہے۔ تاخیر کی اصل وجہ معلوم کرنے کے لیے اے این آئی نے روساٹم کے ایک نمائندے کو ای میل بھیجی۔ تاہم، اب تک وہاں سے کوئی جواب موصول نہیں ہوا ہے۔ روپ پور نیوکلیئر پاور پلانٹ، جو بنگلہ دیش کا پہلا جوہری توانائی کا منصوبہ ہے، ضلع پبنا کے ایشوردی اپازیلا کی پاکشی یونین میں دریائے پدما کے کنارے واقع روپ پور گاؤں میں تعمیر کیا جا رہا ہے۔ یہ منصوبہ روسی فیڈریشن کی اسٹیٹ اٹامک انرجی کارپوریشن (روساٹم) کی تکنیکی

ایک دہشت گرد ملک مجھ سے پوچھ رہا ہے؟ پاکستانی صحافی کے سوال پر جے شنکر کا سخت ردعمل

نیویارک: اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی کے 81ویں اجلاس کے دوران ایک پریس کانفرنس میں، وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے ایک پاکستانی صحافی کے سوال کا ایسا جواب دیا کہ وہاں کا ماحول ہی بدل گیا۔ جے شنکر نیویارک میں ایک پریس بریفنگ سے خطاب کررہے تھے، اسی دوران پاکستان کے ایک صحافی نے دہشت گردی سے متعلق سوال پوچھ کر انہیں ٹوکنے کی کوشش کی۔ اس پر وزیر خارجہ نے اس صحافی کو منہ توڑ جواب دیا۔

ایس جے شنکر نے اس صحافی کے سوال کا سخت جواب دیتے ہوئے کہا کہ ایک دہشت گرد ملک مجھ سے یہ سوال پوچھ رہا ہے اس کے بعد وہ ہنسے اور پھر وہاں سے چلے گئے۔ ان کا یہ ویڈیو کافی وائرل ہورہا ہے۔

واضح رہے کہ صرف ایک بیان دینے والی پریس کانفرنس تھی، جس کا اعلان پروگرام شروع ہونے سے پہلے ہی کر دیا گیا تھا، لیکن پاکستانی رپورٹر نے اچانک مداخلت کی اور سوال پوچھ کر گھیرنے کی کوشش کی۔ یہ واقعہ اس وقت ہوا جب جے شنکر، جمہوریہ لائبیریا کی وزیر خارجہ سارہ بیسولو نیانتی کے ساتھ مل کر، شپنگ اور سمندری عملے کی حفاظت اور سلامتی پر گروپ آف فرینڈز کے حوالے سے منعقدہ پریس کانفرنس سے خطاب کررہے تھے۔

پریس کانفرنس میں جے شنکر کے بیان کے بعد، پاکستانی صحافی نے کھڑے ہوکر سوال پوچھتے ہوئے کہا کہ آپ کی حکومت پاکستان میں دہشت گردی کی سرپرستی کرنا کب بند کرے گی؟

ایک طنزیہ مسکراہٹ کے ساتھ جے شنکر نے پاکستانی صحافی پر تنقید کرتے ہوئے کہا، ایک دہشت گرد ملک مجھ سے یہ سوال پوچھ رہا ہے؟ حد ہے یار!

جب رپورٹر نے مسلسل چلانا جاری رکھا، تو اقوام متحدہ میں بھارت کے مستقل مندوب، ہریش پرواتھانینی نے اس سے کہا، آپ نے اپنا جواب سن لیا ہے۔ آپ نے اپنا جواب بالکل صاف اور واضح طریقے سے سن لیا ہے!

قابل ذکر ہے کہ وزیر خارجہ نیویارک میں ہیں اور اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی کے 81ویں اجلاس کے ہائی لیول ویک کے لیے بھارتی وفد کی قیادت کررہے ہیں۔ وہ سنیچر کے روز ہائی لیول سیشن سے خطاب کریں گے۔ اپنے دورے کے دوران، وزیر خارجہ نے کئی کثیر الجہتی اور دوطرفہ ملاقاتوں میں حصہ لیا ہے۔ بھارت اکثر پاکستان سے سرحد پار دہشت گردی کے موضوع کو عالمی پلیٹ فارمز پر اٹھاتا رہتا ہے۔

اس سے ایک دن پہلے، ایک بھارتی رپورٹر نے پاکستان کے وزیر اعظم شہباز شریف سے بھی اسی نوعیت کا سوال اس وقت پوچھا تھا جب وہ جنرل اسمبلی کے داخلی راستے سے گزر رہے تھے، وزیر اعظم، آپ دہشت گردوں کو پناہ دینا کب بند کریں گے؟ اور آپ لشکر طیبہ کے سربراہ حافظ سعید پر مقدمہ کب چلائیں گے؟

وزیر خارجہ جے شنکر کے برعکس، شہباز شریف نے اپنی رفتار تیز کردی اور جواب دیے بغیر دوسری طرف دیکھنے لگے۔

سوشل میڈیا پر وائرل ایک ویڈیو میں شریف کو اقوام متحدہ کے ہیڈ کوارٹر پہنچتے ہوئے دیکھا گیا، جہاں رپورٹر نے پوچھا کہ وزیر اعظم، آپ دہشت گردوں کو پناہ دینا کب بند کریں گے؟ تاہم، شریف نے کوئی جواب نہیں دیا۔

یہ معاملہ اس وقت دوبارہ اٹھایا گیا جب پاکستانی وزیر اعظم اقوام متحدہ کی عمارت سے باہر نکلے۔ رپورٹر نے پوچھا کہ آپ لشکر طیبہ کے سربراہ حافظ سعید پر مقدمہ کب چلائیں گے؟ شریف نے ایک بار پھر جواب دینے سے انکار کردیا اور سوال کا سامنا کیے بغیر صحافیوں کے پاس سے گزر گئے۔

حافظ سعید پاکستان میں قائم کالعدم دہشت گرد گروپ لشکر طیبہ کا بانی اور بھارت کے مطلوب دہشت گردوں میں سے ایک ہیں۔ وہ اقوام متحدہ کی پابندیوں کی فہرست میں بھی شامل ہیں جن پر امریکی حکومت نے 10 ملین ڈالر کا انعام رکھا ہوا ہے۔

اس سے قبل بدھ کو، بھارت نے اقوام متحدہ میں پاکستان پر شدید تنقید کرتے ہوئے اسلام آباد سے کہا کہ وہ علاقائی عزائم رکھنے یا سرحد پار دہشت گردی کی حمایت کرنے کے بجائے امدادی پیکج پر منحصر اپنی گرتی ہوئی معیشت پر توجہ دے۔

بلوچستان میں اس ہفتے انسدادِ دہشت گردی کی کارروائیوں میں تینتیس دہشت گرد ہلاک: پاک فوج کا دعویٰ

اسلام آباد: فوج نے جمعہ کے روز بتایا کہ پاکستانی سکیورٹی فورسز نے اس ہفتے شورش زدہ صوبہ بلوچستان میں انسداد دہشت گردی کی کارروائیوں کے دوران کم از کم 33 دہشت گردوں کو ہلاک کردیا ہے۔ فوج کا کہنا ہے کہ ان آپریشنز میں تحریک طالبان پاکستان اور بلوچ عسکریت پسند گروپوں سے وابستہ دہشت گردوں کو نشانہ بنایا گیا ہے۔ فوج کے مطابق، 24 ستمبر کو جاری آپریشن شعبان کے ایک حصے کے طور پر، سکیورٹی فورسز نے دہشت گردوں کے مزید ٹھکانوں کو تباہ کیا اور شدید فائرنگ کے تبادلے کے بعد پانچ دہشت گرد ہلاک ہو گئے، جس سے ہلاک ہونے والے دہشت گردوں کی مجموعی تعداد 22 ہوگئی۔

پاک فوج نے دعویٰ کیا ہے کہ دہشت گردوں کے ٹھکانوں سے اسلحہ، گولہ بارود اور دھماکہ خیز مواد برآمد کیا گیا ہے۔ فوج نے کہا کہ علاقے سے خطرے کے مکمل خاتمے تک کلیئرنس آپریشن جاری رہے گا۔ ایک اور کارروائی میں، 25 ستمبر کو سکیورٹی فورسز نے ضلع تربت میں انٹیلی جنس پر مبنی آپریشن (IBO) کا انعقاد کیا۔ فوج نے بتایا، آپریشن کے دوران، (ہمارے) اپنے دستوں نے دہشت گردوں کے ٹھکانے کو موثر طریقے سے نشانہ بنایا اور شدید فائرنگ کے تبادلے کے بعد 11 دہشت گردوں کو جہنم واصل کردیا گیا۔ اس سے قبل، صوبے کے مختلف علاقوں میں کی جانے والی کارروائیوں میں 21 ستمبر سے اب تک 17 دہشت گرد پہلے ہی ہلاک کیے جا چکے تھے۔ فوج نے مزید کہا کہ سکیورٹی فورسز اور قانون نافذ کرنے والے اداروں کی جانب سے انسداد دہشت گردی کی یہ انتھک مہم بیرون ملک سے فنڈڈ اور حمایت یافتہ دہشت گردی کی لعنت کو جڑ سے اکھاڑ پھینکنے کے لیے پوری رفتار سے جاری رہے گی۔ دوسری

ایس آئی آر تنازعہ: چیف الیکشن کمشنر گیانیش کمار کے خلاف کارروائی اور ایس آئی ٹی کی تشکیل کے لیے سپریم کورٹ میں عرضی

نئی دہلی: خصوصی جامع نظرثانی (ایس آئی آر) کے دوران ووٹر فہرستوں سے مبینہ طور پر نام حذف کیے جانے اور الیکشن کمیشن کی جانب سے قانونی فرائض کی مبینہ خلاف ورزیوں کے معاملے میں چیف الیکشن کمشنر گیانیش کمار کے خلاف کارروائی اور معاملے کی تحقیقات کے لیے خصوصی تحقیقاتی ٹیم (ایس آئی ٹی) تشکیل دینے کی درخواست سپریم کورٹ میں دائر کی گئی ہے۔ یہ عرضی ایڈووکیٹ شلیندر منی ترپاٹھی نے ایڈووکیٹ چاند قریشی کے توسط سے داخل کی ہے۔ درخواست میں دعویٰ کیا گیا ہے کہ 23 ستمبر 2026 کو منظر عام پر آنے والے دستاویزی ریکارڈ سے الیکشن کمیشن آف انڈیا کے اندر مبینہ طور پر غیر معمولی آئینی اختلافات اور قانونی بے ضابطگیوں کا انکشاف ہوا ہے۔ عرضی میں کہا گیا ہے کہ نومبر 2025 سے اگست 2026 تک تقریباً 10 ماہ کے دوران دیگر دو الیکشن کمشنروں، ڈاکٹر سکھبیر سنگھ سندھو اور ڈاکٹر وویک جوشی نے کم از کم 14 الگ الگ مواقع پر تحریری طور پر اختلاف اور اعتراضات ریکارڈ کیے۔

درخواست گزار کا دعویٰ ہے کہ ان میں ایک ہی دن چار مرتبہ بھی اعتراضات درج کیے گئے اور یہ اعتراضات ان فیصلوں کے خلاف تھے جنہیں عرضی میں چیف الیکشن کمشنر کی جانب سے یکطرفہ، غیر مجاز اور غیر قانونی طور پر لیے اور نافذ کیے جانے کا الزام لگایا گیا ہے۔ عرضی میں الیکشن کمیشن کے فارم 6 میں مبینہ طور پر غیر قانونی تبدیلی کا بھی ذکر کیا گیا ہے۔ درخواست گزار کے مطابق پہلی مرتبہ ووٹر بننے والے نوجوانوں کے لیے "آخری ایس آئی آر سے ربط" جیسی آبائی یا خاندانی شرط عائد کی گئی، حالانکہ اس کے لیے قانون سازی یا رولز میں ترمیم نہیں کی گئی تھی۔ عرضی میں دعویٰ کیا گیا ہے کہ الیکشن کمیشن کے اکثریتی ارکان نے بھی اس اقدام کو "غیر مجاز اور غیر قانونی" قرار دیا تھا۔ درخواست میں یہ الزام بھی عائد کیا گیا ہے کہ مختلف دفعات کے تحت مقامی سطح پر کام کرنے والے ای آر اوز کے قانونی اختیارات کو محدود کرتے ہوئے ووٹر فہرستوں کے انتظام کو دہلی میں موجود ڈی جی آئی ٹی کے دفتر کے تحت مرکزی نوعیت دینے کی کوشش کی گئی۔ عرضی گزار کا کہنا ہے

منریگا کی جگہ وی بی گرام اسکیم منظور نہیں، کسان تنظیموں کی جانب سے تحریک کی تیاریاں تیز

نئی دہلی: کسان تنظیمیں مہاتما گاندھی نیشنل رورل ایمپلائمنٹ گارنٹی ایکٹ (منریگا) کو دوبارہ شروع کرنے کے اپنے مطالبے کو لے کر تحریک شروع کرنے والی ہیں۔ یہ معاملہ دہلی میں کسان رہنماؤں اور زرعی مزدوروں کی یونینوں کے کوآرڈینیشن اجلاس میں بحث کے لیے سامنے آیا۔

تنظیموں نے دعویٰ کیا کہ اس سال جولائی اور اگست کے دوران نافذ کیے گئے نئے قانون وی بی-جی-رام جی ایکٹ کے تحت پیدا ہونے والے روزگار کے دنوں کی تعداد میں 9.56 کروڑ کی کمی آئی، جسے انہوں نے تحریک تیز کرنے کی اپنی کال کے پیچھے ایک بڑی وجہ قرار دیا۔

سنیکت کسان مورچہ کی قومی رابطہ کونسل کا اگلا اجلاس آن لائن ہونے والا ہے۔ ساہا نے کہا کہ آج کی بحث کو مثبت طور پر دیکھا گیا ہے، جس سے تال میل اور مستقبل کی تحریکوں کو حل کر تیار کرنے کی بنیاد پڑ گئی ہے۔

کسان تنظیمیں منریگا کو دوبارہ لاگو کرنے کا مطالبہ کر رہی ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ جولائی-اگست سال 2026 میں پچھلے سال اسی عرصے کے مقابلے کام کے دنوں میں کمی آئی ہے۔ ای ٹی وی بھارت سے بات کرتے ہوئے سنیکت کسان مورچہ کوآرڈینیشن کونسل کے رکن پی کرشنا پرساد نے اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ انہوں نے کہا کہ اجلاس کے دوران یہ فیصلہ کیا گیا کہ ہمارا اہم مسئلہ منریگا کو دوبارہ لاگو کروانا ہوگا۔

پرساد نے مزید بتایا کہ ایک بڑا مسئلہ یہ اٹھایا گیا کہ خشک سالی کی وجہ سے کئی علاقوں میں بہت زیادہ پریشانی ہورہی ہے۔ یہ دیکھا گیا کہ خشک سالی نے بڑی تعداد میں لوگوں کو متاثر کیا ہے۔ ایسے میں دیہی برادریوں کو درپیش مشکلات کے بارے میں

اننت ناگ میں تاریخی و مذہبی ورثے کے تحفظ کے لیے 40 منصوبے زیر تعمیر

اننت ناگ: (میر اشفاق) اننت ناگ ضلع میں تاریخی، مذہبی اور ثقافتی ورثے کے تحفظ اور قدیم فن تعمیر کو محفوظ رکھنے کے لیے 40 اہم منصوبوں پر کام جاری ہے، جبکہ ضلع انتظامیہ نے ان منصوبوں کو مقررہ مدت کے اندر مکمل کرنے اور کام کے معیار کو برقرار رکھنے پر زور دیا ہے۔

ضلع ترقیاتی کمشنر اننت ناگ ڈاکٹر بلال محی الدین بھٹ کی صدارت میں منعقدہ اجلاس میں، اسکیم فار ری وائیول ریسٹوریشن پریزرویشن اینڈ مینٹیننس آف آرکیٹیکچر اینڈ ہیریٹیج (آر آر پی اینڈ ایم اے ایچ) اسکیم کے تحت ضلع کے مختلف اہم مقامات پر جاری منصوبوں کی پیش رفت کا تفصیلی جائزہ لیا گیا۔

اجلاس کے دوران محکمہ پی ڈبلیو ڈی کے سپرنٹنڈنگ انجینئر نے ضلع میں اسکیم کے تحت جاری کاموں کی مالی پیش رفت سے ڈی ڈی سی کو آگاہ کیا۔ بتایا گیا کہ اسکیم کے تیسرے مرحلے کے تحت ضلع کے اہم مذہبی اور تاریخی مقامات پر مجموعی طور پر 40 منصوبے شامل کیے گئے ہیں، جن میں عیش مقام، مٹن، بجی وارہ، بجبہاڑہ، کھرم اور ناگ ڈنڈی اچھ بل سمیت دیگر اہم مقامات شامل ہیں۔

اجلاس میں تاریخی اور مذہبی ورثے سے متعلق مقامات کے تحفظ، بحالی اور ان کی اصل تعمیراتی شناخت کو برقرار رکھنے کے امور پر بھی تبادلہ خیال کیا گیا۔ حکام کو ہدایت دی گئی کہ جن مقامات کو تاریخی یا ورثے کی اہمیت حاصل ہے، ان کے متعلق ضروری منظوریوں، حد بندی اور ڈیمارکیشن کے عمل کو مقررہ ضوابط کے مطابق آگے بڑھایا جائے، تاکہ محفوظ کیے جانے والے ڈھانچوں اور متعلقہ اراضی کی واضح نشاندہی ہوسکے اور مستقبل میں کسی قسم کی تجاوزات یا غیر ضروری تبدیلیوں سے ان مقامات کو محفوظ رکھا جاسکے۔

کشمیر کی زرعی تحقیق میں کھڈونی مرکز کا 80 سالہ کردار، تحقیق اور ٹیسٹنگ کا دائرہ شمال مشرقی ریاستوں تک

کولگام (میر اشفاق): جنوبی کشمیر کے کولگام ضلع کے کھڈوانی میں قائم ماؤنٹین ریسرچ سینٹر فار فیلڈ کراپس (ایم آر سی ایف سی) کو شیر کشمیر یونیورسٹی آف ایگریکلچرل سائنسز اینڈ ٹیکنالوجی آف کشمیر کے تحت فیکلٹی آف ایگریکلچر، ساؤتھ کیمپس میں اپ گریڈ کر دیا گیا ہے۔ یہ جنوبی کشمیر میں زراعت کے لیے قائم ہونے والی پہلی مخصوص فیکلٹی ہے، جس کے قیام سے خطے میں زرعی تعلیم، تحقیق، تربیت، بیجوں کی تیاری اور سائنسی سرگرمیوں کو مزید وسعت ملنے کی توقع ہے۔

تقریباً 380 کنال رقبے پر پھیلا ہوا یہ تاریخی ادارہ 1942 میں رائس ریسرچ اسٹیشن کے طور پر قائم کیا گیا تھا۔ آٹھ دہائیوں سے زائد عرصے کے دوران مرکز نے فیلڈ کراپس، فصلوں کی بہتری، موسمیاتی تبدیلی سے ہم آہنگ زراعت، فیلڈ ٹرائلز، جرم پلازم کے تحفظ اور کسانوں تک جدید زرعی ٹیکنالوجی پہنچانے میں اہم کردار ادا کیا ہے۔

کھڈوانی مرکز نے خاص طور پر کشمیر کی مقامی اور روایتی چاول کی اقسام کے تحفظ، تحقیق اور فروغ میں نمایاں کام کیا ہے

کھڈوانی مرکز نے خاص طور پر کشمیر کی مقامی اور روایتی چاول کی اقسام کے تحفظ، تحقیق اور فروغ میں نمایاں کام کیا ہے، جن میں مشک بدجی، ریڈ رائس، شالیمار سکندھ، چائنا، جہلم اور مختلف ایس آر اقسام

شامل ہیں۔ مرکز میں ہر سال تقریباً 500 کوئنٹل فاؤنڈیشن اور بریڈر سیڈ تیار کیے جاتے ہیں، جنہیں مختلف علاقوں میں زرعی تحقیق اور کاشت کاری کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

فیکلٹی آف ایگریکلچر، ساؤتھ کیمپس کے پروفیسر ایگرانومی ڈاکٹر عاشق حسین نے بتایا کہ کھڈوانی مرکز کی تحقیق کا بنیادی مقصد مختلف زرعی اور موسمی حالات کے مطابق ایسی فصلوں کی اقسام اور زرعی ٹیکنالوجیز تیار کرنا ہے جو زیادہ پیداواری ہونے کے ساتھ ساتھ موسمیاتی تبدیلیوں کے اثرات کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت رکھتی ہوں۔ انہوں نے کہا کہ فیکلٹی کے قیام کے بعد جنوبی کشمیر میں زرعی تعلیم اور اعلیٰ تحقیق کے مواقع میں بھی اضافہ ہوا ہے۔ کیمپس میں ایگرونومی، پلانٹ بریڈنگ، پلانٹ پیتھالوجی، اینٹومولوجی اور سوائل سائنسز سمیت مختلف شعبوں میں پوسٹ گریجویٹ اور ڈاکٹریٹ پروگرامز پیش کیے جا رہے ہیں۔ اس کے علاوہ فارم میں کراپ ڈائیورژن پر بھی کام ہو رہا ہے، یہاں پر دھان کے علاوہ سویٹ کارن، سن فلور، (گل آفتاب) گوبی سرسوں سمیت مختلف آئل سیڈس پر بھی تحقیق اور کام کیا جاتا ہے۔

کھڈوانی مرکز نے خاص طور پر کشمیر کی مقامی اور روایتی چاول کی اقسام کے تحفظ، تحقیق اور فروغ میں نمایاں کام کیا ہے

ترکی، پاکستان اور سعودی عرب کے فوجی سربراہان کی میٹنگ

ریاض: سعودی عرب، ترکی اور پاکستان کے فوجی سربراہان نے سعودی عرب کی حمایت کے حوالے سے بات چیت کی۔ انقرہ نے جمعہ کو اس خبر کی تصدیق کی۔ یہ مذاکرات ایسے وقت میں ہوئے جب یمن سے تعلق رکھنے والے حوثی باغیوں نے دنیا کے سب سے بڑے خام تیل برآمد کنندہ ملک سعودی عرب پر حملوں میں شدت پیدا کردی ہے۔

ایرانی حمایت یافتہ حوثی باغیوں نے جولائی سے سعودی عرب پر حملوں میں اضافہ کیا ہے۔ انہوں نے طویل عرصے سے قائم جنگ بندی کو ختم کرتے ہوئے سمندری ناکہ بندی کا اعلان کیا ہے۔ وہ سعودی تیل کی برآمدات کو روکنے کی کوشش میں سعودی ٹھکانوں کو نشانہ بنا رہے ہیں اور یمن کے بحیرہ احمر کے پورے ساحل پر قبضہ کررہے ہیں۔

ترکی کی وزارت دفاع نے اس سے قبل بیان دیا تھا کہ اس کے چیف آف جنرل اسٹاف جمعہ کو ایک اجلاس میں شرکت کے لیے سعودی عرب کا دورہ کر رہے ہیں۔ سعودی سرکاری میڈیا نے بھی فوجی سربراہان مذاکرات کے منصوبوں کا اعلان کیا تھا لیکن مخصوص تفصیلات فراہم نہیں کی تھیں۔

بعدازاں جمعہ کو انقرہ نے یونیفارم میں ملبوس تینوں عسکری حکام کی تصاویر جاری کیں اور تصدیق کی کہ اجلاس منعقد ہوچکا ہے، تاہم اس نے مقام ظاہر نہیں کیا۔

یہ بات چیت نیویارک میں اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی کے اجلاس کے موقع پر سعودی وزیر خارجہ شہزادہ فیصل بن فرحان، پاکستانی وزیر خارجہ اسحاق ڈار اور ترک وزیر خارجہ ہاکان فیدان کے درمیان جمعرات کو ہونے والی ملاقات کے ساتھ ساتھ ہوئی۔

سرکاری سعودی پریس ایجنسی (ایس پی اے) کے جاری کردہ بیان میں کہا گیا ہے کہ نیویارک اجلاس میں مکہ مشترکہ دفاعی

ایتھیکل ہیکنگ: قانونی طور پر لاکھوں ڈالر کمانے والے 'اچھے' ہیکرز

جیمس کنسر کو دنیا کی سب سے بڑی کمپنیوں کے سافٹ ویئر میں نقص تلاش کرنے کی تنخواہ ملتی ہے سنہ دو ہزار سولہ کی گرمیوں میں پیشہ ور ہیکر، پرائیویٹ ہیکر نے ایک دن فیس بک کے جدید ترین فیچر میں نقائص کی نشاندہی کرنے کا بیڑا اٹھایا۔

سوشل میڈیا کی اس دیو ہیکل کمپنی نے آٹھ گھنٹے پہلے ہی اعلان کیا تھا کہ وہ ویڈیو والی پوسٹ پر کامنٹس یعنی تبصرہ کرنے کی اجازت دے رہی ہے۔ پرائیو نے سسٹم کی کمزوریاں معلوم کرنے کے لیے ہیکنگ شروع کر دی۔ وہ ایسے نقائص کی تلاش میں تھے جن کا اگر جرائم پیشہ ہیکرز کو پتا چل جاتا تو وہ کمپنی کے نیٹ سے اہم معلومات اڑا لے جا سکتے تھے۔

انھوں نے فوراً ہی پتا لگا لیا کہ اس نئے فیچر کے کوڈ میں ایسا سقم ہے جسے استعمال کر کے فیس بک سے ویڈیو کو ڈیلیٹ کیا جا سکتا تھا۔ انڈیا کے شہر پونے سے تعلق رکھنے والے پرائیو نے بی بی سی کو بتایا: 'میں اس خامی کا فائدہ اٹھا کر (فیس بک کے بانی) مارک زکربرگ کی پوسٹ کی ہوئی ویڈیو کو بھی ڈیلیٹ کر سکتا تھا۔'

انھوں نے اس نقص کی نشاندہی کے لیے فیس بک کے 'بگ باؤنٹی' پروگرام سے رابطہ کیا۔ دو ہفتے کے اندر انھیں پانچ ہندسوں پر مشتمل انعام دیا گیا۔

نقائص کے شکاری

بعض ایتھیکل ہیکرز تو لاکھوں ڈالر کما رہے ہیں، اور یہ صنعت روز بروز ترقی کر رہی ہے۔ بگ ہنٹرز یا نقائص کے شکاریوں میں سے اکثر کی عمریں اٹھارہ سے انتیس برس ہیں۔ بڑی کمپنیاں انھیں اپنے سافٹ ویئر میں خرابیاں ڈھونڈنے کے لیے بڑی بڑی رقمیں دیتی ہیں تاکہ جرائم پیشہ ہیکرز کو ان کا پتا چلنے سے پہلے ان نقائص کو دور کر لیا جائے۔

اگر آپ نے کوئی ایسا نقص نکال لیا جو پہلے کبھی نہ پکڑا جا سکا ہو تو آپ کے وارے نیارے ہو جائیں گے کیونکہ آپ کو لاکھوں ڈالر مل سکتے ہیں اور نیک نامی بھی۔

انڈیا کے شیوم ویشست، جنھوں نے پچھلے سال ایک لاکھ پچیس ہزار ڈالر کمائے تھے، کہتے ہیں کہ 'میری آمدنی کا ذریعہ ہی یہ ہے۔

'میں بڑی بڑی کمپنیوں کو قانونی طور پر ہیک کرتا ہوں۔ کمائی کی کمائی اور مزے کا مزا۔'

ہیکر ون پر سندیپ سنگھ کا شمار پہلے دس بہترین ہیکرز میں ہوتا ہے

اس شعبے میں کامیابی کے لیے رسمی تعلیم و تربیت کی ضرورت نہیں۔ شیوم اور ان کی طرح کئی دوسرے ہیکرز کا کہنا ہے کہ انھوں نے یہ گر انٹرنیٹ پر دستیاب مواد سے سیکھا ہے۔

ان کا کہنا ہے 'میں ہیکنگ سیکھنے کے لیے کئی کئی راتیں جاگا ہوں۔ میں نے سیکنڈ ایئر میں یونیورسٹی چھوڑ دی تھی۔' اب ان کی توجہ امریکی ہیکر جیمس کنسر کی مانند کوڈ کے اندر موجود نقائص تلاش کرنے پر ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ انھیں ہیکنگ کا شوق کالج کے دنوں میں پیدا ہوا جب انھوں نے موبائل ہیکنگ پر تحقیق شروع کی۔ 'اپنے ایک پروجیکٹ کے دوران میں اینڈرائڈ ایپ سٹور میں نقصان دہ ایپ ڈالنے میں کامیاب ہو گیا اور کسی کو پتا بھی نہیں چلا۔'

بڑا پیسہ

ماہرین کہتے ہیں کہ بگ باؤنٹی پروگرام (قانونی طور پر نقائص کا پتا لگانے کے لیے انعامی منصوبے) ہیکرز کا شوق زندہ رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

ڈیٹا سکیورٹی فرم امپروا کے چیف ٹیکنالوجی آفیسر، ٹیری رے، کا کہنا ہے کہ 'اس طرح کے پروگرام ٹیکنالوجی دوست افراد کے لیے ایک جائز متبادل فراہم کرتے ہیں، ورنہ ان لوگوں کے غلط راستے پر چل نکلنے کا خدشہ ہے جس میں یہی کام وہ جرائم کی نیت سے کریں گے۔' سائبر سکیورٹی فرم ہیکر ون کے مطابق سنہ 2018 میں انڈیا اور امریکا سے تعلق رکھنے والے ہیکرز نے اس پروگرام کے تحت سب سے زیادہ رقم کمائی۔ ان میں سے بعض تو ساڑھے تین لاکھ ڈالر سالانہ تک کماتے ہیں۔ ہیکرز کی دنیا میں سندیپ سنگھ کو 'گیک بوائے' کا خطاب ملا ہے۔ ان کے بقول یہ کام بہت محنت طلب ہے۔ 'پہلا انعام پانے میں مجھے چھ ماہ لگے اور 54 رپورٹس جمع کروانا پڑیں۔'

سکیورٹی بڑھانا

ہیکر ون، بگ کراؤڈ، سائنیک اور ایسی دوسری کئی کمپنیاں بڑے اداروں اور حکومتوں کے لیے بگ باؤنٹی پروگرام چلا رہی ہیں۔ ہیکر ون، تین بڑی باؤنٹی فرموں میں سے ایک ہے۔ اس کے ہیڈ آپریشنز، بین سیڈھیپور کے بقول ان کی فرم کے پاس ساڑھے پانچ لاکھ ہیکرز ہیں اور یہ کمپنی اب تک 70 ملین ڈالر سے زیادہ رقم اس مد میں ادا کر چکی ہے۔ 'ٹیکنالوجی کے شعبے میں 'بگ باؤنٹی' نئی بات نہیں ہے۔ مگر اداروں کی سکیورٹی بہتر بنانے کے لیے انعامی رقم میں اضافہ ایک فطری بات ہے۔' بڑی کمپنیوں کو اندازہ ہے کہ سسٹم میں نقائص دور نہ کرنے کا بہت زیادہ نقصان ہو سکتا ہے جس میں ڈیٹا کی چوری، مالی نقصان اور کمپنی کی بدنامی شامل ہے۔ حالیہ برسوں میں سائبر حملوں کی تعداد میں 80 فیصد اضافہ دیکھنے میں آیا ہے۔

سرکاری کے مقابلے میں نجی انعامی پروگرام

سنہ 2017 میں ایک ہیکر نے زومیٹو ریستوران کے نظام کو ہیک کر لیا تھا اور اطلاعات کے مطابق دھمکی دی تھی کہ اگر اس نے بگ باؤنٹی پروگرام کا اعلان نہ کیا تو وہ اس کے ایک کروڑ ستر ملین صارفین کی معلومات زیر زمین یا ڈارک ویب پر فروخت کر دے گا۔

زومیٹو نے اپنے بلاگ پوسٹ میں اقرار کیا کہ ان کے سسٹم کے کچھ حصے میں ایک اچھے یا ایتھیکل ہیکر نے نقب لگائی تھی۔ بالآخر کمپنی کو ہیکر کا مطالبہ ماننا پڑا اور بگ باؤنٹی پروگرام شروع کرنے کا وعدہ کیا جس کے بعد ہیکر نے حاصل شدہ معلومات ضائع کر دیں۔

ہیکر ون کمپنی نقائص ڈھونڈنے والوں کو اب تک ستر ملین ڈالر سے زیادہ رقم ادا کر چکی ہے ہیکرز کے لیے ویب سائٹس یا ایپس کی کمزوریوں کا پتا لگنا آسان ہوتا ہے کیونکہ ان کی ساخت میں بگ یعنی نقص رپورٹ کرنے کا سوائے ایڈمن کے ایمیل ایڈریس کے کوئی باقاعدہ انتظام نہیں ہوتا۔

سکیورٹی کی جانچ کرنے والے رائی وگنز کہتے ہیں کہ 'بگ باؤنٹی کمپنیاں ان غلطیوں کو متعلقہ لوگوں کے سامنے لاتی ہیں۔'

صنعت کے مسائل

چاہے سرکاری ہو یا پرائیویٹ، باؤنٹی ڈھونڈنے والوں کی تعداد بڑھ رہی ہے۔ اور سب کی آمدنی بھی زیادہ نہیں۔

چند لوگوں نے خوب کمایا ہے مگر زیادہ تر نے نہیں۔ پھر اس شعبے میں ایک اور مشکل بھی سامنے آئی ہے اور وہ ہے صنفی عدم توازن، یعنی مردوں اور عورتوں کی تعداد میں بہت بڑا فرق۔ بگ کراؤڈ کی کیسی ایلس کا کہنا ہے کہ 'روایتی طور پر سائبر سکیورٹی کے شعبے میں مردوں کا راج رہا ہے۔ اس لیے یہ حیرانی کی بات نہیں کہ گذشتہ برس کے دوران ہیکرز کی عالمی برادری میں خواتین کا حصہ محض چار فی صد تھا۔'

۷۷۷۷

ٹک ٹاک میں بڑی تبدیلی متعارف کرائے جانے کا امکان

ٹک ٹاک دنیا میں تیزی سے مقبول ہونے والی ویڈیو شیئرنگ ایپ ہے اور پاکستان میں بھی لوگ اسے بہت زیادہ پسند کر رہے ہیں۔ اور اب اس ایپ میں بہت بڑی تبدیلی آ رہی ہے جو حیران کن حد تک انسٹاگرام سے ملتی جلتی ہے۔

انسٹاگرام کی جانب سے یوزر پروفائلز کو ری ڈیزائن کیا جا رہا ہے جس میں پروفائل فوٹو اور فالو کاؤنٹ کو بائیں جانب منتقل کیا جا رہا ہے۔ نیویارک ٹائمز کی رپورٹر ٹیلر لورینز نے اس ری ڈیزائن کو سب سے پہلے ٹوئٹر پر شیئر کیا اور اس کے بعد ٹیکنالوجی سائٹ دی ورج سے بات کرتے ہوئے ٹک ٹاک کے ایک ترجمان نے اس کی تصدیق کی۔

ترجمان نے بتایا ہم ہمیشہ صارفین کے ٹک ٹاک استعمال کرنے کے تجربے کو بہتر بنانے کے لیے ذرائع تلاش کرتے ہیں، ہم اس وقت پروفائل ڈیزائنز کی آزمائش کر رہے ہیں تاکہ صارفین کو زیادہ بہتر تجربہ فراہم کیا جاسکے۔ ٹک ٹاک نے انسٹاگرام یوزر انٹرفیس کو لگ بھگ مکمل طور پر کاپی کر لیا ہے اور ایسا سوشل نیٹ ورکس میں اکثر ہوتا ہے۔

وہ اپنی مخالف ایپس کے خیالات اور فیچرز کو ادھار لیتے ہیں، خود انسٹاگرام بھی اس معاملے میں کسی سے پیچھے نہیں، اس نے اسٹوری فیچر کو اسنیپ چیٹ سے لیا تھا۔ ٹک ٹاک گزشتہ سال واٹس ایپ کے بعد سب سے زیادہ ڈاؤن لوڈ کی جانے والی ایپ تھی اور اس نے فیس بک اور انسٹاگرام کو شکست دے دی تھی۔

یہی وجہ ہے کہ فیس بک ٹک ٹاک کو مستقبل میں اپنے لیے خطرہ تصور کرتی ہے اور انسٹاگرام کی جانب سے ریلز نامی ویڈیو ایڈیٹنگ ٹول کا تجربہ کیا جا رہا ہے جو کہ ٹک ٹاک کے بہترین فیچرز جیسے اسپیڈ ایڈجسٹمنٹ اور دیگر ویڈیوز کی آڈیو ادھار لینے کی نقل پر مشتمل ہے۔

اگر ٹک ٹاک کی جانب سے انسٹاگرام جیسے پروفائل ڈیزائن کو تمام صارفین کے لیے متعارف کرایا تو تمام سوشل نیٹ ورکس ایک جیسے محسوس ہونے لگے ہیں خصوصاً اگر انسٹاگرام کی جانب سے ٹک ٹاک کے بہترین فیچرز کو کاپی کرنے کا سلسلہ جاری رہا۔

خیال رہے کہ چینی کمپنی بائیٹ ڈانس نے 2017 میں ایک ارب ڈالرز کے عوض ایپ میوزیکلی کو خریدا تھا اور پھر اسے ٹک ٹاک میں بدل دیا (فیس بک نے بھی اسے خریدنے کی کوشش کی تھی مگر ناکام رہی)، جو بہت تیزی سے دنیا بھر میں مقبول ہوئی۔

سستا 120 ہرٹز ڈسپلے والا اسمارٹ فون متعارف

شیاؤمی کی ذیلی کمپنی پوکو نے اپنا نیا اسمارٹ فون پوکو ایکس 2 متعارف کرا دیا ہے۔ درحقیقت یہ دنیا کا سب سے سستا 120 ہرٹز ڈسپلے والا فون ہے جس میں بیک پر 4 کیمروں کا سیٹ اپ دیا گیا ہے۔

6.7 انچ کے فل ایچ ڈی پلس ڈسپلے میں 120 ہرٹز ریفریش ریٹ دیا گیا ہے، جو کہ عام اسمارٹ فون کے مقابلے میں دوگنا تیز ہے ڈسپلے ریفریش کر سکتا ہے کیونکہ اس میں 120 فریم فی سیکنڈ کی شرح سے ڈسپلے کیا جاتا ہے۔

فون میں فرنٹ کیمرا پنچ ہول ڈیزائن میں دیا گیا ہے درحقیقت یہ ڈوئل کیمرا سیٹ اپ ہے۔

اس فون میں کوالکوم اسنیپ ڈراگون 730 جی پراسیسر، 6 سے 8 جی بی ریم، 64 سے 256 جی بی اسٹوریج اور 4500 ایم اے ایچ بیٹری 27 واٹس فاسٹ چارجنگ سپورٹ دی گئی ہے۔

اس کے بیک پر 64 میگا پکسل مین کیمرا، 8 میگا پکسل وائیڈ اینگل کیمرا، 2 میگا پکسل ڈیپتھ سنسر اور 2 میگا پکسل میکرو سنسر دیا گیا ہے۔

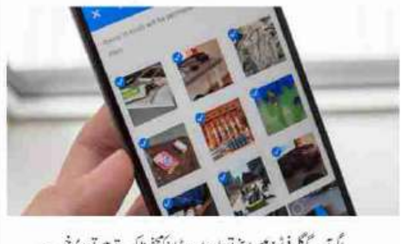
فرنٹ پر 20 میگا پکسل اور 2 میگا پکسل کیمرے سیلفی کے شوقین افراد کے لیے موجود ہیں۔

فون میں کمپنی نے اینڈرائیڈ 10 آپریٹنگ سسٹم کا امتزاج اپنے ایم آئی یو آئی 11 یوزر انٹرفیس سے کیا ہے۔

اس فون کو سب سے پہلے بھارت میں فروخت کے لیے پیش کیا جا رہا ہے اور اس کے 6 جی بی ریم اور 64 جی بی اسٹوریج والے فون کی قیمت 225 ڈالرز (34 ہزار پاکستانی روپے سے زائد) رکھی گئی ہے۔

اسی طرح 6 جی بی ریم اور 128 جی بی اسٹوریج والا فون 240 ڈالرز (37 ہزار پاکستانی روپے سے زائد) جبکہ 8 جی بی ریم اور 256 جی بی اسٹوریج والا ماڈل 281 ڈالرز (43 ہزار پاکستانی روپے سے زائد) رکھی گئی ہے۔ ابھی یہ واضح نہیں کہ دیگر ممالک میں اسے کب تک فروخت کے لیے پیش کیا جا سکتا ہے، تاہم کمپنی نے یہ فون بنیادی طور پر ریئل می ایکس 2 کے مقابلے کے لیے پیش کیا گیا ہے تو امید ہے کہ پاکستان میں بھی جلد دستیاب ہو سکتا ہے۔

گوگل فوٹوز میں بگ سے صارفین کی ویڈیوز اجنبیوں کو منتقل



اگر آپ گوگل فوٹوز میں اپنی تصاویر اور ویڈیوز کو محفوظ کرتے ہیں تو بری خبر ہے۔

گوگل نے تسلیم کیا ہے کہ اس نے حادثاتی طور پر کچھ افراد کی ویڈیوز آرکائیو دیگر صارفین کو منتقل کر دی ہیں۔

نائن ٹو فائیو گوگل کی رپورٹ کے مطابق کمپنی کی جانب سے صارفین کو خبردار کیا گیا ہے کہ گوگل ٹیک آؤٹ (ایک ایپ جو دیگر گوگل سافٹ ویئر میں موجود ڈیٹا کے بیک اپ ڈاؤن لوڈ میں مدد دیتی ہے) میں ایک تیکنیکی مسئلے کے نتیجے میں گوگل فوٹوز میں محفوظ ویڈیوز دیگر افراد کی آرکائیوز میں منتقل ہو گئیں۔

گوگل کے مطابق اس مسئلے کا سامنا ان صارفین کو ہوا جنہوں نے 21 سے 25 نومبر 2019 کے دوران ٹیک آؤٹ کی مدد سے ڈیٹا فوٹوز میں ایکسپورٹ کیا اور اب اس مسئلے پر قابو پا لیا گیا ہے۔

اس بگ کی تفصیلات تاحال واضح نہیں اور متاثرہ صارفین کو بھیجے گئے نوٹس میں لکھا ہے آپ کے گوگل فوٹوز اکاؤنٹ میں ایک یا اس سے زائد ویڈیوز اس مسئلے سے متاثر ہو سکتی ہیں۔

کمپنی کی جانب سے صارفین سے کہا جا رہا ہے کہ وہ 21 سے 25 نومبر کے دوران ڈاؤن لوڈ کی جانے والی آرکائیوز کو ڈیلیٹ کر دیں جبکہ یہ بھی مشورہ دیا گیا ہے کہ اس دورانیے میں ڈاؤن لوڈ کی گئی آرکائیوز نامکمل یا دیگر افراد کے مواد پر مشتمل ہو سکتی ہے۔

گوگل کا کہنا ہے کہ اس مسئلے سے 0.01 فیصد صارفین ہی متاثر ہوئے، تاہم یہ اعداد و شمار مختلف ہو سکتے ہیں۔

گوگل کے ترجمان نے نائن ٹو فائیو گوگل کو بتایا کہ ہم نے متاثرہ افراد کو آگاہ کیا ہے جنہوں نے 21 سے 25 نومبر کے دوران گوگل ٹیک آؤٹ سے گوگل فوٹوز میں مواد ایکسپورٹ کیا۔

ترجمان کا کہنا تھا ہم نے اس مسئلے پر قابو پا لیا ہے اور اب مستقبل میں اس کی روک تھام کے لیے گہرائی میں جا کر تجزیہ کر رہے ہیں، ہم ایسا ہونے پر صارفین سے بہت معذرت کرتے ہیں۔

جب ایک شخص نے چند اسمارٹ فونز سے گوگل میپس کو احمق بنادیا

گوگل کے بغیر دنیا کا گزارا مشکل لگتا ہے اور اس کی میپس ایپ کے بغیر بیشتر تو اپنی منزل تک بھی نہیں پہنچ سکتے۔

مگر تمام تر آرٹیفیشل انٹیلی جنس اور ٹیکنالوجی سے لیس گوگل میپس کو چند اسمارٹ فونز کے ذریعے احمق بنایا جا سکتا ہے۔ جی ہاں جرمنی میں ایک آرٹسٹ نے گوگل میپس کے ٹریفک ڈسپلے کو 99 اسمارٹ فونز اور ایک سرخ ویگن کے ساتھ ہیک کر لیا۔ سائمن ویکرٹ نامی شخص اسمارٹ فونز کے ڈھیر کو برلن کی خالی سڑکوں پر لے کر گھومتے رہے اور جس گلی میں بھی وہ گئے، وہاں اچانک گوگل میپس پر ریڈ نشان کے ساتھ ٹریفک ہیوی زون نمودار ہو گیا، جس کے نتیجے میں ڈرائیورز نے ان گلیوں سے بچ کر دوسرے مقامات سے منزل کا رخ کیا۔ سائمن ویکرٹ نے یہ سب یوٹیوب پر ایک ویڈیو میں دکھایا اور انہوں نے گوگل میپس کے ٹریفک کی پیشگوئی کرنے والے میکنزم کو دھوکا دیا۔ یہ ایپ مسلسل اسمارٹ فونز سگنلز کو استعمال کر کے ٹریفک کے حجم اور اس کی حرکت کی رفتار کا تعین کرتی ہے۔

اس تجربے کے دوران تمام 99 اسمارٹ فونز گوگل میپس کے ساتھ آن تھے۔ سائمن ویکرٹ نے یہ تجربہ گزشتہ سال موسم گرما میں کیا تھا اور اس کے نتائج رواں ہفتے گوگل میپس کی 15 ویں سالگرہ کے قریب جاری کیے۔ ان کا کہنا تھا کہ وہ یقین سے نہیں کہہ سکتے کہ گوگل نے میپس کو اس طرح کے اسٹنٹس سے بچانے کے لیے اپ ڈیٹ کیا ہے یا نہیں۔ انہوں نے مزید بتایا کہ وہ لوگوں کی توجہ اس جانب دلانا چاہتے ہیں جو ٹیکنالوجی کمپنیوں اور پلیٹ فارمز پر آنکھیں بند کر کے اعتماد کرتے ہیں۔ ان کے بقول ہم بہت زیادہ ایپس جیسے گوگل میپس کے ڈیٹا پر توجہ دیتے ہیں اور انہیں اشیا جیسا سمجھتے ہیں، ڈیٹا کو دنیا کی طرح دیکھا جاتا ہے، یہ فراموش کر دیتے ہیں کہ نمبر تو اس دنیا کے ایک ماڈل کی نمائندگی کرتے ہیں۔ دوسری جانب گوگل کے ایک ترجمان نے اس بارے میں بتایا ہم گوگل میپس کے اس طرح کے تخلیقی استعمال کو دیکھنا پسند کرتے ہیں کیونکہ اس سے ہمیں میپس کو مزید بہتر بنانے میں مدد ملتی ہے۔

مارک زکربرگ اپنے بارے میں لوگوں کی غلط فہمیاں دور کرنے کے خواہشمند

فیس بک کے بانی مارک زکربرگ کو سوشل میڈیا نیٹ ورک کی قیادت پر حالیہ برسوں پر کافی تنقید کا سامنا ہوا ہے مگر وہ چاہتے ہیں کہ لوگ اس بات کو جانیں کہ انہوں نے اس کمپنی کا آغاز پیسے کمانے کے لیے نہیں کیا تھا۔ ایک تقریب سے خطاب کے دوران انہوں نے کہا میں اس کا حصہ اس لیے نہیں بنا کیونکہ میں کاروبار کرنا چاہتا تھا یا اشتہارات فروخت کرنا یا پیسے کمانا چاہتا تھا، میں نے سوچا تھا کہ اشتہارات ایک اچھا کاروباری ماڈل ہے جس سے ہم ہر ایک کو ایک مفت سروس فراہم کر سکیں گے۔ مارک زکربرگ نے گزشتہ ہفتے یہ کہا تھا کہ اگلی دہائی کے لیے ان کا مقصد پسندیدگی کی جگہ لوگوں میں ان کی شخصیت کو سمجھنا ہے۔ اب ان کا بیان اس وقت سامنے آیا ہے جب جمعے کو ایک ارب پتی جارج سوروس نے فیس بک کے مقاصد پر سوالات اٹھائے ہیں۔ نیویارک ٹائمز میں ایک مضمون میں جارج سوروس نے فیس بک اور صدر ڈونلڈ ٹرمپ پر اکٹھے کام کرنے کا الزام عائد کیا۔ انہوں نے لکھا میرا ماننا ہے کہ مسٹر ٹرمپ اور فیس بک کے چیف ایگزیکٹو مارک زکربرگ، نے احساس کر لیا ہے کہ ان کے مفادات مشترکہ ہیں، یعنی صدر کو انتخابات میں کامیابی چاہیے، زکربرگ پیسے کمانا چاہتے ہیں۔ فیس بک کی جانب سے ان الزامات کی تردید کی گئی۔ مارک زکربرگ نے اس مضمون کا حوالہ تو خطاب میں نہیں دیا مگر ان کا کہنا تھا کہ کچھ لوگوں کا خیال ہے کہ تمام کمپنیوں کا مقصد صرف پیسے کمانا ہے۔ انہوں نے کہا کہ کچھ لوگ فیس بک کے پھیلاؤ کے کمپنی کی واضح سوچ کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ٹوئٹر کی جانب سے سیاسی اشتہارات پر پابندی کے برعکس فیس بک نے اس پر قائم رہنے کا فیصلہ کیا تھا۔ کمپنی کا کہنا تھا کہ لوگوں کو یہ دیکھنا یا جاننا چاہیے کہ سیاستدان کیا کہتے ہیں۔ مارک زکربرگ نے اپنے نئے بیان میں کہا کہ وہ اس خیال کی حمایت کرتے ہیں کہ ہر ایک کو اپنی آواز بلند کرنے کا موقع ملنا چاہیے اور چھوٹے کاروباری اداروں کو وہی ٹولز ملنے چاہیے جو بڑے اداروں کو میسر آتے ہیں۔ انہوں نے کہا یہ نیا نکتہ نظر ہے اور میرے خیال میں متعدد افراد کو پسند نہیں آئے گا مگر پرانی سوچ بھی لوگوں کو پسند نہیں آئی تھی تو اب ہم کچھ مختلف آزمانا چاہتے ہیں۔

پوری دنیا کے جگنو تیزی سے معدوم ہو رہے ہیں

میساچوسٹس: پیر کے روز شائع ایک رپورٹ میں کہا گیا ہے کہ دھیمی خوشنما روشنی پھیلانے والے جگنو تیزی سے ختم ہو رہے ہیں۔ اس کی وجہ آلودگی، کیڑے مار ادویہ کا اندھا دھند استعمال اور ان کے قدرتی مسکن کی تباہی ہے۔ بایوسائنس نامی جرنل میں شائع ہونے والی رپورٹ کے مطابق خود مصنوعی روشنیوں اور بجلی کی لائٹ سے یہ روشن کیڑے شدید متاثر ہو رہے ہیں۔ کرہ ارض پر جگنوؤں کی 2000 سے زائد اقسام حقیقت میں جگنو رہے ہی نہیں جو رات کے وقت باغات، سبزے، جھیلوں اور پارکس کو منور کرتے ہیں۔ ٹفٹس یونیورسٹی کی ماہر حیاتیات سارہ لیوس نے اس ضمن میں جگنو کے درجنوں ماہرین کے کیے گئے سروے پر ایک رپورٹ لکھی ہے۔ ناپیدگی کے خطرات میں ملائیشیا اور برطانیہ کے وہ جگنو بھی شامل ہیں جو ہزاروں کی تعداد میں ایک ساتھ روشن ہوتے اور روشنی دینا بند کر دیتے ہیں۔ دوسری جانب بلوگوسٹ نامی جگنو بھی خطرے سے دوچار ہیں کیونکہ انہیں دیکھنے کے لیے سیاح آتے ہیں اور ان کی مداخلت سے ان کا اپنا گھر شدید متاثر ہو رہا ہے۔ ملائیشیا کے مشہور جگنو مینگروز کے جنگلات میں رہتے ہیں اور پام آئل کی کاشت کے لیے ان کے گھر کو تباہ کیا جا رہا ہے۔ اسی طرح ایک اور جگنو کی مادہ اڑ نہیں سکتی اور اپنا گھر تباہ ہونے کی صورت میں وہیں فنا ہو جاتی ہے۔ ماہرین نے مجموعی طور پر دس ایسی وجوہ بتائی ہیں جو جگنوؤں کو ختم کر رہی ہیں۔ ان میں مصنوعی روشنی، کیڑے مار ادویہ، شہروں کا پھیلاؤ، انسانی آبادی اور کسی وجہ سے قدرتی مسکن کی تباہی سر فہرست ہے۔ پھر انسانوں کی پیدا کردہ روشنی بھی ان کی دشمن ہے۔ دوسری جانب ملائیشیا، جاپان اور تائیوان وغیرہ میں رات کے وقت جگنوؤں کی سیاحت کرنے والوں نے بھی ان بے زبان روشن کیڑوں کو بہت پریشان کیا ہے۔ 2018 میں انٹرنیشنل یونین فار دی کنزرویشن آف نیچر میں جگنوؤں کے تحفظ کا ایک گروپ بھی بنایا گیا ہے جس نے خطرے سے دوچار جگنوؤں کی اقسام کی فہرست بنائی ہے۔

صحت بخش ناشتہ ٹائپ 2 ذیابطیس سے محفوظ رکھے

عام طور پر یہ بات کہی جاتی ہے کہ ناشتہ آپ کے دن کی سب سے اہم خوراک ہوتی ہے اور نئی تحقیق اب یہ بتا رہی ہے کہ صحت مند ناشتہ کرنا کیوں اہم ہے۔ جرمنی سے تعلق رکھنے والے محققین پہلے سے موجود مطالعات کا جائزہ لینے کے بعد اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ ناشتہ نہ کرنا، چاہے ایسا کبھی کبھار ہی کیوں نہ کیا جاتا ہو، ذیابطیس ٹائپ 2 کے خطرات بڑھا دیتا ہے۔

ٹائپ 2 ذیابطیس کیا ہے؟

ذیابطیس اس بیماری کا نام ہے، جس کے باعث خون میں شوگر کی سطح معمول کے مقابلے میں زیادہ ہوجاتی ہے۔ ٹائپ 2، ذیابطیس کی سب سے عام قسم ہے اور 90 فیصد افراد کو اسی کا سامنا ہوتا ہے۔ اس مرض کے لاحق ہونے کے نتیجے میں جسم انسولین کے اثرات پر ردعمل کی صلاحیت سے محروم ہوجاتا ہے۔ انسولین بنانے والے لبلبے کے خلیات اسے بنانے کی کوشش تو کرتے ہیں مگر جسم کو درکار مقدار کی فراہمی سے قاصر رہتے ہیں۔

ذیابطیس ٹائپ 2 لاحق ہونے کی صورت میں کچھ عرصے بعد انسولین بنانے والے نظام پر دباؤ بڑھ جاتا ہے اور خلیات تباہ ہونے لگتے ہیں، جس کے نتیجے میں جسم کی انسولین بنانے کی صلاحیت مزید کم ہوجاتی ہے۔ ٹائپ ٹو کا مرض عام طور پر 40 سال یا اس سے زائد عمر کے افراد کو لاحق ہوتا ہے، جس کے علاج کے لیے غذا اور ورزش وغیرہ پر توجہ مرکوز کی جاتی ہے۔ تاہم موجودہ عہد کے ناقص طرز زندگی کے نتیجے میں یہ بیماری تو جوانوں کو بھی اپنا شکار بنانے لگی ہے۔

جرمن تحقیق کیا کہتی ہے؟

'دی جرنل آف نیوٹریشن' میں شائع ہونے والی رپورٹ کے مطابق، جرمن محققین نے چھ مختلف مطالعات میں 96 ہزار سے زائد افراد کے اعداد و شمار کا جائزہ لیا۔ محققین کو معلوم ہوا کہ ہفتے میں ایک بار ناشتہ نہ کرنا ٹائپ 2 ذیابطیس کے خطرات میں 6 فی صد اضافہ کرتا ہے۔ مزید برآں، جو لوگ ناشتہ کرنا جتنا زیادہ ترک کرتے ہیں، ان میں ٹائپ 2 ذیابطیس ہونے کے خطرات اتنے ہی زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔ اس رجحان کے مطابق، جو لوگ ہفتے میں 4 سے 5 دن ناشتہ نہیں کرتے، ان میں ٹائپ 2 ذیابطیس ہونے کے خطرات 55 فی صد بڑھ جاتے ہیں۔

ایک غذائی ماہر کے مطابق، جرمن تحقیق کے نتائج قطعی حیران کن نہیں ہیں۔ 'سینٹر فار ڈیزیز کنٹرول اینڈ پریوینشن' کے مطابق، امریکا میں ذیابطیس میں مبتلا 3 کروڑ افراد میں سے 90 تا 95 فی صد افراد ٹائپ 2 کا شکار ہیں۔ ٹائپ 1 ذیابطیس اتنی عام نہیں اور عمومی طور پر ابتدائی عمر میں ہی اس کی تشخیص ہوجاتی ہے جبکہ ٹائپ 2 ذیابطیس کی بیماری زیادہ تر 40 سال کی عمر کے بعد ہوتی ہے۔

وزن کا زیادہ ہونا، جسمانی طور پر غیر متحرک رہنا بشمول جینیات، اس کے بڑے رسک فیکٹرز ہیں۔ ڈاکٹرز عمومی طور پر ٹائپ 2 ذیابطیس سے محفوظ رہنے کے لیے لائف اسٹائل میں تبدیلیاں تجویز کرتے ہیں اور جو افراد پہلے ہی اس میں مبتلا ہو چکے ہیں، وہ بھی ایک مخصوص لائحہ عمل اختیار کرکے اسے قابو میں رکھ سکتے ہیں۔

ناشتہ کیسے فائدہ مند ہے؟

بلڈ شوگر، ٹائپ 2 ذیابطیس اور انسولین میں براہِ راست تعلق کے پیش نظر، غذائی ماہرین کے لیے یہ بات قطعی طور پر حیران کن نہیں کہ ناشتہ نہ کرنے سے ٹائپ 2 ذیابطیس کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔ اوہائیو اسٹیٹ یونیورسٹی ویکسنر میڈیکل سینٹر کی غذائی ماہر جینا فریمین اسکلڈ رکھتی ہیں، ''چھوٹے پیمانے پر کیے گئے کچھ مطالعات میں کہا گیا ہے کہ ناشتہ نہ کرنے سے درحقیقت انسولین کے خلاف زیادہ مدافعت پیدا ہوتی ہے۔

انسولین کے خلاف مدافعت وہ صورتِ حال ہے، جہاں بلڈ شوگر کو عام معمول کی سطح پر لانے کے لیے مزید انسولین کی ضرورت ہوتی ہے۔ اور جب یہ صورت حال دائمی شکل اختیار کرلے تو ٹائپ 2 ذیابطیس ہونے کا ایک بڑا خطرہ پیدا ہوجاتا ہے''۔

وہ مزید کہتی ہیں کہ ناشتہ نہ کرنے والے افراد میں دوپہر اور رات کا کھانا کھانے کے بعد بلڈ شوگر کی سطح عام معمول سے بلند ہونے کا تعلق بھی ناشتہ نہ کرنے کی عادت سے جڑا ہوتا ہے۔ ''رات بھر بھوکا رہنے کے بعد کچھ نہ کھانا آپ کے جسم اور میٹابولزم پر دباؤ بڑھاتا ہے، جس کے نتیجے میں آپ بعد میں ضرورت سے زیادہ کھانا کھا لیتے ہیں یعنی اوور۔ایٹنگ۔ یہ صورت حال آپ کو غیر صحت مند اور زیادہ کیلوریز والی غذاؤں کو آپ کے لیے پرکشش بناتی ہے''۔

کس کے پاس وقت ہے؟

2015ء میں کیے جانے والے ایک سروے کے مطابق، 53 فی صد امریکی ہفتے میں کم از کم ایک بار ناشتہ چھوڑ دیتے ہیں، جبکہ 12 فی صد امریکی ناشتہ کرتے ہی نہیں ہیں۔ ہرچند کہ، سروے میں شامل زیادہ تر لوگوں کا کہنا تھا کہ انھیں صبح کے وقت بھوک نہیں لگتی یا ناشتے کی طلب محسوس نہیں ہوتی، تاہم ناشتے کے لیے وقت کا نہ ہونا ایک اور بڑی وجہ بتائی گئی ہے۔

غذائی ماہر جینا فریمین اسکلڈر کہتی ہیں کہ دن کا آغاز غیر صحت بخش غذا سے کرنا کوئی اچھا عمل نہیں ہے۔ ''ڈونٹ، پیسٹری، پین کیک اور میٹھے سیریلز، ناشتے میں امریکیوں کی مرغوب غذائیں ہیں، جو کہ سب کچھ ریفائنڈ فیٹ سے بھرپور غذائیں ہیں، جبکہ ان میں پروٹین اور فائبر بہت کم موجود ہوتا ہے۔ یہ وہ چیزیں نہیں ہیں جن کا انتخاب آپ کو ناشتے کے لیے کرنا چاہیے''۔

ناشتہ کیسا ہونا چاہیے؟

صبح ناشتے میں جو کا سادہ دلیہ کھانا بہترین ہوتا ہے۔ تاہم، فلیورڈ دلیہ کھانے سے اجتناب کرنا چاہیے کیونکہ اس میں اضافی شوگر شامل ہوتی ہے۔ سادہ دلیے کا ذائقہ بڑھانے کے لیے چاہیں تو اس میں شہد، تازہ پھل یا گری دار میوے شامل کرلیں۔ ناشتے کے لیے دوسرا آپشن انڈہ ہے۔ اس کے علاوہ براؤن بریڈ اور پھلوں کے ساتھ سادہ دہی ایک متناسب ناشتہ ہے، جسے تیار کرنے میں زیادہ وقت بھی نہیں لگتا۔ ناشتے میں ہائی فائبر، کامپلیکس کاربوہائیڈریٹس اور پروٹین لینا سب سے بہترین ہے۔

XXXXXX

روزانہ 3 کپ چائے پینا دماغی صحت کے لیے فائدہ مند

کیا بڑھتی عمر کے ساتھ اپنے دماغ کو صحت مند اور جوان رکھنا چاہتے ہیں؟ تو روزانہ 3 کپ چائے پینا شروع کردیں۔

درحقیقت روزانہ 3 کپ چائے پینا دماغی تنزلی اور یادداشت سے محروم کردینے والے الزائمر امراض کا خطرہ ایک تہائی حد سے زیادہ کم کردیتا ہے۔

یہ بات امریکا میں ہونے والی ایک طبی تحقیق میں سامنے آئی۔

رش یونیورسٹی کی تحقیق میں چائے سمیت لگ بھگ تمام پھلوں اور سبزیوں میں موجود ایک اینٹی آکسائیڈنس فلیونولز اور دماغی تنزلی کا باعث بننے والے امراض سے تحفظ کے درمیان تعلق کو دریافت کیا گیا۔

تحقیق کے دوران 900 سے زائد بزرگ افراد کی غذائی عادات کا جائزہ 6 سال تک دیکھا گیا کہ ان میں سے کن افراد میں الزائمر امراض کی تشخیص ہوئی۔

ان افراد کی اوسط عمر 80 سال تھی اور انہیں 5 گروپس میں تقسیم کرکے دیکھا گیا کہ ان کی غذا میں کس حد تک فلیونول موجود ہوتا ہے۔

فلیونول کی جزو بدن بنانے کی اوسط مقدار 16 سے 20 ملی گرام ہے اور اس نئی تحقیق میں اس اینٹی آکسائیڈنٹ کا استعمال کرنے والے گروپ کی اوسط مقدار 5.3 ملی گرام تھی جبکہ اس حوالے سے 15.3 ملی گرام والا گروپ سب سے اوپر تھا۔

ماضی میں تحقیقی رپورٹس میں یہ بات سامنے آچکی ہے کہ ایک اوسط سائز کے چائے کے کپ میں فلیونول کی مقدار 8 سے 15 ملی گرام تک ہوتی ہے۔

غذا کے ذریعے سب سے زیادہ فلیونول جزو بدن بنانے والے 186 افراد کے گروپ میں سے 28 لوگ (15 فیصد) میں الزائمر کے ایک مرض ڈیمینشیا کی تشخیص ہوئی جبکہ اس اینٹی آکسائیڈنٹس کا بہت کم استعمال کرنے والے گروپ میں ایسے مریضوں کی تعداد (30) 54 فیصد تھی۔

الزائمر کا خطرہ بڑھانے والے دیگر عناصر جیسے ذیابطیس، ماضی میں ہارٹ اٹیک، فالج اور ہائی بلڈ پریشر وغیرہ کو ایڈجسٹ کرنے کے بعد بھی نتائج یکساں رہے۔

محققین کا کہنا تھا کہ زیادہ پھلوں اور سبزیوں کے ساتھ زیادہ چائے دماغی طور پر صحت مند رہنے کا آسان اور سستا طریقہ ہے۔

انہوں نے کہا کہ دنیا بھر میں معمر افراد کی آبادی بڑھ رہی ہے اور اس جان لیوا مرض کے شکار افراد میں کمی لانا یا کچھ برس کے لیے التوا میں ڈال دینا، عوامی صحت کے لیے بہت زیادہ فائدہ مند ثابت ہوگا۔

تحقیق میں فلیونولز کو 4 اقسام میں تقسیم کیا گیا جن کے نام isorhamnetin، kaempferol، myricetin اور کیورسٹین ہیں۔

isorhamnetin کے حصول کے لیے بہترین غذائیں ناشپاتی، زیتون کے تیل اور ٹماٹو ساس ہے، kaempferol کے لیے بیج، چائے، پالک، myricetin کے لیے چائے، مالٹے اور ٹماٹر جبکہ کیورسٹین کے لیے ٹماٹر، سیب اور چائے شامل ہیں۔ وہ لوگ جو isorhamnetin کا زیادہ استعمال کرتے ہیں، ان میں الزائمر کا خطرہ 38 فیصد تک کم ہوتا ہے جبکہ kaempferol سے ڈیمینشیا کا امکان 51 فیصد کم ہوجاتا ہے، myricetin سے یہ خطرہ 38 فیصد اور کیورسٹین کو ڈیمینشیا کے خطرے میں کمی سے جوڑا نہیں گیا۔ محققین کا کہنا تھا کہ ڈیٹا سے یہ ثابت نہیں ہوتا کہ فلیونولز اور الزائمر کے درمیان تعلق ہے اور یہ تسلیم کیا کہ اینٹی آکسائیڈنٹس سے بھرپور غذاؤں کی دیگر خصوصیات بھی دماغ کے لیے فائدہ مند ثابت ہوسکتی ہیں۔

ان میں اومیگا تھری فیٹی ایسڈز، وٹامن ای، فولیٹ اور لیوٹین شامل ہیں

VVVV

پیدائش کے وقت آپ کا وزن مستقبل کی صحت کے بارے میں کیا بتاتا ہے؟

بیشتر افراد کا سانس کچھ دور بھاگنے سے ہی پھول جاتا ہے، حالانکہ وہ سیگریٹ سے بھی دور ہوتے ہیں مگر اب انکشاف ہوا ہے جسمانی فٹنس کا تعلق پیدائش کے وقت کے وزن سے ہوتا ہے۔ یہ بات سوئیڈن میں ہونے والی ایک طبی تحقیق میں سامنے آئی۔ کیرولینسیکا انسٹیٹوٹ کی تحقیق میں بتایا گیا کہ پیدائش کے وقت کم وزن اور بلوغت میں دل اور تنفسی نظام کی ناقص صحت کے درمیان تعلق موجود ہے۔

طبی جریدے جے اے ایچ اے میں شائع تحقیق کے مطابق دل اور تنفسی نظام (کارڈیو ریسپریٹری) کی اچھی فٹنس بنیادی طور پر جسم کی جسمانی سرگرمیوں کے لیے ضروری مسلز تک آکسیجن کی فراہمی کے لیے ضروری ہوتی ہے، اس کے متاثر ہونے سے مختلف امراض کا خطرہ بڑھتا ہے۔

دنیا بھر میں لوگوں میں کارڈیو ریسپریٹری فٹنس میں کمی آئی ہے اور ایک حالیہ تحقیق میں بتایا گیا کہ سوئیڈن میں ایسے افراد کی شرح 1995 میں 27 فیصد تھی جو 2017 میں 46 فیصد تک پہنچ گئی۔ یہی وجہ ہے کہ طبی ماہرین اس کی وجوہات جاننے کے لیے کام کررہے ہیں اور محققین اس کے تعین کے لیے جسمانی سستی اور جینیاتی عناصر کی شناخت کررہے ہیں۔ اور اب اس نئی تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ قبل از وقت پیدائش اور پیدائش کے وقت کم وزن کا بھی اس فٹنس سے تعلق ہے اور بعد کی زندگی میں کارڈیو ریسپریٹری فٹنس متاثر ہوسکتی ہے۔

محققین نے اس مقصد کے لیے 2 لاکھ 80 ہزار مردوں کے ڈیٹا کا جائزہ لیا جن کی عمریں 17 سے 24 سال تھی اور ان کا جسمانی معائنہ کرنے کے ساتھ انہیں مختلف جسمانی سرگرمیوں کے ٹاسک دیئے۔

انہوں نے دریافت کیا کہ جن لوگوں کا وزن پیدائش کے وقت زیادہ تھا، انہوں نے اس فٹنس کے ٹیسٹ میں زیادہ نمایاں کارکردگی کا مظاہرہ کیا۔

یہ تعلق ہر وزن کے حامل نوجوانوں میں مستحکم دریافت ہوا تاہم ماہرین وضاحت نہیں کرسکے کہ پیدائشی وزن اور کارڈیو ریسپریٹری فٹنس کے درمیان تعلق کی وجہ کیا ہے۔

محققین کا کہنا تھا کہ بچے کی پیدائشی وزن میں 450 گرام اضافہ بھی اس فٹنس کو بہتر کرسکتا ہے اور یہ نتائج عوامی صحت کے لیے بہت اہم ہیں کیونکہ اس وقت دنیا بھر میں 15 فیصد بچوں کا پیدائشی وزن ڈھائی کلوگرام سے کم ہوتا ہے، جن کو بعد کی زندگی میں دل اور تنفسی نظام کی ناقص فٹنس کے خطرے کا سامنا ہوسکتا ہے۔

انہوں نے بتایا کہ والدین کی اچھی نگہداشت کم وزن کے ساتھ پیدا ہونے والے بچوں کو بچپن میں نقصان سے بچاسکتی ہے بلکہ کارڈیو ریسپریٹری فٹنس کو بھی بہتر کرسکتی ہے۔

VVVV

یادداشت کیسے کام کرتی ہے؟

انسانی یادداشت کا مطالعہ ہزاروں برسوں سے سائنس اور فلسفہ کا موضوع رہا ہے اور یہ علمی، ادراکی اور حسی نفسیات (Cognitive psychology) کے اندر دلچسپی کا سب سے بڑا مضمون بن گیا ہے۔ یادداشت دراصل کیا ہے؟ یادیں کیسے بنتی ہیں؟ اسے کس طرح منظم کیا جائے؟ یہ بات بہت کم لوگ جانتے ہیں۔

یادداشت کیا ہے؟

یادداشت بنیادی طور پر ایک پیچیدہ عمل ہے، جس میں معلومات کو حاصل کرنا، یاد کرنا اور محفوظ کرنا شامل ہے، تاہم تمام یادیں ایک جیسی نہیں ہوتیں۔ یادداشت معلومات حاصل کرتے، محفوظ کرنے، برقرار رکھنے اور بعدازاں بازیافت کرنے کے لئے استعمال ہوتی ہے۔ اس میں تین بڑے عمل انکوڈنگ (encoding)، اسٹوریج (storage) اور بازیافت (retrieval) شامل ہیں۔

یادیں کیسے بنتی ہیں؟

نئی یادوں کی تشکیل کے لیے معلومات کو قابل استعمال شکل میں تبدیل کرنا ضروری ہے، جسے انکوڈنگ کے نام سے جانا جاتا ہے۔ ایک بار جب معلومات کو کامیابی کے ساتھ انکوڈ کریں تو آئندہ استعمال کے لیے اسے ذہن میں رکھیں۔ اس ذخیرہ شدہ یادداشت کا زیادہ تر وقت ہمارے شعور سے باہر رہتا ہے، ماسوائے جب ہمیں حقیقت میں اسے استعمال کرنے کی ضرورت ہو۔ بازیافت کا عمل ہمیں ذخیرہ شدہ یادوں کو شعوری آگاہی میں لانے کی اجازت دیتا ہے۔

یادیں کب تک چلتی ہیں؟

کچھ یادیں بہت مختصر، صرف چند سیکنڈ طویل ہوتی ہیں جو ہمیں آس پاس کی دنیا کے بارے میں حسیاتی معلومات دیتی ہیں۔ قلیل مدتی یادیں (Short-term memories) قدرے لمبی اور تقریباً 20 سے 30 سیکنڈ تک رہتی ہیں۔ یہ یادیں زیادہ تر ان معلومات پر مشتمل ہوتی ہیں جن پر ہم فی الحال توجہ مرکوز کررہے ہوتے ہیں یا جن کے بارے میں سوچ رہے ہیں۔ کچھ یادیں زیادہ طویل ہوتی ہیں، جو ہفتوں، مہینوں حتیٰ کہ دہائیوں تک ذہن میں رہنے کی اہلیت رکھتی ہیں۔ ان میں سے زیادہ تر طویل مدتی یادیں (Long-term memories) ہماری فوری آگہی سے عاری ہوتی ہیں لیکن جب ضرورت ہو تو ہم ان خوابیدہ یادوں کو جگا سکتے ہیں۔

یادداشت کا اسٹیج ماڈل

1968ء میں اٹکنسن اور شفرین نے یادداشت کا اسٹیج ماڈل کو متعارف کروایا تھا، جس میں یادداشت کے تین الگ الگ مراحل حسی یادداشت (sensory memory)، قلیل مدتی یادداشت (short-term memory) اور طویل مدتی یادداشت (long-term memory) کا خاکہ پیش کیا گیا۔ ''حسی یادداشت'' ابتدائی مرحلہ ہے، جس کے دوران ماحول سے متعلق حسی معلومات کو بہت ہی مختصر عرصے کے لئے محفوظ کیا جاتا ہے۔ عام طور پر بصری معلومات کے لئے ڈیڑھ سیکنڈ اور سمعی معلومات کے لئے 3 یا 4 سیکنڈ سے زیادہ دورانیہ نہیں ہوتا۔ ہم ''حسی یادداشت'' کے صرف چند پہلوؤں میں شرکت کرتے ہوئے کچھ معلومات کو اگلے مرحلے یعنی قلیل مدتی یادداشت میں منتقل کرنے کی اجازت دیتے ہیں۔

قلیل مدتی یادداشت، جسے فعال یادداشت بھی کہا جاتا ہے، ایسی معلومات ہے جس کے بارے میں ہم فی الحال واقف ہیں یا اس کے بارے میں سوچ رہے ہیں۔ فرائیڈین نفسیات میں اسے شعوری ذہن (conscious mind) کہا جاتا ہے۔ حسی یادداشت، قلیل مدتی یادداشت کی معلومات میں اضافہ کرتی ہے، جہاں یادداشت میں ذخیرہ کردہ زیادہ تر معلومات تقریباً 20 سے 30 سیکنڈ تک رہتی ہیں۔ اگرچہ ہماری بہت سی قلیل مدتی یادیں جلدی سے فراموش ہوجاتی ہیں، تاہم یہ معلومات اگلے مرحلے تک جاری رہتی ہیں۔ ''طویل مدتی یادداشت'' سے مراد دماغ میں معلومات کا مسلسل ذخیرہ ہونا ہے۔

یادداشت کی تنظیم

طویل مدتی یادداشت، معلومات تک رسائی و بازیافت کی صلاحیت پر مبنی ہے، جو یادوں کو فیصلہ سازی، دوسروں کے ساتھ بات چیت کرنے اور مسائل حل کرنے کے لئے استعمال کرنے کی اجازت دیتی ہے۔ معلومات کو یادداشت میں گروپس میں ترتیب دے کر محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ اس طرح درجہ بندی میں کی گئی معلومات کو یاد رکھنے اور بازیافت کرنے میں آسانی ہوجاتی ہے۔

مثال کے طور پر الفاظ کے اس گروپ پر غور کریں، ''ڈیسک، سیب، کتابوں کی الماری، سرخ، بیر، ٹیبل، سبز، انناس، جامنی، کرسی، آڑو، پیلا رنگ''۔ پڑھنے میں کچھ سیکنڈ صرف کریں، پھر ان الفاظ کو یاد کرنے اور ان کی فہرست بنانے کی کوشش کریں۔ جب آپ نے الفاظ کو درج کیا تو آپ نے ان کا گروپ کیسے بنایا؟ زیادہ تر لوگ تین مختلف زمروں کا استعمال کرتے ہوئے فہرست بناتے ہیں جیسے کہ رنگ، فرنیچر اور پھل۔ یادداشت کو منظم کرنے کا طریقہ سیمینٹک نیٹ ورک ماڈل (semantic network model) کے نام سے جانا جاتا ہے۔

یادداشت کیسے بڑھائیں؟

علمی و حسی ماہرین نفسیات (CognitivePsychologists) نے بہت ساری تکنیکیں دریافت کی ہیں، جن سے یادداشت کو بہتر بنانے میں مدد مل سکتی ہے۔ یادداشت بڑھانے کا بہترین اصول یہ ہے کہ اپنی تخلیقی صلاحیتوں کو پروان چڑھانے کے لیے سب سے پہلے درکار ابتدائی، ثانوی اور اعلیٰ قابلیت و ہنر کی فہرست تیار کریں۔ پھر ترتیب وار مکمل توجہ اس ہنر اور علم کو سیکھنے کی طرف لگاتے ہوئے اپنی نوٹ بک اور پنسل ساتھ رکھیں تاکہ ضروری ہدایات اور نکات نوٹس کی صورت لکھتے جائیں۔

کوئی بھی کام کرتے وقت متحرک اور دلچسپی کا ہونا ضروری ہے۔ سب سے اہم جزو بھرپور نیند ہے، جو یادداشت کے لیے ٹانک کا کام کرتی ہے۔ آج کا کام کل پر نہ ڈالیں، ورک شیڈول کی ڈائری ہر وقت ساتھ رکھیں۔ جب بھی کوئی نئی بات، منفرد آئیڈیا سوجھے فوری ڈائری میں نوٹ کرلیں۔ اپنے اعصاب کو پرسکون رکھیں، جلد بازی کے چکر میں توجہ کو بھٹکنے نہ دیں۔ مطالعے اور تحریر کو اپنی عادت بنا کر آپ سدا بہار یادداشت پاسکتے ہیں۔

سپورٹس صورت حال

کسی بھی عوامی مسئلہ کیلئے "صورت حال" کو ان نمبرات پر فون کریں:
0194-2477545, 9419069641

پہلے اوور کے اختتام پر بھارت کا اسکور ایک وکٹ پر 7 رنز تھا

بھارت نے واحد ٹی 20 میں جاپان کو 2 رنوں سے ہرایا

(مانیٹرنگ ڈیسک)

اکشر پٹیل کی آخری اوور میں شاندار گیند بازی کی بدولت بھارت نے منگل کو تاریخی واحد ٹی 20 بین الاقوامی مقابلے میں جاپان کو 2 رنز سے شکست دے دی۔ پانچ اوورز پر مشتمل اس مقابلے میں بھارت نے پہلے بلے بازی کرتے ہوئے 4 وکٹوں پر 32 رنز بنائے۔ جواب میں جاپان کی ٹیم مقررہ 5 اوورز میں 3 وکٹوں پر صرف 30 رنز بنا سکی۔ 33 رنز کے ہدف کا تعاقب کرنے اتری جاپانی ٹیم کی شروعات خراب رہی۔ اننگز کے پہلے اوور کی پانچویں گیند پر ایشان کشن کے درست تھرو پر اوپنر لاچلان یاماموتو لیک صرف ایک رن پر رن آؤٹ ہو گئے۔ اگلے اوور میں واشنگٹن سندر نے ابراہیم تاکاہاشی کو 4 رنز پر آؤٹ کر کے جاپان کو 7 رنز پر دوسرا جھٹکا دیا۔ اس کے بعد کینڈل کادووا کی فلیمنگ اور بینجمن ایتو ڈیوس نے اننگز سنبھالنے کی کوشش کی۔ دونوں نے روی بشنوئی کے اوور میں 10 رنز حاصل کیے اور 3 اوورز کے بعد جاپان کا اسکور 2 وکٹوں پر 18 رنز ہو گیا۔ میزبان ٹیم کو آخری 12 گیندوں پر 15 رنز درکار تھے۔ چوتھے اوور میں جاپان نے واشنگٹن سندر کے خلاف 7 رنز بنائے، تاہم اوور کی آخری گیند پر سندر نے کینڈل کادووا کی فلیمنگ کو 12 رنز پر آؤٹ کر دیا۔ چار اوورز کے بعد جاپان کا اسکور 3 وکٹوں پر 25 رنز تھا اور اسے آخری اوور میں 8 رنز درکار تھے۔ اکشر پٹیل نے آخری اوور میں شاندار گیند بازی کرتے ہوئے جاپان کو مطلوبہ 8 رنز بنانے سے روک دیا۔ جاپانی ٹیم 5 اوورز میں 3 وکٹوں پر 30 رنز ہی بنا سکی اور بھارت نے 2 رنز سے مقابلہ اپنے نام کر لیا۔ بھارت کی جانب سے واشنگٹن سندر سب سے کامیاب گیند باز رہے اور انہوں نے 2 وکٹیں حاصل کیں۔ اس سے قبل جاپان کے اسپن گیند بازوں نے بھارتی بیٹنگ لائن کو حیران کرتے ہوئے 5 اوورز میں بھارت کو 4 وکٹوں پر صرف 32 رنز تک محدود کر دیا۔ بھارتی ٹیم میں صرف کپتان شریس ایئر ہی دوہرے ہندسے تک پہنچ سکے۔ انہوں نے 12 رنز بنائے، جبکہ ابھیشیک شرما پہلی ہی گیند پر آؤٹ ہو گئے۔ چارلی ہارا ہینجے جاپان کے سب سے کامیاب گیند باز رہے اور انہوں نے 2 وکٹیں حاصل کیں، جبکہ ابراہیم تاکاہاشی کو ایک وکٹ ملی۔ سنجو سیمسن بائیں ہاتھ کی اسپن کے خلاف مشکلات کا شکار رہے اور 5 گیندوں پر صرف 4 رنز بنا سکے۔ اس کے بعد ہارا ہینجے نے اننگز کی آخری گیند پر ابھیشیک شرما کو آؤٹ کر دیا، جو شارٹ فائن لیگ کی سمت ٹاپ ایج دے بیٹھے۔ پہلے اوور کے اختتام پر بھارت کا اسکور ایک وکٹ پر 7 رنز تھا۔

وزیراعظم مودی نے ایشیائی کھیلوں کی طلائی تمغہ فاتح بھارتی خاتون کرکٹ ٹیم کو مبارکباد دی

(ہندوستھان سماچار)

وزیراعظم نریندر مودی نے منگل کو ایشیائی کھیلوں میں طلائی تمغہ جیتنے والی بھارتی خاتون کرکٹ ٹیم کو دلی مبارکباد اور نیک خواہشات پیش کیں۔ وزیراعظم مودی نے 'ایکس' پر اپنے پیغام میں کہا، "بھارتی کرکٹ کے لیے شاندار کامیابی! ایشیائی کھیلوں میں طلائی تمغہ جیتنے پر ہماری خاتون کرکٹ ٹیم کو بہت بہت مبارکباد۔" انہوں نے کہا کہ کھیلوں میں ٹیم کی کارکردگی زبردست رہی، جس میں اعتماد، مہارت اور بہترین ٹیم ورک نظر آیا۔ وزیراعظم نے کہا کہ اس کامیابی کے ساتھ بھارت نے ان ایشیائی کھیلوں میں اپنا پہلا طلائی تمغہ بھی حاصل کیا ہے۔ ٹیم نے ملک کا وقار بڑھایا ہے اور پورے ملک میں کرکٹ کے بے شمار نوجوان کھلاڑیوں کو تحریک دے گی۔ قابل ذکر ہے کہ اسمرتی مندھانا اور شفالی ورما کی شاندار بلے بازی کے بعد بھارتی اسپنرز کی بہترین گیند بازی کی بدولت بھارت نے منگل کو ایشیائی کھیلوں کے خواتین کرکٹ فائنل میں سری لنکا کو 147 رنز سے شکست دے کر مسلسل دوسری بار طلائی تمغہ جیت لیا۔ یہ موجودہ ایشیائی کھیلوں میں بھارت کا پہلا طلائی تمغہ ہے۔ بھارت کے مجموعی تمغوں کی تعداد اب 7 ہو گئی ہے، جن میں ایک طلائی، 4 چاندی اور 2 کانسی کے تمغے شامل ہیں۔

خواتین کرکٹ ٹیم کے طلائی تمغے سے ہندوستان جگمگایا

(یو این آئی)

ہندوستانی خواتین کرکٹ ٹیم نے منگل کو آیچی کے نشین میں کاروجی استھلیٹک پارک میں کھیلے گئے فائنل میں سری لنکا کو شکست دے کر ایشین گیمز 2026 میں ہندوستان کو پہلا طلائی تمغہ دلایا۔ ہانگزو 2023 کے طلائی تمغے کے مقابلے کی طرح اس بار بھی ہندوستانی خواتین نے 147 رنز سے کامیابی حاصل کر کے ایشین گیمز کی چیمپئن کی حیثیت سے اپنا غلبہ برقرار رکھا۔ اسمرتی مندھانا نے 45 گیندوں میں 79 رنز کی شاندار اننگز کھیلی، جس کی بدولت ہندوستان نے 20 اوور میں 216 / 3 رنز بنائے۔ یہ ایشین گیمز میں خواتین کے ٹی-20 کرکٹ مقابلوں کا اب تک کا سب سے بڑا اسکور ہے۔ دیپتی شرما نے چھ رنز دے کر تین وکٹیں حاصل کیں۔ ایشین گیمز 2026 میں یہ ہندوستان کا پہلا طلائی تمغہ ہے۔ ہاکی: ہندوستان نے سری لنکا کو 16-1 سے شکست دے کر مسلسل دوسری جیت درج کی مردوں کے ہاکی پول اے میں ہندوستان نے سری لنکا کو 16-1 سے شکست دے کر مسلسل دوسری کامیابی حاصل کی۔ جگراج سنگھ نے سب سے زیادہ چار گول کیے، جبکہ ابھیشیک اور دل پریت سنگھ نے بھی ہیٹ ٹرک مکمل کی۔ کبڈی: ہندوستان نے جنوبی کوریا کو 63-31 سے شکست دی ہندوستانی مردوں کی کبڈی ٹیم نے جنوبی کوریا کو 63-31 سے شکست دے کر ایشین گیمز 2026 میں اپنی شاندار شروعات جاری رکھی۔ اس جیت کے ساتھ دفاعی چیمپئن ہندوستان کی ٹائٹل کے دفاع کی مہم ناقابل شکست جاری ہے۔ ہندوستان نے اس سے قبل پیر کو گروپ اے کے افتتاحی مقابلے میں میزبان جاپان کو 49-24 سے شکست دی تھی۔ بیڈمنٹن: مردوں کی ٹیم نے تمغہ پکا کیا، خواتین ٹیم کوارٹر فائنل میں باہر ہیچینومیا سٹی میونسپل جمنازیم میں کھیلے گئے کوارٹر فائنل میں میزبان جاپان کو شکست دے کر ہندوستانی مردوں کی بیڈمنٹن ٹیم نے ایشین گیمز 2026 میں اپنا تمغہ پکا کر لیا۔

ہندوستان کی اگلی قومی تحریک بننا چاہئے
اس بات پر زور دیا کہ معیار کو ہندوستان کی اگلی قومی تحریک بننا

(ٹی ای این)

بھارت کی کھپت کی نمو کا اگلا مرحلہ گھرانوں کے اعلیٰ آمدنی والے گروہوں میں منتقل ہونے سے چلایا جائے گا، بڑھتی ہوئی ڈسپوزایبل آمدنی صوابدیدی اشیا اور خدمات پر اخراجات کو تیز کرتی ہے۔ وزیر خزانہ نرملا سیتارامن نے کارپوریٹ قیادت پر زور دیتے ہوئے کہا کہ وہ "رسمی شہری اشرافیہ" سے باہر نظر آئیں۔ پلاٹینم جوبلی نیشنل مینجمنٹ کنونشن 2026 سے خطاب کرتے ہوئے، وزیر خزانہ سیتارمن نے کہا کہ نوجوانوں کا کم انحصار اور زیادہ لمبی عمر گھریلو بجٹ کو صحت کی دیکھ بھال، ذاتی فلاح و بہبود، صارفین کے پائیدار اور معیاری خدمات" کی طرف منتقل کرے گی۔ "کھپت کا اگلا مرحلہ اوپر کی نقل و حرکت کے ذریعے بریکٹ میں چلا جائے گا جہاں صوابدیدی اخراجات میں تیزی آتی ہے۔ وزیر خزانہ نے زور دیتے ہوئے کہا کہ "کارپوریٹ قیادت کو اس کے باوجود صرف رسمی شہری اشرافیہ کے لیے ڈیزائن کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ جیسا کہ حکومت خلائی اور جوہری توانائی جیسے شعبوں کو زیادہ سے زیادہ نجی شراکت کے لیے کھولتی ہے، سیتارمن نے کہا کہ ہندوستان کی ترقی کی زیادہ ضرورتیں مارکیٹ کے ذریعے پوری کی جا سکتی ہیں، صنعت سے توقع ہے کہ وہ ان کو حل کرنے کے لیے آگے بڑھے گی۔ انہوں نے حکمرانی اور اعتماد کی اہمیت کو بھی اجاگر کیا۔ ساؤنڈ گورننس صرف بیرونی ضابطوں کا ایک مجموعہ نہیں ہے جسے تھوک میں اپنایا جائے۔ یہ اس بات سے بڑھتا ہے کہ ادارے کس طرح اپنے آپ کو چلاتے ہیں، اور ان کے معیارات کے مطابق جو وہ خود کو برقرار رکھتے ہیں۔ اس لیے طرز عمل سے شروع کریں، اور سب سے بڑھ کر اعتماد کے ساتھ۔ وزیر خزانہ سیتارمن نے کاروباری اداروں اور حکومت کے درمیان زیادہ سے زیادہ مشغولیت پر زور دیا تاکہ وہ قانونی تنازعات میں بڑھنے سے پہلے اختلافات کو حل کریں۔ قانونی راستہ ہمیشہ دستیاب رہے گا، لیکن ہر اختلاف رائے کو قانونی چارہ جوئی کے طور پر شروع کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جلد مشغول ہونے، میز پر ثبوت رکھنے، مشاورت میں سنجیدگی سے حصہ لینے، اور اختلافات کو تنازعات میں تبدیل کرنے سے پہلے حل کی طرف کام کرنے میں کافی اہمیت ہے۔ وزیر نے اس بات پر بھی روشنی ڈالی کہ ایک پختہ معیشت کو فوری طور پر مخالف بنے کے بغیر" اختلافات کو سنبھالنے کے قابل ہونا چاہیے اور اس بات پر زور دیا کہ معیار کو ہندوستان کی اگلی قومی تحریک بننا چاہئے۔

بھارت عالمی ترقی کے محرک کے طور پر ابھر رہا ہے۔ گوئل

(مانیٹرنگ ڈیسک)

مرکزی وزیر تجارت وصنعت پیوش گوئل نے اس بات پر زور دیا کہ بھارت تجارت، مینوفیکچرنگ اور بین الاقوامی اتحادوں کے ذریعے عالمی ترقی کے بنیادی محرک کے طور پر کام کرنے کی پوزیشن میں ہے۔ انہوں نے کہا کہ مستقبل ان لوگوں کا ہے جو شراکت داریاں قائم کرتے ہیں۔ منگل کو ویڈیو کال کے ذریعے آنند راٹھی کانفرنس ایکس او ڈی 200 سمٹ 2026 سے خطاب کرتے ہوئے وزیر نے کہا کہ بھارت 2047 تک ایک ترقی یافتہ ملک بننے کی بنیاد رکھ رہا ہے۔ اس عمل کو تین نکاتی ایجنڈے کے ذریعے آگے بڑھایا جا رہا ہے جس کا مرکز میکرو اکنامک استحکام، بڑے پیمانے پر بنیادی ڈھانچے کی توسیع اور سماجی بہبود کی خدمات کی ہدف شدہ فراہمی ہے۔ گوئل نے کہا، "مستقبل ان لوگوں کا ہے جو شراکت داریاں قائم کرتے ہیں۔ وزیراعظم مودی کو دیکھیں۔ وہ دنیا بھر میں شراکت داریاں قائم کرنے میں کامیاب رہے ہیں۔ وہ ترقی یافتہ ممالک کے ساتھ ساتھ ترقی پذیر دنیا کے عالمی رہنماؤں کے ساتھ بھی تعلقات استوار کرنے میں کامیاب رہے ہیں۔" انہوں نے نشاندہی کی کہ بین الاقوامی رہنما وزیراعظم کی قیادت پر اعتماد کا اظہار کرتے ہیں، جس کی بدولت شدید عالمی تقسیم اور جاری جغرافیائی سیاسی تنازعات کے باوجود اعلیٰ سطحی سربراہی اجلاسوں میں 50 سے زائد ٹھوس نتائج پر اتفاق رائے پیدا کرنے میں مدد ملی۔ ملک کی داخلی پیش رفت پر روشنی ڈالتے ہوئے وزیر نے کہا کہ آزادی کے 80 ویں سال میں داخل ہوتا معیشت کو ایک اہم موڑ پر لے آیا ہے۔ گوئل نے کہا، "ہم پہلے ہی اپنے ملک سے عالمی ترقی کے تقریباً پانچویں حصے (20 فیصد) کو آگے بڑھا رہے ہیں۔ ہم بلاشبہ تیزی سے ترقی کرنے والی بڑی معیشت ہیں، لیکن ہم ایک ایسی سرزمین بھی ہیں جہاں نوجوان آبادی موجود ہے جو بلند عزائم رکھتی ہے، ڈیجیٹل دنیا میں رہتی ہے، جہاں ایک ارب انٹرنیٹ صارفین ہیں اور جو دنیا کے ساتھ بغیر کسی رکاوٹ کے جڑی ہوئی ہے۔

ایڈل وائز فنانشل نے 300 کروڑ روپے تک کے بانڈ جاری کرنے کا اعلان کیا

(مانیٹرنگ ڈیسک)

ایڈل وائز فنانشل سروسز لمیٹڈ نے محفوظ اور قابل واپسی قرضی بانڈ جاری کر کے سرمایہ حاصل کرنے کا اعلان کیا ہے۔ ہر بانڈ کی قدر 1,000 روپے مقرر کی گئی ہے۔ اس پیشکش کے ذریعے کمپنی ابتدائی طور پر 150 کروڑ روپے جمع کرے گی، جبکہ اضافی طلب کی صورت میں مزید 150 کروڑ روپے تک رقم قبول کرنے کا اختیار رکھا گیا ہے۔ اس طرح بنیادی رقم اور اضافی اختیار کو ملا کر کمپنی اس پیشکش سے مجموعی طور پر 300 کروڑ روپے تک سرمایہ حاصل کر سکے گی۔ اس منصوبے میں سرمایہ کاروں کے لیے 10 مختلف سلسلے دستیاب ہوں گے اور ان پر مقررہ شرح سے منافع دیا جائے گا۔ یہ بانڈ 24 ماہ، 36 ماہ، 60 ماہ اور 120 ماہ کی مدت کے لیے دستیاب ہوں گے۔ سرمایہ کاروں کو منافع حاصل کرنے کے لیے سالانہ ادائیگی، ماہانہ ادائیگی یا مدت مکمل ہونے پر مجموعی ادائیگی کے اختیارات دیے گئے ہیں۔ ان بانڈز پر موثر سالانہ منافع 8.64 فیصد سے 10.00 فیصد کے درمیان ہوگا۔ عوام کے لیے اس بانڈ کی فروخت 21 ستمبر 2026 کو شروع ہو چکی ہے اور 5 اکتوبر 2026 کو بند ہوگی۔ کمپنی کے مطابق اس پیشکش سے حاصل ہونے والی مجموعی رقم میں سے کم از کم 75 فیصد حصہ کمپنی کے موجودہ قرضوں کی اصل رقم اور ان پر واجب الادا منافع کی ادائیگی کے لیے استعمال کیا جائے گا، جبکہ زیادہ سے زیادہ 25 فیصد رقم کمپنی کی دیگر عمومی کاروباری ضروریات کے لیے استعمال کی جائے گی۔ یہ پیشکش قابل اطلاق ضوابط کے تحت کی جا رہی ہے اور اس میں متعلقہ مالیاتی اور سرمایہ بازار کے ضابطوں کی پابندی کی جائے گی۔ جاری کیے جانے والے قرضی بانڈز کو کریسل اے پلس مستحکم درجہ بندی دی گئی ہے، جس سے متعلقہ درجہ بندی ادارے نے بانڈز کے لیے مستحکم مستقبل کے ساتھ اے پلس درجہ بندی ظاہر کی ہے۔ اس پیشکش کے اہم انتظامی اداروں میں ٹرسٹ انویسٹمنٹ ایڈوائزرز پرائیویٹ لمیٹڈ، نوو ما ویلتھ مینجمنٹ لمیٹڈ اور ٹپسنس کنسلٹنسی سروسز پرائیویٹ لمیٹڈ شامل ہیں۔ سرمایہ کاروں کو بانڈز کی خرید و فروخت میں سہولت اور مناسب نقدی دستیابی فراہم کرنے کے لیے انہیں بمبئی اسٹاک ایکسچینج پر درج کیا جائے گا۔ کمپنی کی جانب سے دی گئی معلومات کے مطابق نوو ما ویلتھ مینجمنٹ لمیٹڈ کو متعلقہ ضابطوں کے تحت کمپنی کا معاون ادارہ تصور کیا جاتا ہے۔ تاہم، مقررہ ضوابط کی پابندی کرتے ہوئے نوو ما اس پیشکش میں صرف تقسیم کے عمل میں حصہ لے گا اور قرضی بانڈز کی اس پیشکش کے سلسلے میں ضابطے کے تحت مطلوبہ جانچ پڑتال کا تصدیقی سرٹیفکیٹ جاری نہیں کرے گا۔

بھارت ہانگ کانگ کو پیچھے چھوڑ کر ایشیا کی چوتھی بڑی REIT مارکیٹ بن گیا

(ایم این این)

کشمن اینڈ ویک فیلڈ کی رپورٹ 'ایشیا REIT مارکیٹ انسائٹس 2025-26' کے مطابق، نئی مصنوعات کے اجراء، اثاثوں کی اقسام میں وسعت اور ادارہ جاتی شرکت میں اضافے کے باعث بھارت مالیت کے اعتبار سے ہانگ کانگ کو پیچھے چھوڑ کر ایشیا کی چوتھی بڑی رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ (REIT) مارکیٹ بن گیا ہے۔ جاپان کی سرزمین ایشیا کی سب سے بڑی اور اہم ترین REIT مارکیٹ رہی، جہاں 79 رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ موجود ہیں اور ان کی مجموعی مارکیٹ ویلیو 32.1 بلین ڈالر ہے، جو کل مارکیٹ کا 11 فیصد حصہ بنتی ہے۔ یہ خطے میں رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ کی ترقی کی نمایاں ترین مثالوں میں سے ایک رہی، جس نے 2024 کے اواخر سے مارچ 2026 کے درمیان ایشیا میں ہونے والی 27 نئی لسٹنگز میں سے 21 کا حصہ ڈالا۔ دیگر نئی لسٹنگز تھائی لینڈ، جاپان، ملائیشیا اور جنوبی کوریا سے ہوئیں۔ رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ 31 مارچ 2026 تک، مین لینڈ چائنا میں 79 پبلک انفراسٹرکچر رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ لسٹڈ تھیں، جن کی مجموعی اجراء کی مالیت تقریباً 3.31 بلین ڈالر (5.215 بلین آر ایم بی) اور مشترکہ مارکیٹ ویلیو 1.32 بلین ڈالر (221.3 بلین آر ایم بی) تھی۔ بھارت کی رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ مارکیٹ ایک ابھرتے ہوئے پلیٹ فارم سے ترقی کر کے ادارہ جاتی سطح کی مارکیٹ بن گئی ہے۔ رپورٹ کے مطابق، 2024 کے اواخر اور مارچ 2026 کے درمیان اس کی مارکیٹ ویلیو میں 62 فیصد اضافہ ہوا، جس کی بدولت بھارت پہلی بار ہانگ کانگ سے آگے نکل گیا اور مارکیٹ ویلیو کے لحاظ سے ایشیا کی چوتھی بڑی رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ مارکیٹ بن گیا۔ بھارت میں سات رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ بشمول چھوٹے اور درمیانے درجے کی رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ موجود تھیں، جن کی مشترکہ مارکیٹ ویلیو 17.7 بلین ڈالر تھی اور یہ ایشیائی مارکیٹ کا 6 فیصد حصہ تھیں۔ دوسری جانب، ہانگ کانگ میں 11 لسٹڈ رئیل اسٹیٹ انویسٹمنٹ ٹرسٹ تھیں جن کی مشترکہ مارکیٹ ویلیو 17.4 بلین ڈالر تھی، اور یہ بھی مارکیٹ کا 6 فیصد حصہ تھیں۔

Printer, Publisher & Owner: Rifat Ayoub, Chief Editor: Noor Mohammad Challo (9419069641), Executive Editor: Imtiyaz Wani (9469121101),
Published From: 2nd Floor Jehlum Market Batamaloo Srinagar, Printed at: Khidmat Offset Press The Bund Sgr. RNI: JKURD2012-48314
Postal Registration No: JKNP-189/SKGPO-2018-20, Contact: 0194-2477545, email:editorsurathal@gmail.com,