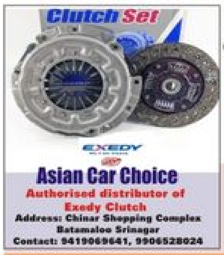


The daily
Surathal
Srinagar
e-paper: surathal.in
https://surathal.in

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: 253 Thursday 22 October 2026 - 10 Jamad Ul Awwal 1448 Pages: 08 Price Rs0.50/-

پولیس یادگاری دن: لیفٹننٹ گورنر کا بہادر پولیس اہلکاروں کو خراج

جموں و کشمیر کو منشیات سے پاک بنانا سب کی مشترکہ ذمہ داری اور اجتماعی عزم/منوج سنہا

سرینگر: پولیس یادگاری دن پر جموں و کشمیر پولیس کی خدمات کو سراہتے ہوئے لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے کہا کہ اس فورس کی تاریخ بہادری، نظم وضبط اور فرض شناسی کی روشن مثالوں سے بھری پڑی ہے۔ انہوں نے کہا کہ پولیس نے امن و قانون برقرار رکھنے، دہشت گردی کے خلاف کارروائیوں، ہنگامی حالات سے نمٹنے اور قدرتی آفات کے دوران شہریوں کی مدد سمیت مختلف شعبوں میں مشکل حالات کے باوجود نمایاں خدمات انجام دی ہیں۔ نیشنل نیوز بیورو (این این بی) کے مطابق لیفٹننٹ گورنر منوج سنہا نے پولیس یادگاری دن کے موقع پر ان بہادر پولیس اہلکاروں کو خراج عقیدت پیش کیا جنہوں نے فرائض کی انجام دہی کے دوران اپنی جانوں کا نذرانہ پیش کیا۔ انہوں نے شہید اہلکاروں کی جرات، لگن، حب الوطنی اور قربانیوں کو یاد کرتے ہوئے کہا کہ ان کی خدمات جموں و کشمیر اور پورے ملک کے لیے ہمیشہ مشعل راہ بنی رہیں گی۔ انہوں نے اس عزم کا اظہار کیا کہ پولیس شہداء کے اہل خانہ کی فلاح و بہبود، عزت و وقار کے ساتھ زندگی گزارنے اور انہیں ضروری مدد فراہم کرنے کے لیے ہر ممکن کوشش جاری رکھی جائے گی۔ لیفٹننٹ گورنر نے اپنے پیغام میں تمام پولیس شہداء کے تئیں گہرے احترام اور تشکر کا اظہار کرتے ہوئے ان کے اہل خانہ کے ساتھ ہمدردی اور یکجہتی کا اظہار کیا۔ انہوں نے شہداء کے خاندانوں کی صحت، سلامتی اور بہتر مستقبل کیلئے نیک خواہشات کا اظہار بھی کیا۔ منوج سنہا نے کہا کہ کسی بھی اعزاز یا مالی امداد سے اپنے عزیز کو کھونے والے خاندان کے درد کی تلافی نہیں کی جا سکتی، تاہم یہ قوم کی ذمہ داری ہے کہ وہ شہداء کی قربانیوں کو صرف الفاظ تک محدود نہ رکھے بلکہ اپنے عمل اور ذمہ داریوں کے ذریعے ان کے اہل خانہ کی دیکھ بھال اور مدد کو یقینی بنائے۔ انہوں نے کہا: "میں ہمیشہ کہتا آیا ہوں کہ کوئی بھی اعزاز یا امداد کسی خاندان کے اس درد کی تلافی نہیں کر سکتی جو اسے اپنے کسی عزیز کو کھونے کے نتیجے میں برداشت کرنا پڑتا ہے۔ اس کے باوجود قوم کا فرض ہے کہ وہ شہداء کی قربانیوں کا احترام صرف زبانی طور پر نہیں بلکہ اپنے طرزِ عمل اور ذمہ داریوں کے ذریعے کرے۔ میں جموں و کشمیر پولیس کے پورے خاندان کو یقین دلاتا ہوں کہ شہداء کے اہل خانہ کو باوقار زندگی، فلاح و بہبود اور ضروری مدد فراہم کرنے کے لیے ہر ممکن کوشش جاری رکھی جائے گی۔" سنہا نے جموں و کشمیر پولیس کی خدمات کو سراہتے ہوئے کہا کہ اس فورس کی تاریخ بہادری، نظم وضبط اور فرض شناسی کی روشن مثالوں سے بھری پڑی ہے۔ انہوں نے کہا کہ پولیس نے امن و قانون برقرار رکھنے، دہشت گردی کے خلاف کارروائیوں، ہنگامی حالات سے نمٹنے اور قدرتی آفات کے دوران شہریوں کی مدد سمیت مختلف شعبوں میں مشکل حالات کے باوجود نمایاں خدمات انجام دی۔

وکست بھارت کیلئے ملک کی بیرونی اور اندرونی سلامتی کو متوازن رکھنا پہلے سے کہیں زیادہ اہم/راجناتھ سنگھ

سرینگر: فوج اور پولیس کو ملک کی سلامتی کے ستون قرار دیتے ہوئے وزیر دفاع راجناتھ سنگھ نے کہا کہ آج ملک کے شہریوں کو یقین ہے کہ اگر کچھ غلط ہوا تو پولیس ان کے ساتھ کھڑی ہوگی۔ نیشنل نیوز بیورو (این این بی) کے مطابق وزیر دفاع راجناتھ سنگھ نے قومی سلامتی کو یقینی بنانے میں فوج اور پولیس کے درمیان اتحاد کی اہمیت پر زور دیتے ہوئے کہا کہ دونوں افواج ملک کی حفاظت میں یکساں جذبہ رکھتی ہیں۔ نئی دہلی میں نیشنل پولیس میموریل میں یوم پولیس یادگاری پروگرام سے خطاب کرتے ہوئے وزیر دفاع راجناتھ سنگھ نے سابق وزیر داخلہ کے طور پر اپنے تجربے اور وزیر دفاع کے طور پر اپنے موجودہ کردار کو اجاگر کرتے ہوئے، ملک کی سلامتی میں پولیس اور فوج دونوں کے اہم کردار کو اجاگر کیا۔ انہوں نے کہا کہ میں نے خود وزیر داخلہ کے طور پر خدمات انجام دی ہیں۔ مجھے پولیس کی کارروائیوں کو قریب سے دیکھنے کا موقع ملا ہے۔ اس کے علاوہ وزیر دفاع کی حیثیت سے، مجھے فوج کی کارروائیوں کو قریب سے دیکھنے کا موقع ملا ہے۔ فوج اور پولیس دونوں ہی ملک کی سلامتی کے ستون ہیں۔ دشمن کوئی بھی ہو، چاہے وہ سرحد پار سے آیا ہو یا ہمارے درمیان چھپا ہو، ہر وہ فرد جو ہندوستان کی سلامتی کے جذبے کی نمائندگی کرتا ہے۔ انہوں نے زور دے کر کہا کہ جیسے ہی ہندوستان "امرت کال" میں داخل ہو رہا ہے اور سال 2047 تک وکست بھارت کو حاصل کرنے کی طرف دیکھ رہا ہے، اندرونی اور بیرونی سلامتی کا توازن پہلے سے کہیں زیادہ اہم ہو گیا ہے۔ موجودہ دور کے چیلنجوں پر راجناتھ سنگھ نے کہا کہ جہاں سرحدوں پر عدم استحکام ہے، سماج کے اندر منظم جرائم، دہشت گردی اور نظریاتی جنگیں شکل لے رہی ہیں۔ انہوں نے نشاندہی کی کہ جرائم زیادہ منظم، پوشیدہ اور پیچیدہ ہو گئے ہیں اور اس کا مقصد معاشرے میں افراتفری پھیلانا، اعتماد کو مجروح کرنا اور قوم کے استحکام کو چیلنج کرنا ہے۔ وزیر دفاع نے جرائم کی روک تھام کی اپنی سرکاری ذمہ داری نبھانے کے لیے پولیس کی تعریف کی اور معاشرے میں اعتماد کو برقرار رکھنے کا اپنا اخلاقی فرض پورا کیا۔ انہوں نے کہا کہ اگر آج لوگ سکون سے سو رہے ہیں تو اس کی وجہ ہماری چوکس مسلح افواج اور چوکس پولیس پر ان کا اعتماد ہے۔ یہ اعتماد ہمارے ملک کے استحکام کی بنیاد ہے۔ وزیر دفاع نے قومی سلامتی کو یقینی بنانے کے لیے وزیر اعظم نریندر مودی کی قیادت والی حکومت کے عزم کا اعادہ کیا، اور اس کوشش میں پولیس دستے مصروف ہیں۔ انہوں نے کہا "ایک طویل عرصے سے، ایک قوم کے طور پر، ہم نے پولیس کی خدمات کو پوری طرح سے تسلیم نہیں کیا، تاہم وزیر اعظم مودی کی قیادت میں، حکومت نے 2018 میں ہماری پولیس فورسز کی یادوں کو یاد کرنے کے لیے نیشنل پولیس میموریل قائم کیا۔ اس کے علاوہ، پولیس کو جدید ترین ہتھیار اور بہتر سہولیات فراہم کی گئی ہیں۔

جموں و کشمیر پولیس نے کولگام میں ہٹ اینڈ رن کیس کو حل کیا؛ ملزم گرفتار

پی ایم سی

20 اکتوبر: جموں و کشمیر پولیس نے مسلسل کوششوں اور سی سی ٹی وی فوٹیج کے تکنیکی تجزیہ کے بعد پولیس اسٹیشن کولگام میں درج ایک ہٹ اینڈ رن کیس کو کامیابی سے حل کیا ہے۔ مورخہ 2026/10/07 کو براڑ نو میں ایک نامعلوم موٹر سائیکل نے ایک راہگیر، بلال احمد لالو ولد عبدل سلام لالو ساکن ریڈوانی پائین، قیموہ کو ٹکر ماردی۔ اس سلسلے میں، بھارتیہ نیائے سنہتا (بی این ایس) کی دفعہ 281 اور 125 (اے) کے تحت مقدمہ ایف آئی آر نمبر 2026/180 پولیس اسٹیشن کولگام میں درج کیا گیا اور تحقیقات شروع کی گئی۔

مرکزی وزیر تجارت پیوش گوئل نے ہند۔ نیوزی لینڈ آزاد تجارتی معاہدہ کا خیر مقدم کیا

ایف ٹی اے نیوزی لینڈ میں داخل ہونے والی تمام ہندوستانی برآمدات تک ڈیوٹی فری رسائی فراہم

ایم این این

نئی دہلی، تجارت اور صنعت کے وزیر پیوش گوئل نے منگل کو کہا کہ ہندوستان۔نیوزی لینڈ آزاد تجارتی معاہدہ (ایف ٹی اے) کے نافذ ہونے کے ساتھ ہی دونوں ممالک کے لیے مواقع کے ایک نئے باب کا آغاز ہے۔ وزیر کے مطابق ایف ٹی اے نیوزی لینڈ میں داخل ہونے والی تمام ہندوستانی برآمدات تک ڈیوٹی فری رسائی فراہم کرتا ہے اور دونوں ممالک کے درمیان تجارتی اور سرمایہ کاری کے وسیع تر تعلقات کے دروازے کھولتا ہے۔ ہندی نیکسیں۔ سوشل میڈیا پلیٹ فارم X پر اس پیش قدمی کا اعلان کرتے ہوئے، گوئل نے کہا کہ 100 فیصد ہندوستانی برآمدات صفر ڈیوٹی ادا کریں گی۔ انہوں نے کہا، ہندوستانی سامان اب نیوزی لینڈ میں تمام ٹیرف لائنوں میں ڈیوٹی فری داخل ہو سکتا ہے۔ وزیر نے اس بات پر بھی روشنی ڈالی کہ نیوزی لینڈ ہندوستان میں 20 بلین ڈالر کی سرمایہ کاری کی سہولت فراہم کرے گا، اسے اقتصادی ترقی اور روزگار کی تخلیق کے لیے ایک اہم موقع کے طور پر بیان کیا گیا ہے۔

بھارت اور ہالینڈ نے دفاعی تعاون کو مضبوط بنانے پر تبادلہ خیال

ایم این این

نئی دہلی، 20 اکتوبر: ہندوستان اور ہالینڈ نے منگل کو دفاعی تعاون کو مزید مضبوط بنانے کے طریقوں پر تبادلہ خیال کیا۔ یہ بات چیت چیف آف ڈیفنس اسٹاف جنرل این ایس راجہ سبرامنی اور ہندوستان میں نیدرلینڈ کی سفیر ماریسا جیرادس کے درمیان ملاقات کے دوران ہوئی۔ میٹنگ کے بعد ہیڈکوارٹر انٹیگریٹڈ ڈیفنس اسٹاف نے ایکس پر لکھا، جنرل این ایس راجہ سبرامنی سی ڈی ایس نے، ہندوستان میں نیدرلینڈ کی بادشاہی کی سفیر محترمہ ماریسا جیرادس کے ساتھ بات چیت کی۔ اس بات چیت نے مضبوط دوطرفہ تعلقات کی تصدیق کی اور ہندوستان کے دفاع کو مزید مضبوط کرنے کے راستے تلاش کیے۔ پچھلے مہینے، وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے اپنے ہالینڈ کے ہم منصب ٹام بیرینڈسن کے ساتھ ایک میٹنگ کی، جہاں انہوں نے یوکرین کے تنازعہ اور اس سال کے شروع میں وزیر اعظم کے ہالینڈ کے دورے سے حاصل ہونے والی چیزوں پر تبادلہ خیال کیا۔

گلمرگ اور پہلگام میں نئے سرمائی کھیلوں کا اعلان

وادیٔ کشمیر میں سردیوں کے موسم کا آغاز ہوتے ہی محکمہ سیاحت نے ملکی اور قومی سیاحوں کو راغب کرنے کے لیے سرمائی کھیلوں اور ثقافتی میلوں کا ایک بڑا خاکہ تیار کیا ہے۔ اس سلسلے میں گلمرگ، پہلگام اور سونمرگ جیسے مشہور سیاحتی مقامات پر اسکیئنگ، اسنو بورڈنگ، اور آئس ہاکی کے مقابلے منعقد کرنے کی تیاریاں مکمل کی جا رہی ہیں۔

جل جیون مشن جے اینڈ کے کا سوبلی اتسو 2026 میں تحفظِ آب کو فروغ دینے کے لیے JKAACL کے ساتھ باہمی اشتراک

انفو

کٹھوعہ، 20 اکتوبر: جل جیون مشن (JJM) جموں و کشمیر نے جے اینڈ کے اکیڈمی آف آرٹ، کلچر اینڈ لینگویجز (JKAACL) کے باہمی اشتراک سے بسوہلی اتسو 2026 میں پانی کی بچت، صفائی ستھرائی اور پانی کے معقول استعمال کو فروغ دینے کے لیے نکڑ ناٹک سیریز کا اہتمام کیا۔ پانی کے ساتھ مسلسل لگاؤ اور ثقافتی تعلق قائم رکھنے کے لیے IEC آؤٹ ریچ فریم ورک کے تحت منعقد کیے گئے اس اقدام میں بیداری پھیلانے اور آبی وسائل کی حفاظت کے لیے اجتماعی ذمہ داری کی ترغیب دینے کی خاطر لوک تھیٹر کا سہارا لیا گیا۔ ناٹک میں آلودگی، اسراف (پانی کا ضیاع) اور غیر پائیدار طریقوں سے پیدا ہونے والے چیلنجوں کو اجاگر کیا گیا۔ اس دلچسپ پرفارمنس کے ذریعے یہ پیغام دیا گیا کہ آبی وسائل کا تحفظ انسان کے ذمہ دارانہ عمل کا تقاضا کرتا ہے۔ اس بات پر زور دیا گیا کہ صرف واٹر سپلائی کا بنیادی ڈھانچہ ہی طویل مدتی آبی تحفظ کو یقینی نہیں بنا سکتا، بلکہ قدرتی چشموں اور ندی نالوں کی حفاظت، کیچمنٹ علاقوں کی دیکھ بھال، بارش کے پانی کو ذخیرہ کرنا (رین واٹر ہارویسٹنگ)، آلودگی سے بچاؤ اور پانی کا معقول استعمال بھی انتہائی ضروری ہے۔

ہندوستان نے یو این جی اے میں جامع عالمی تجارتی قانون کے عزم کا اعادہ کیا

اقوام متحدہ۔ 20 اکتوبر۔ ایم این این۔ ہندوستان نے اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی (یو این جی اے) کے 81 ویں اجلاس میں عالمی تجارت کے لیے جامع، ترقی پر مبنی اور بین الاقوامی سطح پر ہم آہنگ قانونی فریم ورک کے لیے اپنے عزم کا اعادہ کیا ہے۔ راجیہ سبھا کے ایم پی لوین کے جین نے بھی ہندوستان کی قانونی اصلاحات اور بین الاقوامی تجارتی قانون کو جدید بنانے کے لیے حمایت پر روشنی ڈالی۔ اپنے خطاب کے دوران، جین نے بین الاقوامی قانونی معیارات کو تیار کرنے میں UNCITRAL کے کردار کو تسلیم کیا اور اس بات کو یقینی بنانے کی ضرورت پر زور دیا کہ اس طرح کے فریم ورک ترقی یافتہ اور ترقی پذیر ممالک دونوں کی ضروریات کو پورا کرتے ہیں۔ جین نے کہا کہ UNCITRAL کا کام اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ضروری ہے کہ قانونی معیارات جامع، ترقی پر مبنی اور ترقی یافتہ اور ترقی پذیر ممالک دونوں کی ضروریات کے لیے جوابدہ رہیں۔

جموں و کشمیر میں تعلیمی ڈھانچے کی بہتری کے لیے جامع حکمتِ عملی تیار

ڈی سی نے تمام ضلع افسران کو زیر التوا تعمیراتی کاموں کو ترجیح اور سہولیات کی فراہمی یقینی بنانے کی ہدایت دی

ویب ڈیسک

جموں و کشمیر انتظامیہ نے وادی بھر میں تعلیمی معیار کو بلند کرنے اور دور دراز علاقوں کے اسکولوں میں بنیادی ڈھانچے کو مضبوط بنانے کے لیے ایک جامع اور حکمتِ عملی پر مبنی منصوبے کا آغاز کیا ہے۔ اس سلسلے میں ضلع کپواڑہ میں منعقدہ ایک اعلیٰ سطحی اجلاس کے دوران ڈپٹی کمشنر نے تعلیم، محکمہ تعمیرات عامہ (پی ڈبلیو ڈی)، اور دیگر متعلقہ محکموں کے افسران کو واضح ہدایات جاری کیں کہ مختلف اسکولوں میں جاری زیر التوا عمارتوں کی تعمیر، پینے کے صاف پانی کے انتظامات، بجلی کے کنکشنز، اور جدید کمپیوٹر لیبز کے قیام کے کاموں میں تیزی لائی جائے۔ اجلاس میں اس بات پر خاص زور دیا گیا کہ خاص طور پر سرحد کے قریب واقع بلاکوں اور دور افتادہ دیہاتوں کے طالب علموں کو معیاری تعلیم کے ساتھ ساتھ تمام تر جدید تعلیمی سہولیات فراہم کی جائیں تاکہ وہ دیگر علاقوں کے بچوں کے ساتھ برابری کی بنیاد پر مقابلہ کر سکیں۔

جموں و کشمیر پولیس کی بانڈی پورہ میں لکڑی کی غیر قانونی تجارت کے خلاف کارروائی؛ لکڑی کے بڑے ٹکڑے ضبط، ملزم گرفتار

پی ایم سی

20 اکتوبر: لکڑی کی غیر قانونی تجارت کے خلاف ایک اہم کارروائی کرتے ہوئے، جموں و کشمیر پولیس نے سملار پولیس پوسٹ کے دائرہ اختیار میں آنے والے علاقے مقصن وردپورہ میں ایک رہائشی مکان سے کائل (نیلے دیودار /Blue Pine) کی لکڑی کے چھ بڑے ٹکڑے برآمد کر کے ضبط کر لیے اور ملزم کو گرفتار کر لیا۔ مصدقہ اطلاع ملنے پر، سملار پولیس پوسٹ کی ایک ٹیم نے [illegible] محلہ مقصن وردپورہ کے رہائشی نذیر احمد لون (ولد غلام قادر لون) کے گھر کی تلاشی لی۔ تلاشی کے دوران لکڑی کے چھ بڑے ٹکڑے برآمد ہوئے جنہیں پولیس نے اپنی تحویل میں لے لیا۔ قانونی تقاضے پورے کرنے اور آزاد گواہوں کی موجودگی میں ملزم کو گرفتار کر لیا گیا۔ اس سلسلے میں، پولیس اسٹیشن بانڈی پورہ میں قانون کی متعلقہ دفعات کے تحت ایف آئی آر (FIR) نمبر 2026/166 درج کر لی گئی ہے۔ مزید تفتیش جاری ہے۔

ادھم پور میں دشہرا کا تہوار انتہائی جوش و خروش اور مذہبی عقیدت کے ساتھ منایا گیا

ویب ڈیسک

ادھم پور، 20 اکتوبر: ملک کے دیگر حصوں کی طرح، آج دیر شام یہاں اسپورٹس اسٹیڈیم میں دشہرا کا تہوار انتہائی جوش و خروش اور مذہبی عقیدت و احترام کے ساتھ منایا گیا۔ بدی پر نیکی کی فتح اور سچائی و راست بازی کی جیت کی علامت کے طور پر راون، کمبھ کرن اور میگھ ناد کے پتلے جلائے جانے کے منظر کا نظارہ کرنے کے لیے اسپورٹس اسٹیڈیم میں لوگوں کی ایک بڑی تعداد جمع ہوئی۔ ان تقاریب میں ممبر قانون ساز اسمبلی (ایم ایل اے) ادھم پور ویسٹ پون کمار گپتا، ایم ایل اے ادھم پور ایسٹ رنبیر سنگھ پٹھانیا، ڈپٹی کمشنر ادھم پور راجت وویدی، اسسٹنٹ کمشنر ریونیو ڈاکٹر اومیش شان اور دیگر افسران، معزز شہریوں اور سول سوسائٹی کے ارکان کی ایک بڑی تعداد نے شرکت کی۔ ضلعی انتظامیہ کی جانب سے اس تقریب کے پرامن اور محفوظ انعقاد کو یقینی بنانے کے لیے بہترین انتظامات کیے گئے تھے۔ عوام کی سہولت اور امن و امان کے ساتھ تقریب کی تکمیل کے لیے سخت سکیورٹی اقدامات، بیری کیڈنگ، پینے کے پانی، بلا تعطل بجلی کی فراہمی اور ایمبولینس کی تعیناتی سمیت طبی سہولیات کے پختہ انتظامات کیے گئے تھے۔ اسپورٹس اسٹیڈیم میں راون، کمبھ کرن اور میگھ ناد کے پتلے نذرِ آتش X ایم ایل اے ادھم پور ویسٹ، ایم ایل اے ادھم پور ایسٹ اور ڈی سی ادھم پور نے تقریب میں شرکت کی۔

ڈی سی کولگام نے کے۔ پی کالونی وِسو میں دشہرا کی تقاریب میں شرکت کی، رہائشیوں کو مبارکباد پیش کی

کے۔ پی کالونی وِسو میں دشہرا کی پُرجوش تقاریب: ڈی سی کولگام نے بچوں میں انعامات تقسیم کیے

انفو

[illegible] کولگام، 20 اکتوبر: ڈپٹی کمشنر کولگام، شہزاد عالم نے وسو کے کے۔ پی۔ کالونی کا دورہ کیا اور وجے دشمی (دشہرا) کی تقاریب میں مقامی لوگوں کے ساتھ شرکت کی۔ اس مبارک موقع پر انہوں نے لوگوں کو پرخلوص مبارکباد پیش کی۔ اس کے علاوہ، ڈپٹی کمشنر نے زیر التوا بنیادی ڈھانچے کے ترقیاتی کاموں کا معائنہ کیا اور پیش رفت کا جائزہ لیا۔ انہوں نے رہائشیوں سے بات چیت کی اور ان کے مختلف مسائل اور تشویشات کو سنا۔ ڈپٹی کمشنر نے رہائشیوں کو یقین دہانی کرائی کہ متعلقہ حکام کی جانب سے ان کے جائز مسائل کا ازالہ کیا جائے گا۔ دشہرا کی تقاریب کے سلسلے میں بچوں کی حوصلہ افزائی اور ان کی صلاحیتوں کا اعتراف کرنے کے لیے ایک تقریب تقسیم انعامات بھی منعقد کی گئی۔ تقاریب کا اختتام رہائشیوں کے ایک بڑے اجتماع کے ذریعے راون کا پتلا جلانے کے روایتی عمل پر ہوا، جو برائی پر اچھائی کی فتح کی علامت ہے۔ وسو ویلفیئر کمیٹی نے کالونی کا دورہ کرنے، جاری ترقیاتی کاموں کا جائزہ لینے اور رہائشیوں سے بات چیت کرنے پر ڈپٹی کمشنر کا شکریہ ادا کیا۔

سنجیتا ڈوگرا نے کہا کہ خواتین میں بے پناہ صلاحیت، تخلیق کاری اور عزم موجود ہے

سرکاری اسکیموں، ہنرمندی اور باجرے (Millet) سے بنی مصنوعات کی صنعت کو فروغ دینے پر زور

ویب ڈیسک

جے اینڈ کے بی جے پی کی ریاستی جنرل سکریٹری اور ہیڈکوارٹرز انچارج سنجیتا ڈوگرا نے کہا ہے کہ خواتین کے درمیان معاشی خود مختاری، ہنرمندی کا فروغ اور خود روزگاری ایک خود کفیل، ترقی پسند اور خوشحال معاشرے کی تعمیر کے لیے انتہائی ضروری ہیں۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ خواتین کو ان کی سماجی اور معاشی آزادی کو مضبوط بنانے کے لیے تیار کردہ مختلف سرکاری فلاحی اسکیموں اور مواقع سے فائدہ اٹھانے کے لیے ترغیب دی جانی چاہیے۔ سنجیتا ڈوگرا پنڈت پریم ناتھ ڈوگرا بھون، ہجی چھاؤنی، جموں میں منگل کو اپنی ہفتہ وار نشست کے تحت منعقدہ ایک اجلاس سے خطاب کر رہی تھیں، جس میں درجنوں خواتین نے شرکت کی۔ اس اجلاس کا بنیادی مقصد سرکاری پالیسیوں، فلاحی اسکیموں، روزگار کے مواقع اور معاشی سرگرمیوں میں خواتین کی شمولیت کو فروغ دینے والے اقدامات کے بارے میں بیداری پھیلانا تھا۔ اس اجلاس میں بی جے پی جے اینڈ کے انڈسٹریز سیل کے اسٹیٹ کنوینر ایڈوکیٹ دیپک گپتا اور سکواسٹ (SKUAST) یونیورسٹی کے ایسوسی ایٹ پروفیسر ڈاکٹر نیتے کوشل بھی موجود تھے۔ اجلاس سے خطاب کرتے ہوئے سنجیتا ڈوگرا نے کہا کہ خواتین میں بے پناہ صلاحیت، تخلیق کاری اور عزم موجود ہے۔

پوشن ماہ 2026 کے تحت باندے پورہ میں آنگن واڑی ورکروں کے لیے بیداری پروگرام کا انعقاد

انفو

باندے پورہ، 20 اکتوبر: قومی پوشن ماہ 2026 کے تحت بین المحکماتی ہم آہنگی کا بہترین مظاہرہ کرتے ہوئے، شعبہ کمیونٹی میڈیسن (سکمز) نے محکمہ صحت اور آئی سی ڈی ایس (ICDS) کے ساتھ مل کر سی ایچ سی سنبل میں بلاک حاجن کی آنگن واڑی ورکروں کے لیے ایک مشترکہ بیداری اور حساسیت پروگرام کا انعقاد کیا۔ یہ پروگرام قومی تھیم "ہماری آنگن واڑی، ہماری ذمہ داری" کے تحت اور وزارت برائے خواتین و اطفال کی ترقی کی ہدایات کے مطابق باہمی اشتراک سے منعقد کیا گیا۔ اس سلسلے کے تحت 29 ستمبر 2026 سے ہر منگل کو پی ایچ سی حاجن سمیت بلاک حاجن کی آنگن واڑی ورکروں کو 50، 50 کے بیچوں (گروپوں) میں تربیت کے لیے بھیجا جا رہا ہے۔ اس موقع پر سکمز کے ماہرین، سی ایچ سی سنبل/پی ایچ سی حاجن کے میڈیکل آفیسرز اور سی ڈی پی او سنبل/حاجن نے آنگن واڑی ورکروں کو اہم نکات پر تفصیل سے آگاہ کیا۔

قومی وبین الاقوامی خبریں

مہنگائی کے خلاف عوام سراپا احتجاج

میڈرڈ: ایندھن کی بڑھتی ہوئی قیمتیں، اسکولوں کی خستہ حالی پر ناراضگی، عوامی خدمات کا زوال، اور رہائش کا بحران۔۔۔ ان سب عوامل نے پورے یورپ میں احتجاج کی لہر پیدا کر دی ہے۔

کئی ہفتوں سے یورپ کے بڑے شہروں میں ہجوم سراپا احتجاج ہیں۔ فرانس، اٹلی اور البانیہ میں کچھ مظاہروں کے دوران گرفتاریاں ہوئیں، لوٹ مار کی گئی، لوگ زخمی ہوئے اور تشدد کے واقعات پیش آئے۔ اسپین اور پرتگال میں، لوگوں نے رہائش کی بلند قیمتوں کے خلاف احتجاج کرنے کے لیے خیمہ زن ہو گئے ہیں۔

اسپین کی یونیورسٹی آف ڈیوسٹو میں عمرانیات کی پروفیسر، ماریا سلویسٹری کا کہنا ہے کہ یورپی نوجوانوں میں غیر یقینی کیفیت کا گہرا احساس پایا جاتا ہے، اور انہیں لگتا ہے کہ حالات ان کے قابو سے باہر ہو چکے ہیں۔ انہوں نے وضاحت کرتے ہوئے کہا، جب کئی مسائل ایک ساتھ جمع ہو جاتے ہیں، تو ایک معمولی چنگاری بھی آگ بھڑکا سکتی ہے، جس سے عوامی بے چینی سطح پر آ جاتی ہے اور لوگ سڑکوں پر نکلنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔

یورپی یونین کی بڑی معیشتیں جیسے فرانس، اٹلی اور اسپین انتخابات کی تیاری کر رہی ہیں، جبکہ ان کے شہر عملی طور پر میدان جنگ میں تبدیل ہو چکے ہیں۔ دریں اثنا، جرمنی میں انتہائی دائیں بازو کی جماعتوں نے زور پکڑا ہے۔ یہ ایک ایسا رجحان ہے جو دیگر ممالک میں بھی ابھر سکتا ہے۔ یہ سب یورپ کے لیے ایک نازک موڑ پر ہو رہا ہے، خاص طور پر یوکرین کی حمایت کے حوالے سے۔ ایک طرف، ڈونلڈ ٹرمپ ولادیمیر پوتن کے ساتھ بات چیت کے امکانات کا جائزہ لے رہے ہیں دوسری طرف، نیٹو رکن ممالک میں آتش زنی، سائبر حملوں اور تخریب کاری کے واقعات کے لیے روس کو ذمہ دار ٹھہرایا جا رہا ہے۔

انتہائی دائیں بازو کے سیاست دانوں نے اس افراتفری سے فائدہ اٹھایا ہے۔ فرانس میں، جہاں احتجاج خاص طور پر وسیع پیمانے پر ہو رہے ہیں، ڈونلڈ ٹرمپ نے اس بے چینی کا ذمہ دار تارکین وطن کو قرار دیا ہے۔ پیر کے روز، انہوں نے اپنے سوشل میڈیا پلیٹ

اب سعودی عرب پر حوثیوں کے حملے کو روکیں گے برطانوی طیارے

لندن: برطانیہ نے منگل کے روز اعلان کیا کہ وہ حوثیوں کے خلاف کارروائیوں میں سعودی عرب کے لیے اپنی فوجی حمایت میں توسیع کر رہا ہے۔ اس میں اب رائل ایئر فورس (آر اے ایف) کے طیاروں کی جانب سے کیے جانے والے دفاعی فضائی گشت بھی شامل ہوں گے۔ تاہم، برطانیہ نے اس بات پر زور دیا کہ اس تنازعے کا کوئی فوجی حل نہیں ہے۔

وزیر دفاع ویس اسٹریٹنگ نے کہا کہ رائل ایئر فورس کے ٹائفون طیارے سعودی عرب کی فضاؤں میں دفاعی کارروائیاں کریں گے، جس سے سعودی شہروں، شہریوں اور اہم قومی بنیادی ڈھانچے کو یمن میں ایران کی حمایت یافتہ باغیوں کی جانب سے داغے جانے والے میزائلوں اور ڈرونز سے بچانے میں مدد ملے گی۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ برطانوی طیارے فضا میں ہی میزائلوں یا ڈرونز کو روکیں گے (انٹرسیپٹ کریں گے)۔ تاہم، اسٹریٹنگ نے واضح کیا کہ وہ زمین پر موجود حوثیوں کے ٹھکانوں پر حملے نہیں کریں گے۔

اسٹریٹنگ نے مزید کہا کہ برطانیہ سعودی عرب میں ایک فوجی ٹرانسپورٹ طیارہ اور متعدد فوجی مشیر بھی تعینات کرے گا۔

یہ اعلان برطانیہ کے اس فیصلے کے بعد سامنے آیا ہے جو گزشتہ ماہ کیا گیا تھا، جس کے تحت حوثیوں کے خلاف کارروائیوں میں مصروف سعودی طیاروں کو فضا میں ہی ایندھن بھرنے کی سہولت فراہم کرنے کا فیصلہ کیا گیا تھا۔ اسٹریٹنگ نے بتایا کہ اس مشن میں اب مزید 90 دنوں کی توسیع کر دی گئی ہے۔

حوثیوں اور یمن کی سعودی حمایت یافتہ حکومت کے درمیان تنازعہ دوبارہ شدت اختیار کر گیا ہے۔ حوثی مسلسل سعودی عرب کو میزائل اور ڈرون حملوں کا نشانہ بنا رہے ہیں، جو تیل سے مالا مال اس ملک کے لیے ایک بڑا چیلنج بن گیا ہے۔ رواں ماہ کے اوائل میں، ریاض میں واقع ملک کے مرکزی بین الاقوامی ہوائی اڈے کو کئی بار نشانہ بنایا گیا۔

ان حملوں کو قابل مذمت قرار دیتے ہوئے، اسٹریٹنگ نے کہا کہ ہوائی اڈے کو نشانہ بنانا اس بات کی عکاسی کرتا ہے کہ حوثی خطے میں کشیدگی بڑھانے کے لیے کس حد تک جانے کو تیار ہیں۔ ایسوسی ایٹڈ پریس نے گزشتہ ماہ رپورٹ کیا تھا کہ سعودی عرب نے اپنے اتحادیوں فرانس، برطانیہ، پاکستان اور مصر سے درخواست کی تھی کہ وہ خطے میں فضائی دفاعی نظام تعینات کریں تاکہ حوثیوں اور ایران کی حمایت یافتہ دیگر گروہوں کی جانب سے داغے جانے والے میزائلوں اور ڈرونز کے خلاف دفاع میں مدد مل سکے۔

امریکہ، جس نے ماضی میں بائیڈن اور ٹرمپ دونوں انتظامیہ کے دور میں حوثیوں کے خلاف فضائی حملے کیے تھے، اس بار ایسا کرنے سے گریز کیا ہے۔ پارلیمنٹ میں ایک تحریری بیان میں، اسٹریٹنگ نے کہا کہ حکومت کا موقف واضح ہے، یمن کے تنازعے کا کوئی طویل مدتی عسکری حل موجود نہیں ہے۔

انہوں نے مزید کہا، ہم اقوام متحدہ کی زیر قیادت سیاسی عمل کی حمایت جاری رکھیں گے، کیونکہ پائیدار امن کے حصول کے لیے یہی بہترین راستہ ہے۔

یمن میں خانہ جنگی کا آغاز 2014 میں ہوا، جب حوثیوں نے صنعا اور شمالی یمن کے بڑے حصوں پر قبضہ کر لیا، جس کے نتیجے میں حکومت کو جلاوطنی اختیار کرنے پر مجبور ہونا پڑا۔

اگلے ہی سال، سعودی عرب کی قیادت میں ایک اتحاد نے حکومت کو دوبارہ اقتدار میں لانے کی کوشش میں اس تنازعے میں مداخلت کی۔ اس تنازعے نے دنیا کے بدترین انسانی بحرانوں میں سے ایک کو جنم دیا ہے، جس کے نتیجے میں ڈیڑھ لاکھ سے زائد افراد ہلاک ہو چکے ہیں۔

وزیر اعظم کے دفتر کے ترجمان نے اس بات کی تردید کی کہ برطانیہ کو اس تنازعے میں گھسیٹا جا رہا ہے۔

ترجمان ٹام ویلز نے کہا، سعودی عرب کے لیے ہماری حمایت نپی تلی اور مناسب حد تک ہے۔ اس کا بنیادی مقصد سعودی عرب کی حوثیوں کی جانب سے مسلسل حملوں کے خلاف دفاع میں مدد کرنا ہے۔

بنگلہ دیش کے وزیر اعظم نے درگا پوجا پنڈال جا کر ہندو برادری کو مبارکباد دی،

ڈھاکہ (بنگلہ دیش): بنگلہ دیش کے وزیر اعظم طارق رحمان نے شاردیے درگوتسو کی مہانومی کے موقع پر منگل کے روز رنگ پور کے تاریخی رادھا گووند دھرم سبھا مندر کے درگا پوجا پنڈال کا دورہ کیا۔ طارق رحمان نے پنڈال میں موجود عقیدت مندوں سے ملاقات کی۔ انہوں نے ہندو برادری کے لوگوں کو دل کی گہرائیوں سے مبارکباد پیش کرنے کے لیے ہاتھ ہلایا اور عقیدت مندوں کی درخواست پر ان کے ساتھ سیلفیاں بھی لیں۔

وزیر اعظم صبح 9 بجے ڈھاکہ کے تیزگاؤں ہوائی اڈے سے فضائیہ کے طیارے کے ذریعے روانہ ہوئے اور 9:50 بجے سید پور ہوائی اڈے پہنچے۔ ہوائی اڈے کی رسمی کارروائیوں کے بعد، طارق رحمان سڑک کے راستے رنگ پور کے لیے روانہ ہوئے۔ ان کے استقبال کے لیے تارنج اور پگا پیر سمیت سڑک کے دونوں کناروں پر پارٹی کے سینکڑوں رہنما اور کارکنان جمع تھے۔ وزیر اعظم نے اپنے قافلے سے ہاتھ ہلا کر ان کا شکریہ ادا کیا۔

وزیر اعظم دوپہر کے وقت تقریباً 12:05 بجے پنڈال پہنچے، جہاں مندر کمیٹی کے صدر بھبتوش سرکار بچو، جنرل سکریٹری کھوکن سرکار، بنگلہ دیش پوجا اوجاپن پریشد کی رنگ پور ضلع شاخ کے صدر رام جیون کنڈو، سٹی شاخ کے جنرل سکریٹری پرشانت کمار رائے اور سٹی سٹیزن کمیٹی کے ممبر سکریٹری پلاش کانتی ناگ نے ان کا استقبال کیا۔

اس دورے کے دوران، انہوں نے ان دونوں مقامات پر پارٹی رہنماؤں اور کارکنوں سے مختصر خطاب بھی کیا، جس میں انہوں نے سب سے ملک اور عوام کی فلاح و بہبود کے لیے متحد ہو کر کام کرنے کی اپیل کی۔

13ویں قومی پارلیمانی انتخابات میں اپنی پارٹی کی جیت کے بعد وزیر اعظم کا عہدہ سنبھالنے کے بعد طارق رحمان کا رنگ پور کا یہ پہلا دورہ ہے۔ رنگ پور میں پوجا پنڈال کا دورہ کرنے کے بعد، وہ سید پور ہوائی اڈے پر واپس آئیں گے اور راج شاہی کے لیے روانہ ہوں گے، جہاں وہ دھرم سبھا مندر کے پوجا پنڈال کا دورہ کریں گے۔ اس کے علاوہ، رات کو ڈھاکہ واپس آنے سے پہلے ان کا چٹاگانگ (چٹوگرام) میں بھی ایک پوجا پنڈال کا دورہ کرنے کا پروگرام ہے۔

ہندو برادری کا سب سے بڑا مذہبی تہوار

یوپی میں پرائمری کے تمام اساتذہ کے تقرری ناموں کی جانچ کا حکم

الہ آباد ہائی کورٹ نے اسپیشل ٹاسک فورس (ایس ٹی ایف) کو ریاست کے پرائمری اسکولوں میں کام کرنے والے اور پہلی سے آٹھویں جماعت تک کے طلبہ کو پڑھانے والے تمام اساتذہ کے تقرری ناموں اور تعلیمی دستاویزات کی جانچ کا حکم دیا ہے۔ عدالت نے کہا کہ پرائمری اسکولوں کے تمام اساتذہ ایک ہفتے کے اندر اپنے تقرری ناموں اور تعلیمی دستاویزات کی کاپیاں متعلقہ بنیادی تعلیمی افسران (بی ای او) کو دستیاب کرائیں گے۔ بنیادی تعلیمی افسران ان دستاویزات کو ایس ٹی ایف کے دفتر میں جمع کریں گے۔

جسٹس ونود دیواکر نے ایس ٹی ایف کو ہدایت دی کہ وہ ضرورت پڑنے پر سینئر سپرنٹنڈنٹ آف پولیس یا پولیس کمشنر کی مدد سے دستاویزات کی تصدیق کا نظام تیار کریں۔ ایک معاملے کی سماعت کے دوران عدالت نے پایا کہ ۱۰ اساتذہ کی تقرری کیلئے ایک ہی سرٹیفکیٹ کا استعمال کیا گیا تھا۔ عدالت نے ہدایت دی کہ ڈائریکٹر آف ایجوکیشن ان کارروائیوں پر نظر رکھیں گے۔ وہ روزانہ نگرانی کیلئے کسی افسر کو نامزد بھی کر سکتے ہیں۔

عدالت نے کہا کہ اسی طرح ایس ٹی ایف کے ایڈیشنل ڈائریکٹر جنرل تصدیق اور جانچ کی نگرانی کریں گے۔ وہ بھی روزانہ نگرانی کیلئے کسی افسر کو نامزد کر سکتے ہیں۔ عدالت نے ۱۶ اکتوبر کو دیئے گئے اپنے حکم میں وارننگ دی کہ کسی بھی افسر کی جانب سے کی گئی لاپروائی کو سنجیدگی سے لیا جائے گا اور متعلقہ افسران کو ذاتی طور پر ذمہ دار ٹھہرایا جا سکتا ہے۔ معاملے کی آئندہ سماعت ۴ نومبر کو ہوگی۔ عدالت نے مزید کہا کہ ”یہ سب جانتے ہیں کہ طلبہ کی تعداد میں کمی کے باعث کئی پرائمری اسکول بند کر دیئے گئے ہیں۔ طلبہ کی تعداد وسائل کی کمی کی وجہ سے نہیں بلکہ تعلیم کا معیار خراب ہونے کے سبب کم ہوئی ہے۔“

عدالت نے کہا کہ ایک اچھے استاد کیلئے صرف مضمون کا علم ہی نہیں بلکہ پڑھانے کی

غریب، کم تعلیم یافتہ آبادی کو دائمی بیماریوں کے زیادہ خطرات

بین الاقوامی ادارہ صحت (ڈبلیو ایچ او) کی ایک رپورٹ کے مطابق غریب، کم تعلیم یافتہ آبادی کو دائمی بیماریوں کے زیادہ خطرات کا سامنا ہے، اس کے علاوہ علاج میں رکاوٹوں کا سامنا ہے، اس کے علاوہ غیر متعدی بیماریوں میں عدم مساوات کی پہلی عالمی تشخیص میں آمدنی، تعلیم، جنس اور رہائش کی جگہ سے منسلک کینسر اسکریننگ، ذیابیطس اور ہائی بلڈ پریشر کے علاج میں تفاوت پایا گیا۔

عالمی ادارہ صحت (ڈبلیو ایچ او) نے منگل کو خبردار کیا کہ غریب اور کم تعلیم یافتہ آبادیوں کو بعض دائمی بیماریوں کے زیادہ خطرات اور تشخیص اور علاج میں رکاوٹوں کا سامنا ہے۔ غیر متعدی بیماریوں (این سی ڈی) میں عدم مساوات کی اپنی پہلی عالمی تشخیص میں، اقوام متحدہ کے صحت کے ادارے نے کینسر، قلبی امراض، دائمی سانس کی بیماریوں اور ذیابیطس میں تفاوت کا جائزہ لیا۔ رپورٹ میں خطرے کے عوامل میں عدم مساوات کا بھی جائزہ لیا گیا، بشمول تمباکو کا استعمال، موٹاپا، غیر صحت بخش غذا اور فضائی آلودگی۔ نتائج کے مطابق، کم اور درمیانی آمدنی والے ممالک میں کم تعلیم یافتہ آبادیوں میں ہائی بلڈ پریشر اور ذیابیطس کی شرح زیادہ ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ رپورٹ میں پایا گیا کہ غریب اور کم تعلیم یافتہ خواتین میں سروائیکل کینسر کی اسکریننگ کا امکان بھی کم ہوتا ہے۔

بعد ازاں اس ادارے کے مطابق، دیہی آبادیوں کو بہت سے ممالک میں شہری باشندوں کے مقابلے ہائی بلڈ پریشر کی تشخیص اور علاج کے ساتھ کینسر کی اسکریننگ میں زیادہ رکاوٹوں کا سامنا ہے۔ رپورٹ میں دائمی بیماریوں کے خطرات اور صحت کی دیکھ

”مردم شماری میں نجی افراد کی خدمات سے سیاسی مداخلت بڑھے گی“

ملک میں آئندہ مردم شماری کیلئے شمار کنندگان کی تقرری کے قواعد میں تبدیلی کے بعد سیاسی اور سماجی حلقوں میں تشویش پائی جا رہی ہے۔ نئے قواعد کے تحت سرکاری ملازمین کے علاوہ نجی تعلیمی اداروں کے اساتذہ، کمپنیوں، سوسائٹیوں اور ٹرسٹوں کے ملازمین سمیت دیگر اہل افراد کو بھی شمار کنندگان مقرر کیا جا سکے گا۔ تاہم اس فیصلے نے مردم شماری کے عمل کی شفافیت، معلومات کی درستگی، رازداری اور سیاسی غیر جانب داری کے حوالے سے کئی سوالات کھڑے کئے ہیں۔ کانگریس لیڈروں اور دیگر تنظیموں نے اس تبدیلی پر اعتراض کرتے ہوئے اندیشہ ظاہر کیا ہے کہ مناسب نگرانی اور واضح معیار نہ ہونے سے سیاسی مداخلت اور غلط اندراجات ہو سکتے ہیں۔

مردم شماری کی بنیاد پر ہی سرکاری اسکیموں، ریزرویشن پالیسیوں اور ترقیاتی منصوبہ بندی کیلئے ضروری معلومات حاصل کی جاتی ہیں۔ اسی اہمیت کے پیش نظر شمار کنندگان کی تقرری اور ان کی ذمہ داریوں کا معاملہ خاصا حساس سمجھا جاتا ہے۔ اطلاع کے مطابق ۱۶ اکتوبر کو رجسٹرار جنرل کے دفتر کی جانب سے مردم شماری (ترمیمی) قواعد، ۲۰۲۶ء کا نوٹیفکیشن جاری کیا گیا جس کے ذریعے مردم شماری کے قواعد ۱۹۹۰ء میں شمار کنندگان کی اہلیت سے متعلق دفعات میں تبدیلی کی گئی ہے۔ ترمیم کے تحت ریاستی حکومتوں اور مرکز کے زیر انتظام علاقوں کے انتظامیہ کو ایسے افراد کی تقرری کا اختیار دیا گیا ہے جنہیں وہ اس کام کیلئے موزوں سمجھیں۔

اس فیصلے کے بعد یہ سوال اہمیت اختیار کر گیا ہے کہ نجی شعبے سے شمار کنندگان کا انتخاب کن معیارات پر ہوگا، انہیں کس نوعیت کی تربیت دی جائے گی اور ان کے کام کی نگرانی و جواب دہی کا نظام کس طرح یقینی بنایا جائے گا۔

مردم شماری میں نجی اداروں کے ملازمین کی شمولیت کو بذات خود اعداد و شمار میں رد و بدل

آج ملکارجن کھرگے کی وزیر اعظم مودی سے ملاقات

کانگریس صدر ملکارجن کھرگے بدھ کو وزیر اعظم نریندر مودی سے ملاقات کریں گے۔ ایس آئی آر کے حوالے سے وزیر اعظم کو لکھے گئے کئی خطوط کے بعد ہونے والی اس ملاقات میں کھرگے نے ووٹر لسٹ سے بڑی تعداد میں لوگوں کے نام کاٹے جانے کو پوری شدت سے اٹھانے کا واضح اشارہ دیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ ۲۱ اکتوبر کو وزیر اعظم نریندر مودی سے ملاقات میں ایس آئی آر، پارلیمانی بندی اور خواتین ریزرویشن کے نفاذ میں تاخیر سے متعلق خدشات پیش کریں گے۔

نئی دہلی میں صحافیوں کے سوالوں کے جواب میں انہوں نے کہا کہ ”میں نے ذاتی طور پر وزیر اعظم کو خط لکھے ہیں، ان کے پاس میرے دو خطوط ہیں۔“ انہوں نے کہا کہ ”میں کل انہیں ہر بات سمجھاؤں گا، جس میں ایس آئی آر کے نقصانات، ان کی طرف سے تجویز کردہ پارلیمانی حد بندی کے اثرات اور خواتین کے ریزرویشن کا معاملہ شامل ہے۔“ کھرگے نے نشاندہی کرتے ہوئے کہ اسے تو پارلیمنٹ کی منظوری مل چکی ہے، سوال کیا کہ ”وہ اسے نافذ کیوں نہیں کر رہے ہیں؟ میں کل ان تمام امور پر انہیں سمجھاؤں گا۔“

”کھرگے کا یہ باتیں اس وقت کہیں جب صحافیوں نے ان سے مرکزی وزیر برائے پارلیمانی امور کرن رجیجو کے خط پر ردعمل جاننا چاہا۔ رجیجو نے ۱۶ اکتوبر کو کھرگے کی جانب سے لکھے گئے اس خط کا جواب دیا تھا، جس میں پارلیمانی سیٹوں کی مجوزہ حلقہ بندی سے متعلق آئینی ترمیمی بل کو پارلیمنٹ میں پیش کرنے سے قبل کل جماعتی میٹنگ کا مطالبہ کیا گیا تھا۔ رجیجو نے 'ایکس' پر اپنے خط کو پوسٹ کرتے ہوئے کہا ہے کہ حکومت نے مارچ اور اپریل میں تحریری پیغامات کے ذریعے اور کھرگے نیز لوک سبھا میں قائد حزب اختلاف راہل گاندھی کے ساتھ بات چیت کے دوران مجوزہ بل پر کانگریس سے تعاون کی اپیل کی تھی۔ رجیجو کا الزام ہے کہ بار بار درخواست کے باوجود کانگریس نے گفتگو کیلئے کوئی تاریخ نہیں دی جس کے بعد حکومت نے ڈی ایم کے، سماج وادی پارٹی، وائی ایس آر کانگریس پارٹی، این سی پی، شیو

فرانس پرتشدد احتجاج: 18 سال سے کم عمر بچوں اور نوجوانوں کے لیے کرفیو نافذ

پیرس: پیر کے روز، پیرس پولیس نے فرانسیسی دارالحکومت کے دو علاقوں میں رات کے وقت کرفیو نافذ کر دیا۔ یہ اقدام فرانس میں برسوں بعد ہونے والے شدید ترین ہنگاموں کے تناظر میں اٹھایا گیا ہے۔ ان ہنگاموں کے دوران ملک بھر میں سٹی ہالز، دیگر سرکاری عمارتوں اور ہزاروں کاروباری مراکز کو نشانہ بنایا گیا۔

پیرس پولیس کے ایک بیان کے مطابق، اس حکم کا مقصد عوام اور املاک کو تشدد اور لوٹ مار سے محفوظ رکھنا ہے۔

کرفیو کے تحت، افراد کے لیے ہفتے کے روز ہنگامے سے متاثرہ پلاس ڈی لا ریپبلک اور لوٹ مار سے متاثرہ تجارتی علاقہ لے ہال میں داخل ہونا یا وہاں موجود رہنا ممنوع قرار دیا گیا ہے۔

یہ کرفیو پیر کی رات 11:00 بجے سے منگل کی صبح 6:00 بجے تک نافذ رہے گا۔ مزید برآں، پیرس پولیس نے اعلان کیا ہے کہ رات 8:00 بجے سے عوامی اجتماعات اور مظاہروں پر بھی پابندی ہوگی۔

اس سے قبل پیر کے روز، وزیر سیباستین لیکورنو نے ایک انتہائی محدود اور مخصوص علاقوں تک محدود کرفیو کے نفاذ کا ذکر کیا تھا۔

شمالی فرانس میں، لِل سمیت کئی شہروں کی مقامی انتظامیہ نے 18 سال سے کم عمر بچوں اور نوجوانوں کے لیے کرفیو نافذ کر دیا ہے۔ یہ اقدام پیر سے شروع ہو کر اگلے دو دنوں تک، رات 8:00 بجے سے صبح 6:00 بجے تک نافذ رہے گا۔ فرنچ رویرا پر واقع شہر نیس میں بھی کم عمر افراد کے لیے رات 9:00 بجے سے کرفیو نافذ کر دیا گیا ہے۔

بدامنی سے نمٹنے کے لیے پولیس کے کردار کا دفاع کرتے ہوئے، لیکورنو نے کہا، شدید تشدد اور املاک کو پہنچنے والے وسیع نقصان کے باوجود، کوئی جانی نقصان نہیں ہوا، جو کہ کسی معجزے سے کم نہیں ہے۔ انہوں نے مزید کہا کہ کرفیو کے حوالے سے مزید تفصیلات پیر کے روز مقامی میئرز کے ساتھ مشاورت کے بعد فراہم کی جائیں گی۔

فرانس میں، یہ کوئی غیر معمولی بات نہیں ہے کہ پرامن مظاہروں کے دوران کچھ شرپسند عناصر تشدد بھڑکا دیں، جس کے نتیجے میں پولیس کے ساتھ جھڑپیں ہو جاتی ہیں۔ ہفتے کے روز ہونے والی بدامنی ان ہنگاموں کی یاد دلاتی ہے جو 2023 میں پولیس کے ہاتھوں ایک نوجوان کی ہلاکت کے بعد پھوٹ پڑے تھے۔ یہ ایک ایسا واقعہ تھا جس کے نتیجے میں انتظامیہ کو مقامی سطح پر کرفیو بھی نافذ کرنا پڑا تھا۔ اسی طرح کا تشدد 2018 کی یلو ویسٹ تحریک کے دوران بھی دیکھا گیا تھا، جو ایندھن کی قیمتوں اور دیگر معاشی مسائل پر خدشات کے باعث شروع ہوئی تھی۔

ہائی بلڈ پریشر، وجوہات کیا، کنٹرول کیسے کیا جاسکتا ہے؟

ڈاکٹر مریم

ہائی بلڈ پریشر اکثر بغیر علامات کے بھی رہتا ہے اسی وجہ سے اسے خاموش قاتل بھی کہا جاتا ہے۔ اچھی بات یہ ہے کہ مناسب غذا، ورزش اور علاج سے اسے موثر طریقے سے کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ یہاں ہم آپ کو بلڈ پریشر کنٹرول کرنے کے 7 موثر طریقے بتاتے ہیں۔

نمک کم کریں: کھانے میں نمک اور زیادہ نمک والی اشیاء مثلاً اچار، چپس اور پراسیسڈ فوڈ کا استعمال محدود کریں۔

متوازن غذا کھائیں: سبزیاں، پھل، دالیں، ثابت اناج اور کم چکنائی والی غذائیں استعمال کریں۔

روزانہ چہل قدمی کریں: اگر صحت اجازت دے تو روزانہ تقریباً 30 منٹ تیز قدموں سے چلیں۔ وزن مناسب رکھیں: اضافی وزن کم کرنے سے بلڈ پریشر میں بہتری آسکتی ہے۔

نیند پوری کریں: روزانہ 7 سے 9 گھنٹے کی نیند لینے کی کوشش کریں۔

تمباکو نوشی سے گریز کریں: سگریٹ اور دیگر تمباکو کی مصنوعات دل اور خون کی شریانوں کے لیے نقصان دہ ہیں۔

دوائیں باقاعدگی سے لیں: ڈاکٹر کی تجویز کردہ دوا خود سے بند نہ کریں، چاہے بلڈ پریشر معمول پر آجائے۔

بلڈ پریشر کتنا ہونا چاہیے؟

عام طور پر بالغ فرد میں 120/80 ملی میٹر مرکری سے کم بلڈ پریشر بہترین سمجھا جاتا ہے۔ بار بار 140/90 یا اس سے زیادہ ریڈنگ آنے پر ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔ مختلف طبی رہنما اصولوں میں تشخیص کی حد مختلف ہوسکتی ہیں۔

اگر بلڈ پریشر 180/120 یا اس سے زیادہ ہو تو ایک منٹ بعد دوبارہ چیک کریں۔ اگر اس کے ساتھ سینے میں درد، سانس لینے میں دشواری، شدید سردرد، کمزوری یا نظر میں تبدیلی ہو تو فوراً ایمرجنسی طبی مدد لیں۔

ہلدی، نظام ہاضمہ سے جڑے مسائل کا بہترین حل

ڈاکٹر سلیم

ہلدی مشرقی کھانوں کو ذائقہ دار بنانے کے علاوہ انسانی صحت کے متعدد مسائل کو حل کرنے کا بھی ضامن ہے۔ ہلدی کو اس کے بیش بہا فوائد کے سبب جنوبی ایشیاء میں زیادہ استعمال کیا جاتا ہے۔ حال ہی میں ایک تحقیق کی گئی جس کے مطابق ہلدی بدہضمی کے علاج کے لیے ایک طاقتور جزو کے طور پر ابھری ہے۔ اس میں کرکومین (curcumin) نامی ایک قدرتی مرکب ہوتا ہے جس میں اینٹی سوزش اور اینٹی مائکروبئل کی خصوصیات موجود ہیں۔ تاہم اس کی افادیت کا موازنہ پیٹ کے اضافی تیزاب کو کم کرنے والی دوا اومیپرازول (omeprazole) سے کیا گیا ہے۔ جرنل بی ایم جے ایویڈنس بیسڈ میڈیسن میں شائع ہونے والی اس تحقیق میں یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ کرکومین اور اومیپرازول فنکشنل ڈسپیپسیا (functional dyspepsia) کے لیے تقابلی افادیت رکھتے ہیں جس کا کوئی واضح ہم آہنگی اثر نہیں ہوتا۔ محققین نے ڈبل بلائنڈ، پلیسبو کنٹرولڈ کلینیکل ٹرائل کیا جس میں پیٹ کے مسائل میں مبتلا تقریباً 206 افراد نے حصہ لیا۔ انہیں تین گروپوں میں تقسیم کیا گیا تھا ہر ایک کو 28 دن کی مدت کے لیے ایک منفرد علاج کا منصوبہ تفویض کیا گیا تھا ایک گروپ کو دن میں چار بار کرکومین کے دو بڑے کیپسول دیے گئے اور اس کے ساتھ ایک ڈمی کیپسول بھی دیا گیا۔ دوسرے گروپ کو اومیپرازول کے روزانہ 20 ملی گرام کیپسول اور توازن برقرار رکھنے کے لیے دو ڈمی کیپسول دیے گئے۔ جب کہ تیسرے گروپ کو ہلدی اور اومیپرازول دونوں دی گئی تھیں۔ نتائج سے یہ پتہ چلا کہ ہلدی بدہضمی کو دور میں مدد کرتی ہے۔ تینوں گروپوں کے مریضوں نے ان علامات میں ایک جیسی بہتری کا سامنا کیا تھا۔ نتائج کے باوجود محققین نے مطالعے کی حدود کو تسلیم کیا۔ ان کے مطابق ہلدی کے فوائد کو چیک کرنے کے لیے مستقبل میں طویل مدتی تجربات کیے جانے چاہئیں۔ محققین کا کہنا تھا کہ یہ ملٹی سینٹر رینڈمائزڈ کنٹرولڈ ٹرائل فنکشنل ڈسپیپسیا کے علاج کے لیے انتہائی قابل اعتماد شواہد فراہم کرتا ہے۔ خیال رہے کہ اس سے قبل بھی دیگر مطالعات میں ہلدی کو جگر کی چوٹ کا سبب قرار دیا گیا تھا لہذا ہلدی کو اعتدال میں رہتے ہوئے اور ڈاکٹرز کے مشورے کو مدنظر رکھتے ہوئے استعمال کرنے پر زور دیا گیا ہے۔

اس موسم کا یہ مزیدار پھل صحت کیلئے کتنا فائدہ مند ہوتا ہے؟

ڈاکٹر شمس الحق

انار کو چھیلنا تو بہت مشکل لگتا ہے مگر اس کے رسیلے سرخ دانوں کو کھانے سے ساری محنت وصول ہوجاتی ہے۔ ذائقے سے ہٹ کر یہ مزیدار پھل صحت کے لیے بھی بہت زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس کو کھانے سے جسم صحت مند ہوتا ہے اور مختلف امراض کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ زمانہ قدیم سے یہ پھل انسانوں کی غذا کا حصہ ہے اور اس کے فوائد جاننے کے لیے بہت زیادہ تحقیقی کام بھی ہوا ہے۔ انار کے چند فوائد جاننا آپ کے لیے اس پھل کا مزہ دوبالا کردے گا۔

اینٹی آکسائیڈنٹس سے بھرپور

انار کے دانوں میں پولی فینول اینٹی آکسائیڈنٹس کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے۔ پولی فینولز ایسے مرکبات ہیں جو خلیات کو نقصان پہنچانے والے غیر مستحکم مالیکیولز کا مقابلہ کرتے ہیں۔ ان مالیکیولز کو فری ریڈیکلز بھی کہا جاتا ہے۔ انار میں پولی فینولز کی ایک قسم فلیوونوئڈز موجود ہوتی ہے جو صحت کے لیے بہت زیادہ مفید ہے جبکہ مختلف امراض جیسے ہائی بلڈ پریشر اور کینسر کا خطرہ بھی کم ہوتا ہے۔

فائبر کے حصول کا اچھا ذریعہ

انار کے دانوں سے بھرے آدھے کپ سے جسم کو 5 گرام فائبر ملتا ہے جو دن بھر کے لیے درکار مقدار کے 18 فیصد حصے کے برابر ہوتا ہے۔ انار میں ایسے فائبر کی مقدار زیادہ ہوتی ہے جو آسانی سے جسم میں جذب نہیں ہوتا۔ فائبر کی یہ قسم نظام ہاضمہ کو صحت مند رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے اور قبض سے تحفظ فراہم کرتی ہے۔ اسی طرح بلڈ شوگر کو کنٹرول کرنا آسان ہوجاتا ہے جبکہ بے وقت بھوک بھی محسوس نہیں ہوتی۔

سانس کی بو سے تحفظ

انار میں موجود مرکبات جراثیموں سے تحفظ فراہم کرتے ہیں۔ اس پھل کو کھانے سے منہ کی صحت بہتر ہوسکتی ہے کیونکہ منہ کے اندر جراثیموں کے جمع ہونے سے سانس کی بو اور دانتوں کے ٹوٹنے کا خطرہ بڑھتا ہے۔ مگر انار کھانے سے آپ سانس کی بو جیسے عام مسئلے سے خود کو بچاسکتے ہیں۔

وٹامن سی کا حصول

انار وٹامن سی کے حصول کا بھی اچھا ذریعہ ہے۔ انار کے دانوں سے بھرے آدھے کپ سے 9 ملی گرام وٹامن سی جسم کا حصہ بنتا ہے۔ انسانی جسم اس وٹامن کو خود نہیں بناپاتا تو اسے غذا کے ذریعے حاصل کیا جاتا ہے جو جسم میں ایک اینٹی آکسائیڈنٹ کے طور پر کام کرتا ہے۔ وٹامن سی جسم کے متعدد افعال جیسے پروٹین میٹابولزم کے لیے اہم کردار ادا کرتا ہے جبکہ مدافعتی نظام کو مضبوط بناتا ہے جس سے موسمی بیماریوں کا خطرہ کم ہوتا ہے۔

خون کی شریانوں کے لیے مفید

انار جسم میں نائٹرک آکسائیڈ کے اثر کو بڑھاتا ہے جس سے خون کی شریانیں کشادہ ہوتی ہیں۔ نائٹرک آکسائیڈ سے جسمانی سرگرمیوں کے دوران خون کا بہاؤ بھی بہتر ہوتا ہے۔

کینسر کا خطرہ کم ہوتا ہے

جیسا اوپر درج کیا جاچکا ہے کہ انار اینٹی آکسائیڈنٹس کی مقدار کافی زیادہ ہوتی ہے جو خلیات کو تکسیدی تناؤ سے تحفظ فراہم کرتے ہیں۔ کچھ تحقیقی رپورٹس کے مطابق انار کھانے سے مثانے، بریسٹ، پھیپھڑوں اور آنتوں کے کینسر سے بچنے میں مدد مل سکتی ہے۔ واضح رہے کہ اس حوالے سے جانوروں پر تحقیقی کام ہوا ہے مگر انسانوں پر زیادہ تحقیق نہیں ہوئی۔

ورم کی روک تھام

انار میں موجود اینٹی آکسائیڈنٹس جسمانی ورم کی سطح میں کمی لانے میں مددگار ثابت ہوسکتے ہیں۔ تحقیقی رپورٹس میں دریافت کیا گیا ہے کہ انار کے جوس کو پینے سے ورم کا باعث بننے والے عناصر کی روک تھام ہوتی ہے۔ واضح رہے کہ دائمی ورم متعدد امراض بشمول امراض قلب اور ذیابیطس کا خطرہ بڑھاتا ہے۔

دل کی صحت بہتر بنائے

چونکہ ورم امراض قلب کا باعث بننے والا اہم عنصر ہے، اسی وجہ سے انار کھانے سے دل کی صحت بہتر ہوسکتی ہے۔ تحقیقی رپورٹس سے ثابت ہوا ہے کہ انار کے جوس پینے سے بلڈ پریشر کی سطح کم ہوتی ہے جس سے بھی امراض قلب کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ ایسے شواہد بھی سامنے آئے ہیں جن سے عندیہ ملتا ہے کہ پولی فینولز سے بھرپور پھل جیسے انار کھانے سے امراض قلب کو کنٹرول کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

پوٹاشیم کا حصول بھی ممکن

انار کا جوس پوٹاشیم کے حصول کا اچھا ذریعہ ہے اور پوٹاشیم مسلز کے صحت مند افعال کے لیے اہم جز ہے۔ پوٹاشیم اعصابی افعال کے لیے بھی اہم ہے جبکہ دل کی دھڑکن کو بھی ٹھیک رکھتا ہے۔ انار کے جوس کے ایک کپ سے جسم کو 533 ملی گرام پوٹاشیم ملتا ہے۔

گردوں کی صحت میں ممکنہ بہتری

گردوں میں پتھری کا سامنا دنیا بھر میں کروڑوں افراد کو ہوتا ہے اور اگر اس کا علاج نہ ہو تو شدید تکلیف اور دیگر سنگین پیچیدگیوں کا خطرہ بڑھتا ہے۔ ایک تحقیق میں بتایا گیا کہ انار کھانے سے گردوں میں پتھری کی روک تھام ہوتی ہے جس کی وجہ اس پھل میں موجود اینٹی آکسائیڈنٹس ہیں۔

ذیابیطس کو کنٹرول کرے

تحقیقی رپورٹس میں بتایا گیا کہ ذیابیطس ٹائپ 2 کے مریض اگر انار کے جوس کو پینا شروع کردیں تو انسولین کی مزاحمت میں کمی آسکتی ہے جس سے ذیابیطس کی مختلف پیچیدگیوں کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ ذیابیطس سے محفوظ افراد کو اس پھل سے اپنے جسمانی وزن کو صحت مند سطح پر رکھنے میں مدد ملتی ہے جس سے ذیابیطس سے متاثر ہونے کا امکان کم ہوتا ہے۔

دماغ کے لیے بھی مفید

انار میں موجود مرکبات دماغ کے لیے بھی فائدہ مند ہوتے ہیں کیونکہ وہ تکسیدی تناؤ اور ورم کی روک تھام کرتے ہیں۔ کچھ تحقیقی رپورٹس کے مطابق ان مرکبات سے دماغ کو الزائمر امراض سے بچنے میں مدد ملتی ہے۔ اسی طرح وہ دماغی ورم کو بھی کم کرتے ہیں جس سے ذہنی امراض کا خطرہ کم ہوتا ہے۔

همدردی کی بنیاد پر تقرری سے متعلق معاملوں
کے فوری نپٹارہ کیلئے

10 نومبر 2026

خصوصی عدالت

دلی، لکھنؤ، مراد آباد، فیروز پور، انبالہ ڈویژن، جموں اور اتر ریلوے،
هیڈ آفس، بڑودہ هاوس، نئی دهلی کے دفتر احاطه میں 10-11-2026 کو صبح
11.00 بجے منعقد عدالت کے ذریعه

موقع پر هی معاملوں کا نپٹارہ

همدردی کی بنیاد پر تقرری سے متعلق اپنی درخواست دو پرتوں میں دیگر متعلقه دستاویز کے ساتھ جس ڈویژن سے متعلق هے، اس ڈویژن کے سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر یا ڈویژنل پرسونل آفیسر کو اور هیڈ آفس کے معاملوں میں ڈپٹی چیف پرسونل آفیسر (HQ-1) کو دو پرتوں میں متعلقه کاغذات کے ساتھ 31-10-2026 تک ضرور ارسال کریں۔

نوٹ: (i) ورکشاپ اور اضافی یونٹوں سے متعلق همدردی کے معاملے میں منسلک ڈویژن کو درخواست دیں۔
(ii) پرانے طے معاملوں پر غور نهیں کیا جائے گا۔

ڈپٹی چیف پرسونل آفیسر (HQ-1)، اتر ریلوے، هیڈ آفس، بڑودہ هاوس، کے جی مارگ، نئی دهلی۔ 110001

سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر، ڈویژنل ریلوے منیجر آفس، اتر ریلوے، سٹیٹ اینٹری روڈ، نئی دهلی۔ 110001

سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر، ڈویژنل ریلوے منیجر آفس، اتر ریلوے، حضرت گنج، لکھنؤ۔ 226001

سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر، ڈویژنل ریلوے منیجر آفس، اتر ریلوے، ریل وهار، انباله کینٹ، انباله۔ 133001

سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر، ڈویژنل ریلوے منیجر آفس، اتر ریلوے، ریلوے سٹیڈیم کے پاس، مراد آباد۔ 244001

سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر، ڈویژنل ریلوے منیجر آفس، اتر ریلوے، سٹیشن روڈ، فیروز پور کینٹ، فیروز پور۔ 152001

سینئر ڈویژنل پرسونل آفیسر، ڈویژنل ریلوے منیجر آفس، اتر ریلوے، تریکوٹا نگر جموں۔ 180004

اتر ریلوے
آپ کی خدمت میں همیشه کوشاں

3657/2026

گراهکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

دسہرہ کا تہوار جوش وخروش کے ساتھ منایا گیا

برائی پر اچھائی کی جیت کے تہوار پر راون کے پتلے نذر آتش کیے گئے

(یو این آئی)

نئی دہلی، 20 اکتوبر برائی پر اچھائی کی جیت کی علامت دسہرہ کا تہوار منگل کو جوش وخروش کے ساتھ منایا گیا اور مختلف مقامات پر راون کے پتلے نذر آتش کیے گئے۔ اس موقع پر صدر جمہوریہ دروپدی مرمو، وزیر اعظم نریندر مودی سمیت ملک کی دیگر اہم شخصیات نے اہل وطن کو تہوار کی مبارکباد دی اور ان کی خوشی، خوشحالی اور نیک بختی کی دعا کی۔ ہر سال اشون ماہ کے شکل پکش کی دشمی کو دسہرہ منایا جاتا ہے۔ مذہبی روایات کے مطابق آج ہی کے دن بھگوان رام نے راون کا خاتمہ کیا تھا۔ صدر جمہوریہ دروپدی مرمو نے دسہرہ کے موقع پر اہل وطن کے نام اپنے پیغام میں کہا وجے دشمی کے مبارک موقع پر میں ملک اور بیرون ملک رہنے والے تمام ہندوستانیوں کو دل کی گہرائیوں سے مبارکباد دیتی ہوں۔

اتر ریلوے

ای-ٹنڈر نوٹس

Sr.DEN-I/JAT صدر جمہوریہ ہند کیلئے اور ان کی جانب سے کام کرتے ہوئے نیچے دی گئی ٹنڈرز کیلئے اوپن ٹنڈرز (ای-ٹنڈرز) طلب کرتے ہیں اور بند ہونے کی تاریخ کی سائٹ www.ireps.gov.in پر دستیاب ہیں۔ بولی دهندہ اپنی اصل/ترمیمی بولیاں آخری تاریخ ووقت تک ہی جمع کر سکیں گے۔ اس ٹنڈر کے خلاف مینوئل پیشکش کی اجازت نہیں ہے۔ اور موصول ایسی کسی بھی مینوئل پیشکش کو نظر انداز کر دیا جائے گا۔ ٹھیکیداروں کو اس ٹنڈر کے لئے ٹنڈر دستاویز کی لاگت اور بیعانہ رقم کی ادائیگی صرف www.ireps.gov.in پر دستیاب ادائیگی موڈ کے ذریعے سے کرنے کی اجازت ہے۔ نیٹ بینکنگ، ڈیبٹ کارڈ، کریڈٹ کارڈ وغیرہ جیسے پورٹل۔ ڈیمانڈ ڈرافٹ، بینکر چیک، جمع رسیدیں، ایف ڈی آر وغیرہ کے ذریعے سے مینوئل ادائیگی کی اجازت نہیں ہے۔ مزید معلومات کے لئے لاگ ان کریں www.ireps.gov.in۔

ٹنڈر قسم	ٹنڈر سیکشن	ٹنڈر سسٹم
اوپن	کام	ایکل بولی سسٹم
ٹنڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ	ٹنڈر شروع ہونے کی تاریخ	ٹنڈر بند کرنے کی تاریخ/وقت
19.10.2026.1 21.10.2026.2	27.10.2026.1 29.10.2026.2	10.11.2026.1 12.11.2026.2

نمبر شمار	ٹنڈر نمبر	ٹنڈر کی تفصیل
1	76-2026-27-BDGM-DRM-JAT	ADEN/BDGM کے تحت SIVA ریلوے اسٹیشن پر سر کیولیٹنگ ایریا میں سدھار، باهری حصے (فساڈ) کا کام اور پلیٹ فارم کی ری-سرفیسنگ کا کام۔
2	76-2026-27-MCTM-DRM-JAT	ADEN-MCTM کے تحت JAT-SVDK سیکشن کے MCTM اسٹیشن پر 10 نئے ٹائپ-II اور 4 نئے ٹائپ-III اسٹاف کوارٹروں کی تعمیر۔

اشتهاری قیمت (روپے)	بیعانه رقم (روپے)	پیشکش کی اهلیت	تکمیل کی میعاد
9,34,24,426.85	18,68,500.00	60 دن	12 ماہ
7,38,12,661.35	14,76,300.00	60 دن	12 ماہ

کام کی یکساں نوعیت (1): ٹریک کام کے علاوہ کوئی بھی سول کام۔
کام کی یکساں نوعیت (2): عمارت/رہائش کی تعمیر۔

نوٹ 1۔ بولی لگانے سے پہلے، بولی لگانے والوں کی جانچ کرنی ہوگی ٹنڈر کے خلاف جاری کسی بھی تصحیح نامہ کے لئے۔ نوٹ 2۔ اگر هندی اور انگریزی مضامین میں کوئی تضاد پایا جاتا ہے، تو انگریزی مضمون هی درست اور آخری مانا جائے گا۔

نمبر: 770-W/01/WA/JAT/2026-27 مورخہ: 21.10.2026

3655/2026

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

ڈی سی کپواڑہ نے کرن کے لیے اسپیریشنل بلاک پروگرام کے تحت ایکشن پلان کو حتمی شکل دینے کے لیے اجلاس کی صدارت کی

Read and Recommend
The daily
Surathal
Srinagar
صورت حال
صورت شمشیر ہے دست قضا میں وہ قوم
کرتی ہے جو ہر زماں اپنے عمل کا حساب

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

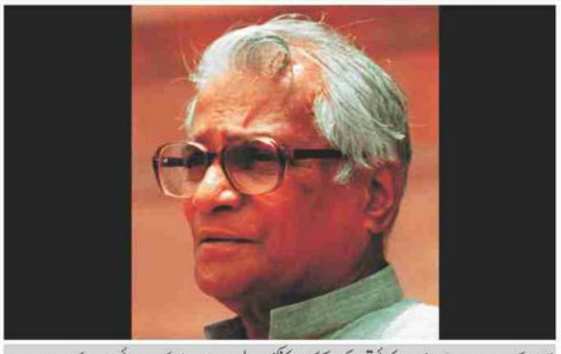
روزنامہ
روزنامہ صورت حال

بیکری اور نانوائیوں کی لوٹ

سرکاری احکامات کو بالائے طاق رکھ کر غیر معیاری بیکری اور مقررہ وزن سے کم روٹی فروخت کر کے عام لوگوں کو دو دو ہاتھوں سے لوٹا جارہا ہے۔ موصولہ تفصیلات کے مطابق شہر سرینگر اور وادی کے دیگر علاقوں میں بیکری تیار کرنے کیلئے مضر صحت چیزیں استعمال کی جارہی ہے جس پر عام لوگوں نے اپنی شدید تشویش ظاہر کردی ہے۔ لوگوں کا کہنا ہے کہ بیکری کا صحیح معیار پرکھنے کے لئے متعلقہ ایجنسیاں اس کی طرف کوئی دھیان نہیں دے رہی ہیں جس کی وجہ سے بیکری مالکان اور اس کاروبار سے وابستہ افراد اپنی منفعت کیلئے بغیر کسی ڈر کے انسانی صحت کا استحصال کر رہے ہیں۔ چھوٹے سے لیکر بڑے بیکری کارخانوں پر بیکری کو معیار کے تحت تیار کرنے کے لئے کوئی خیال نہیں رکھا جارہا ہے بلکہ مختلف اقسام کی بیکری کو تیار کرنے میں بھی صفائی کا دھیان نہیں رکھا جارہا ہے۔ اس بات کا انکشاف ہوا ہے کہ جہاں ایک طرف مضر صحت بیکری کو بنانے کے بعد فروخت کر کے انسانی صحت سے کھلواڑ کیا جارہا ہے وہیں اس کا وزن کم کر کے اسے مہنگے داموں فروخت کرنے کا سلسلہ بھی بغیر کسی رکاوٹ کے جاری ہے۔ اکثر نانوائیوں کے ہاں پانچ روپے کی روٹی تین روپے کا ہی وزن رکھتی ہے۔ بتایا جاتا ہے کہ انتظامیہ کی طرف سے بیکری والوں اور نانوائیوں کو اس بات کی واضح ہدایت ہوتی ہیں کہ وہ سرکار کی طرف سے مقررہ کردہ قیمتوں پر ہی بیکری و دوسری قسم کی روٹیاں فروخت کریں۔ اس کے علاوہ روٹی کا برابر وزن رکھنے کیلئے بھی ضروری ہدایت دی جاتی ہیں مگر یہاں صورت حال اس کے برعکس ہے کیونکہ بیکری والے اور نانوائی سرکاری احکامات کو بلائے طاق رکھ کر خود روٹی اور بیکری کا وزن مقرر کرتے ہیں جبکہ قیمتیں بھی اس کے لئے وہ خود ہی مقرر کرتے ہیں جو اس بات کا واضح ثبوت ہے کہ کس طرح اس کاروبار سے وابستہ افراد عام اور مجبور لوگوں کو لوٹ کر اپنی تجوریاں بھرتے ہیں۔ یہ بھی دیکھنے میں آرہا ہے کہ جہاں پورے شہر سرینگر میں یہ صورتحال ہے تو وادی کے تمام قصبوں اور دیہاتوں میں بھی نانوائی اور بیکری والے اس ناجائز منافع خوری سے پیچھے نہیں ہیں اور وہ بھی از خود مختلف اقسام کی روٹیوں کا وزن مقرر کرتے ہیں اور اس کی قیمتوں کے بارے میں بھی خود ہی فیصلے لیتے ہیں۔ عام لوگ اس بات پر کافی حیران ہیں کہ جہاں متعلقہ محکمے دوسری استعمالی چیزوں کے بارے میں صارفین کا کچھ حد تک تو خیال کرتے ہیں مگر اس اہم مسئلے سے وہ مکمل طور بے خبر ہیں۔ عام لوگ دہائی دے رہے ہیں کہ ایک طرف مختلف قسم کی بیکری اور روٹی غیر معیاری ہوتی ہے دوسری جانب تیار ہو کر جس وزن پر یہ ہونی چاہئے اس سے یہ کوسوں دور ہوتی ہے مگر اس کی طرف کسی کا دھیان نہیں ہے۔ کرنٹ نیوز سروس کے نمائندے حیا جاوید نے شہر سرینگر کے مختلف بیکری دوکانوں میں از خود جا کر دیکھا ہے کہ کس طرح منہ مانگی داموں سے لوگوں میں بیکری فروخت کی جارہی ہے۔ اس نمائندے نے لالچوک میں ایک بڑے بیکری دکان کے ایک سیلز مین سے اس بارے میں دریافت کیا تو مذکورہ سیلز مین نے اپنا نام ظاہر نہ کرنے کی شرط پر اس بات کا اقرار کر لیا اور کہا کہ جس معیار پر بیکری تیار کی جانی چاہئے ایسا نہیں ہو رہا ہے۔ اس نے مزید بتایا کہ یہ صورتحال شہر سرینگر کے تمام بیکری دکانوں کی ہے۔ مذکورہ سیلز مین نے یہ انکشاف بھی کیا کہ بیکری مالکان عام لوگوں کو سپیشل اور عام بیکری کا دھوکہ دے کر لوٹتے ہیں جبکہ نہ پورا وزن ہی ہوتا ہے اور نہ ہی مقرر کردہ قیمتیں وصول کی جاتی ہیں۔ لالچوک میں محمد اشرف نامی ایک شہری نے اس نمائندے کو بتایا کہ گذشتہ دونوں وہ ایک جانی مانی بیکری دکان پر بیکری خریدنے کے لئے گیا تو وہاں مجھے بیکری کے تین اقسام دکھا کر الگ الگ تین قیمتیں بتائی گئیں لیکن وہ اس بات پر حیران ہوا کہ بسکٹوں کو الگ الگ ڈیزائنس بنا کر کس طرح لوگوں کو لوٹا جارہا ہے۔

جب وزیر دفاع رہتے ہوئے جارج فرنانڈیز کو پولیس نے کھدیڑ دیا تھا......

افتخار گیلانی



آج کے ہندوستان میں شاید ہی کوئی تصور کر سکے کہ کونکنی بولنے والا جنوب کا ایک عیسائی اس حد تک سیاست پر اثر انداز ہو سکے کہ وہ بمبئی میں طاقتور کانگریسی لیڈروں کا تختہ پلٹ دے اور پھر آٹھ بار مسلسل بہار جیسے صوبہ سے لوک سبھا کی نمائندگی کرے۔

آج کے ہندوستان میں شاید ہی کوئی تصور کر سکے کہ کونکنی بولنے والا جنوب کا ایک عیسائی اس حد تک سیاست پر اثر انداز ہو سکے کہ وہ بمبئی میں طاقتور کانگریسی لیڈروں کا تختہ پلٹ دے اور پھر آٹھ بار مسلسل بہار جیسے صوبہ سے لوک سبھا کی نمائندگی کرے۔

1990 کشمیر کے لیے ایک قیامت تھا۔ 19 جنوری کی رات جب جگموہن ملہوترہ نے گورنری کا چارج سنبھالا، سرینگر کے وسط میں گاؤکدل علاقہ پر ایک قیامت ٹوٹ پڑی۔ عسکریت پسندوں کے خلاف آپریشن کے نام پر 50 افراد کو گولیوں سے بھون ڈالا گیا۔ جنوری کے مہینے میں ہی وادی کے طول و عرض میں ایک اندازہ کے مطابق 300 کے قریب افراد ہلاک کر دئے گئے تھے۔ اسی سال مئی میں میر واعظ مولوی محمد فاروق کے جنازہ کے جلوس پر فائرنگ سے 60 افراد ہلاک ہو گئے۔

دہلی میں گو کہ ان دنوں کشمیری طلبا کی تعداد نہایت کم تھی، مگر سبھی ایک غیر یقینی صورت حال سے دوچار تھے۔ کشمیر سے قتل عام کی خبریں متواتر موصول ہو رہی تھیں۔ ٹیلی فون اور ڈاک کا نظام درہم برہم تھا۔ پولیس کی نگرانی سے نظر بچاتے ہوئے چند طلبا روز کسی نہ کسی سفارتی مشن یا میڈیا کے اداروں کا دروازہ کھٹکھٹا کر کشمیر میں ہو رہے قتل عام پر ان کی توجہ مبذول کروانے کی کوشش کرتے رہتے تھے۔ ہندوستان میں سوشلسٹوں کا ایک طبقہ ہمیشہ سے ہی کشمیر کے لیے ایک نرم گوشہ رکھتا تھا۔ جس میں مردولا سارابائی، رام منوہر لوہیا اور جے پرکاش نارائن کے نام قابل ذکر ہیں۔ اس قبیل میں آخری نام جارج فرنانڈیز کا تھا، جن کا حال ہی میں 88 برس کی عمر میں طویل علالت کے بعد انتقال ہو گیا۔

1989 میں کانگریس کی شکست کے بعد ان کو وزارت امور کشمیر کا اضافی چارج دیا گیا تھا۔ یہ وزارت پہلی بار قائم ہوئی تھی اور جلد ہی وزارت داخلہ کے احتجاج کے بعد ختم بھی ہوئی۔ گاؤکدل کے قتل عام کی خبریں جب دہلی پہنچیں، تو تشویش کی ایک لہر دوڑ گئی۔ جواہر لال نہرو یونیورسٹی اور جامعہ ہمدرد میں زیر تعلیم چند دیگر طلبا کے ہمراہ بے بسی کے عالم میں احتجاج درج کروانے کی خاطر ہم جارج فرنانڈیز کی رہائش گاہ تین کرشنا مینن روڈ کے باہر بیٹھ گئے۔ اسی دوران جب پولیس والوں نے وارننگ دینی شروع کی، تو فرنانڈیز نے باہر آکر ہمیں تسلی دی۔

گو کہ اسی وقت محسوس ہوا کہ ان کی تسلی میں زیادہ دم نہیں تھا، مگر انہوں نے ہمیں حقوق انسانی کے سرگرم کارکنان روی نیر، تپن بوس، سمنتا بنرجی، دنیش موہن اور گوتم نولکھا سے متعارف کروایا۔ ان سے یہ رشتہ ابھی بھی برقرار ہے۔ روی نیر جنوبی ایشیا میں انسانی حقوق کی ڈاکومینٹیشن کے حوالے سے ایک معتبر نام ہے۔ فلم میکر تپن بوس، انڈین انسٹی ٹیوٹ آف ٹکنالوجی (آئی آئی ٹی) میں استاد دنیش موہن، سمنتا بنرجی اور گوتم نولکھا پر مشتمل وفد نے فروری 1990 میں کشمیر کا دورہ کیا۔ یہ کسی انسانی حقوق کے وفد کا کشمیر کا پہلا دورہ تھا۔

واپسی پر مارچ میں انہوں نے 'کشمیر میں بھارت کی جنگ' کے عنوان سے ایک مفصل رپورٹ جاری کر کے ایک تہلکہ مچا دیا۔ عالمی اداروں میں ابھی بھی اس رپورٹ کی بازگشت سنائی دیتی ہے۔ دہلی میں یہ بات زبان زد عام تھی کہ جارج فرنانڈیز کی ایما پر یہ رپورٹ ترتیب دی گئی تھی، جو خود مرکزی وزیر تھے۔ بعد میں مرحوم ایڈوکیٹ سالار محمد خان نے تپن بوس کے دفتر سے ہی 'کشمیر ڈوزیر' نام سے ایک جرنل شائع کرنا شروع کیا جس کے لیے مواد جمع کرنے اور پروڈکشن وغیرہ کے لیے میں ان کی مدد کرتا تھا۔ یہ جرنل ان حالات میں کشمیر کے روز مرہ کے واقعات دہلی کے مختلف حلقوں تک پہنچانے میں خاصا مددگار ثابت ہوا۔

جنوبی ہندوستان کے شہر منگلور میں 1930 میں پیدا ہوئے فرنانڈیز کو اپنے والد ایک پادری بنانا چاہتے تھے۔ مگر تین دہائی بعد وہ اقتصادی دارلحکومت بمبئی کے ایک قد آور ٹریڈ یونین لیڈر کے طور پر ابھر کر سامنے آ گئے۔ 1974 میں ہندوستان کی اب تک کی سب سے بڑی ریلوے اسٹرائیک کے محرک اور اندرا گاندھی کی حکومت کے خلاف ایک موثر آواز کے بطور وہ نوجوان طبقہ کے لیے ایک مقناطیسی شخصیت تھے۔ بہار میں لالو پرساد یادو، نتیش کمار ان گنت سوشلسٹ لیڈروں سمیت وہ جنوب اور شمال مشرق کی کئی تحریکوں کے ایک طرح کے سرپرست تھے۔

1976 میں ایمرجنسی کے دوران ہتھکڑی پہنے ان کی تصویریں، خاصے عرصے تک مزاحمتی تحریکوں کے لیے ایک سمبل کا کام کرتی تھیں۔ 1977 میں ایمرجنسی کے خاتمہ اور اندرا گاندھی کی شکست کے بعد بہار کے مظفر پور سے لوک سبھا کے لیے منتخب ہو گئے اور مرکزی وزیر بنائے گئے۔ چونکہ وہ ہندوستان کے ہر مرض کو اور کشمیر کے مسئلہ کو بھی کانگریس اور نہرو۔گاندھی خاندان اور ان کے خاندانی راج کی دین سمجھتے تھے، اس لیے ان کی مخالفت میں کسی کے ساتھ بھی سمجھوتہ کرنے کو صحیح ٹھہراتے تھے۔

کانگریس مخالف سوشلسٹ اتحاد جنتا پارٹی اور جنتا دل کے تجربہ کی ناکامی کے بعد انہوں نے سمتا پارٹی تشکیل دے کر اٹل بہاری واجپائی کی قیادت والی بھارتیہ جنتا پارٹی سے اتحاد کر کے نیشنل ڈیموکریٹک الائنس (این ڈی اے) کی بنیاد ڈالی۔ وہ اس اتحاد کے کنوینر تھے۔ ان پر الزام لگایا جا سکتا ہے کہ ہندو قوم پرستوں کو انہوں نے ایک طرح سے سیاسی حیثیت عطا کی، ورنہ عموماً ہندوستانی سیاست میں وہ شجر ممنوعہ تھے۔ جب بھی ان کو یہ یاد دلایا جاتا تھا تو وہ کہتے تھے کہ اندرا گاندھی کا غرور پاش پاش کرنے اور اس کو اقتدار سے بے دخل کرنے کے لیے جے پرکاش نارائن نے بھی تو راشٹریہ سیوم سنگھ اور جن سنگھ سے ہاتھ ملایا تھا۔ واجپائی حکومت میں وہ وزیر دفاع رہے۔ ستم ظریفی یہ رہی کہ پوری زندگی عالمی نیوکلیر مخالف مہم کے سرخیل ہونے کے باوجود 1998 کے جوہری دھماکے انہی کے دور وزارت میں کئے گئے۔

واجپائی کی زیر قیادت پچھلی این ڈی اے حکومت اور نریندر مودی کی زیر سربراہ موجودہ این ڈی اے حکومت میں جو واضح فرق ہے وہ جارج جیسے زیرک سیاستدان اور برجیش مشرا جیسے تخلیقی سفارت کار کی عدم موجودگی ہے۔ جارج اتحادیوں کی موثر نمائندگی کے علاوہ ہندو قوم پرستوں پر لگام لگانے کے ساتھ ساتھ حکومت کے اندر بھی ایک کشن کا کام کرتے تھے۔ گو کہ بطور وزیر دفاع اپوزیشن نے ان کو مختلف دفاعی سودوں کے اسکینڈلز میں گھسیٹنے کی خاصی کوشش کی، تاہم ان کی نجی زندگی خاصی سادہ تھی۔

نئی دہلی کے کیپٹل ایریا جس کو لارڈ لٹن کے نام پر لٹین زون بھی کہتے ہیں، ان کی سرکاری رہائش گاہ گیٹ کے بغیر تھی۔ بتایا جاتا ہے کہ ان کے بنگلہ کے مقابل نرسمہا راؤ حکومت میں وزیر داخلہ ایس بی چوہان کی کوٹھی تھی۔ جب بھی وہ باہر نکلتے تھے تو پولیس راہگیروں کو کھدیڑ کر گلی کوچوں میں گھسنے پر مجبور کرتی تھی اور بقیہ تمام مکانوں کے گیٹ بند کرواتی تھی۔ جس سے خفا ہو کر انہوں نے اپنے بنگلہ کا گیٹ ہی اکھاڑ کر پھینک دیا۔ کچن میں چائے وغیرہ بنانے سے لے کر وہ اپنے کپڑے خود دھوتے تھے۔

تبت کے پناہ گزینوں سے لے کر، برما کے جمہوریت نواز طلبا اور ایرانی حکومت کے عتاب سے فرار ایرانی سیاسی کارکن ان کے مکان کے باہری حصہ میں مستقل رہائش پذیر تھے۔ پچھواڑے میں جہاں دیگر بنگلوں میں خوبصورت لان بنے تھے، انہوں نے اس کو ایک میدان بنایا ہوا تھا، جہاں آس پاس کی نجی بستیوں کے بچے کرکٹ یا فٹ بال کھیلتے ہوئے نظر آتے تھے۔ دوپہر بعد جارج خود بھی ہاتھ میں چائے کی پیالی لئے برآمدہ میں کرسی بچھا کر ان کے میچ دیکھتے تھے۔

ایک بار پارلیامنٹ کے پورچ میں وہ کھڑے اپنی گاڑی کا انتظار کر رہے تھے، میں اور ہندی کے ایک صحافی پاس کھڑے تھے۔ کئی بار اعلان کے باوجود، جب انکا ڈرائیور گاڑی لیکر نہیں آیا، تو انہوں نے ہمیں ساتھ پیدل چلنے اور اپنے گھر پر کافی پینے کی دعوت دی۔ واک کرتے ہوئے وہ سیاست کے کئی دریچے کھول رہے تھے اور ہم ہمہ تن گوش تھے۔ اس وقت شاید عراق پر امریکی چڑھائی شروع ہو چکی تھی وہ اسکے مضمرات پر بھی روشنی ڈال رہے تھے۔ تقریباً ایک چوتھائی کلومیٹر طے کرنے کے بعد سڑک کی دوسری طرف سے ایک سپاہی تیزی کے ساتھ بندوق تانے وارد ہو گیا اور پھنکار لگائی کہ وزیر اعظم کا روٹ لگا ہوا ہے۔

وہ شاید ہمیں آواز بھی دے رہا تھا، مگر چونکہ ہم جارج کی باتیں سننے میں اس قدر مگن تھے اور شاید اس زعم میں بھی کہ ملک کا وزیر دفاع ہم رکاب ہے، ہم نے اس کی آواز ہی نہیں سنی تھی۔ سپاہی نے ڈانٹتے ہوئے کہا کہ وہ ہمیں شوٹ بھی کر سکتا تھا۔ اس سے پہلے کہ وہ یہ سنتا کہ پیدل چلنے والا کوئی عام راہ گیر نہیں بلکہ ملک کا وزیر دفاع ہے، اس نے جارج سمیت ہمیں ایک گلی میں کھدیڑ دیا۔ وزیر اعظم واجپائی کے قافلہ کو دور گلی میں چھپ کر گزرتے ہوئے دیکھ کر جارج نے مسکراتے ہوئے بس اتنا کہا کہ: 'پولیس شاید ہی کبھی سدھر جائے اور وی آئی پی کلچر شاید ہی اس ملک سے ختم ہو پائے گا'۔ اس قافلہ کے گزرنے کے بعد راہ گیروں کے لیے جب راستہ کھول دیا گیا، تو پولیس والے نے ہدایت دی کہ آئندہ خیال رہے، ورنہ کوئی دوسرا اسکیورٹی والا وارننگ دینے کے بجائے براہ راست شوٹ کرے گا۔

واجپائی حکومت میں فرنانڈیز جب وزیر بنے، تو ان کے ساتھ رابطہ تقریباً ختم ہو گیا تھا۔ 2002 میں جب میں تہاڑ جیل میں قید تھا، اور رہائی کی سبھی امیدیں دم توڑ رہی تھیں، تو ایک بار جیل میں ملاقات کے دوران میں نے اپنی اہلیہ آنسہ کو جارج کی دست راست جیا جیٹلی سے ملنے کا مشورہ دیا۔ چونکہ مجھے سرکاری رازداری قانون کی سنگین دفعات کے تحت گرفتار کیا گیا تھا اور وزارت دفاع کے ماتحت ملٹری انٹلی جنس کو گواہ کے طور پر چارج شیٹ میں درج کیا گیا تھا، اس لئے خیال آیا کہ شاید جارج کو کیس کی اصل تفصیلات سے آگاہ کروا کر کچھ رعایت مل سکے۔ گو کہ میڈیا کے ذریعے جیا کو میرے کیس کے متعلق سن گن تھی، مگر تفصیلات نے اس کو چکرا دیا۔ جارج فرنانڈیز کو بریف کرنے کے بعد وہ کئی بار میری اہلیہ کی ہمت بندھانے کے لیے میرے گھر پر بھی آئی۔

ایک سنگین الزام میں بند کسی شخص کی فیملی سے کسی وزیر دفاع کا ملنے پر آمادہ ہونا ہی اس بات کی دلیل تھی کہ وہ حکومت اور سیاست میں کس قدر اثر و رسوخ رکھتے تھے۔ میرے کیس کی بنیاد ہی استغاثہ کے اس بیان پر ٹکی تھی کہ میرے کمپیوٹر سے برآمد ایک دستاویز کو ملٹری انٹلی جنس نے نہایت حساس اور ملک کی سکیورٹی کیلئے انتہائی خطرہ بتایا ہے۔ جب فرنانڈیز نے ملٹری انٹلی جنس کے سربراہ کو طلب کیا تو معلوم ہوا کہ جب ان کو پولیس اور وزارت داخلہ نے ڈاکومینٹ بھیجا تھا تو انہوں نے رپورٹ دی تھی کہ کہ دستاویز کسی دفاعی اہمیت کی حامل نہیں ہے اور یہ کسی تحقیقی پیپر کا حصہ ہے، جو اس کے ساتھ انٹرنیٹ پر دستیاب ہے۔ مگر وزارت داخلہ نے انتہائی بدمعاشی کا مظاہرہ کرتے ہوئے کورٹ میں ملٹری انٹلی جنس کے نام سے کوئی اور ہی رپورٹ دائر کی تھی۔

شاید انہیں یقین تھا کہ ہم کبھی بھی اصل رپورٹ تک نہیں پہنچ پائیں گے۔ ہماری درخواستوں کے باوجود استغاثہ اصل رپورٹ کورٹ میں پیش نہیں کر رہا تھا اور مصر تھا کہ جو رپورٹ دائر کی گئی ہے، وہی حرف بہ حرف صحیح ہے۔ جس دن کورٹ میں میرے چارج شیٹ پر بحث ہو رہی تھی اور جج موصوف تقریباً مجھے چارج کرنے جا رہی تھی، کہ جارج نے ایک صحافی دوست اوما کانت لکھیرا، جو ایک معروف ہندی روزنامے کے لیے وزارت دفاع کور کرتے تھے، کو ملٹری انٹلی جنس کی اصل رپورٹ کی کاپی تھما دی۔ اوما کانت نے کورٹ پہنچ کر میرے وکیل کو کاپی دے دی، جس نے اس کو فوراً ہی عدالت میں پیش کیا۔

کیس کا پانسہ پلٹ گیا۔ جج موصوفہ جو چارج لگانے پر تلی تھی نے پہلے اس کی اصلیت پر سوال کھڑے کئے، مگر اس کی جانچ کے لیے اس کے پاس کوئی چارہ نہیں بچا تھا کہ وہ وزارت داخلہ، پولیس اور ملٹری انٹلی جنس کے سربراہ کو کورٹ میں طلب کرے۔ چند روز بعد سربراہ نے کورٹ میں آکر ہماری دائر کردہ رپورٹ کی تصدیق کی، تو وزارت داخلہ کے ارباب حل و عقد بوکھلا گئے اور کورٹ میں کیس واپس لینے کی عرضی دائر کرنے پر مجبور ہوئے۔ بعد میں معلوم ہوا کہ ملٹری انٹلی جنس کی اصل رپورٹ پریس کے ہاتھ لگنے پر کابینہ میں خاصا ہنگامہ ہو گیا تھا۔

جنگی پلے گراؤنڈ

خرم علی راؤ

یادش بخیر، برس گزرے 80 کی دہائی کے ابتدائی حصے میں ایک انگریزی ناول کا ترجمہ پڑھنے کا اتفاق ہوا تھا جس کا مرکزی خیال یہ تھا کہ دنیا کی ٹھیکیدار دو سپر پاورز ایک مفاہمت آپس میں یوں کرتی ہیں کہ بجائے آپس میں جنگ کرنے سے اپنے اپنے ملکوں میں بڑی تباہی آتی ہے، پہلی اور دوسری جنگ عظیم اس کی مثال ہیں، اور اب تو ایٹمی ہتھیار بھی آ گئے ہیں۔ اگر دونوں سپر پاورز لڑ پڑیں یا کسی بھی بات پر باہمی جنگ چھڑ گئی تو مکمل بربادی ہو جائے گی۔ چنانچہ دونوں طرف کے بڑے بیٹھتے ہیں اور آپس میں یہ طے کرتے ہیں کہ دنیا میں ایک بے آباد خطہ چنا جائے اور ہر پانچ سال بعد وہاں دونوں ممالک کی فوجیں جنگ لڑیں۔

اس جنگ کے قواعد و ضوابط طے کر لیے جاتے ہیں کہ کتنی فوج ہوگی، کتنا اسلحہ اور کیا دیگر معاملات وغیرہ ہوں گے، مدت کتنی ہوگی وغیرہ۔ سوچا گیا کہ اس سے کئی فائدے ہوں گے، جنگی جنون نکلے گا، ہتھیاروں اور فوج کی آزمائش ہوتی رہے گی باقی دنیا رعب میں رہے گی۔ ایک بار جنگ جیتنے والا اگلے پانچ سال تک دنیا کے تمام معاملات میں برتر سمجھا جائے گا اور اس کے فیصلے چلیں گے، پھر پانچ سال بعد دوبارہ جنگی ورلڈ کپ منعقد ہوگا۔

تو جناب یہ تھا اس انگریزی ناول کے بنیادی خیال کا خلاصہ جو 80 کی دہائی کی ابتداء میں شائع ہوا اور ہم نے تو ترجمہ ہی پڑھا تھا کہ براہ راست پڑھنے کی قابلیت اب بھی کوئی خاص نہیں تو اس وقت تو کیا ہوتی! مگر پوائنٹ یہ نہیں، بات کچھ اور ہی سمجھ میں آئی اور وہ یہ کہ شاید لکھنے والے بے چارے مصنف نے تو ایک پلاٹ بنایا تھا اپنے ناول کے لیے، مگر یہ پلاٹ شاید مقتدر طاقتوں کو بہت بھا گیا اور ان ستم ظریفوں نے اس کو عملی جامہ ہی پہنا دیا۔ ایک جنگی پلے گراؤنڈ منتخب کیا گیا اور آتش و آہن کا جنگی کھیل شروع ہو گیا! اور وہ پلے گراؤنڈ بنا افغانستان۔

یہ ایک نظریہ بلکہ اس سے بھی کم ایک مفروضہ ہے جو سوچا گیا ہے، ہو سکتا ہے کہ ایسا قطعی نہ ہو بلکہ یقیناً ایسا نہیں ہوگا۔ مگر سوچنے میں کیا حرج ہے۔ پھر اس ناول کے بنیادی خیال اور پیش آنے والے حقیقی حالات واقعات میں مماثلت بڑی حیرت انگیز سی ہے۔ 70 کی دہائی کے اواخر میں روس کا افغانستان پر حملہ کرنا، پاکستان کو فرنٹ لائن اسٹیٹ بنا کر اور اپنا شطرنج کا وزیر بنا کر امریکی شاطروں کی لگائی گئی ایک جنگی شطرنج کی بساط کا بچھنا۔ گیارہ سال کی بازی کے بعد روس کا ہار کر شرم سے ٹکڑے ٹکڑے ہو جانا، امریکا کا اکلوتی سپر پاور بن جانے کا ٹائٹل حاصل کر لینا، کچھ عرصے سکون رہنا اور پھر دوسرا راؤنڈ شروع ہو جانا۔

نائن الیون کا واقعہ ہونا یا وقوعہ کروایا جانا، امریکا بہادر کا اچھل اچھل کر خوب غیض و غضب دکھانا، دنیا والوں کا سہم جانا، افغانستان کو ایک بار پھر جنگی پلے گراؤنڈ بنانا اور پھر جیسے فٹ بال کے میچ میں ہاف ٹائم کے بعد ادھر کی ٹیم ادھر اور ادھر کی ٹیم ادھر ہو جاتی ہے، تو اب حملہ آور کا کردار امریکا اور اس کے فوجی اتحاد نیٹو کا ادا کرنا اور جنگ شروع ہو جانا۔ یہ والا راؤنڈ ذرا لمبا چلنا، خوب پے در پے ڈرامائی واقعات کا پیش آنا اور بالآخر اب 2019 میں صلح صفائی کی باتیں شروع ہو جانا کہ امریکا صاحب بہادر کی کمر جنگی اخراجات مزید اٹھانے کے قابل نہیں رہی۔

تو صاحبو! یہ ایک زاویہ ہے جو بالکل بھی اس قابل نہیں کہ اس پر کوئی خاص غور و خوص کیا جائے۔ بس ایک آوارہ سا، پراگندہ سا خیال سمجھ کر آپ سے شیئر کر دیا ہے۔ لیکن اگر اس تھیوری یا مفروضے میں کچھ دم ہے تو آپ دیکھیں گے کہ کچھ عرصے تک تو امن و امان رہے گا اور پھر ایک نیا راؤنڈ، خاکم بدہن، شروع ہو جائے گا، جو کہ دعا ہے نہ ہو، بالکل نہ ہو۔ زیادہ امکان ہے کہ نہیں ہوگا کیونکہ طاقت کا عالمی توازن ایک بار پھر مغرب سے مشرق کی جانب پلٹ رہا ہے۔ دیکھیں کیا گزرے ہے قطرے پہ گہر ہونے تک۔

دو بوڑھے اور بارش کی دعا

محمد جمیل اختر

’میرے پوتے، میرے پیارے‘

’تم آگئے۔ بہت خوشی ہوئی تمہیں دیکھ کر۔ تم شاید ابھی اس خوشی کا اندازہ نہ کرسکو جو اس اجنبی گھر میں تمہیں ہر اتوار دیکھ کر مجھے ہوتی ہے۔ مجھے اب کوئی کام ہی نہیں ہوتا، زندگی کے اس سفر میں، میں اس دوراہے پر ہوں جہاں سوائے انتظار کے مجھے کوئی کام نہیں ہوتا۔ بھری دنیا میں میرے پوتے تم میری تنہائی کے احساس کو کم کردیتے ہو‘

’میں سمجھ سکتا ہوں‘۔ پوتے نے کہا

’نہیں میرے پوتے، تم ابھی نہیں سمجھ سکتے، سنی سنائی بات اور بیتی بتائی بات میں فرق ہوتا ہے۔ جو بیتی نہیں اس کا بیان ممکن تو ہے لیکن اس درد اور کرب کا اندازہ لگانا ممکن نہیں، اور تمہیں یہ درد ابھی محسوس بھی نہیں کرنا چاہیے تم ابھی صرف میری باتیں سنو۔‘

’کیا تم میری باتیں سن سکتے ہو؟‘

’میرے پوتے میرے پیارے کیا تم سن سکتے ہو؟‘

’کچھ دیر یہاں بیٹھ سکتے ہو؟‘

’ہاں، ہاں مجھے معلوم ہے کہ تم مصروف ہو اور مجھے فرصت ہی فرصت ہے۔ مجھے معلوم ہے کہ اس عمر میں جس میں ابھی تم ہو، وقت ہی نہیں ہوتا، میں یہ عمر گزار چکا ہوں‘

’دادا آپ کے پاس ایسی کیا بات ہے کہ جس کو سن کر مجھے کچھ فائدہ ہوگا؟‘ پوتے نے پوچھا

’میرے پوتے میرے پیارے، ہر کام فائدے اور نقصان کے حوالے سے نہیں دیکھتے۔ زندگی میں کچھ باتیں بغیر مطلب اور بغیر صلے کے بھی کرنی چاہئیں۔ تم اپنے باپ کی طرح ہر چیز کو فائدے نقصان کے حوالے سے مت دیکھا کرو‘ دادا میرے پاس ایک گھنٹہ ہے، میں آپ کی ساری باتیں سن سکتا ہوں‘

’ایک گھنٹہ؟ میرے پوتے میرے پیارے، 75 سال کی ساری کہانی ایک گھنٹے میں کیسے بیان ہو؟‘

’میرے پاس عمر بھر کی کہانیاں ہیں، کچھ انتہا کی دلچسپ، کچھ بے انتہا دکھی۔ کچھ ایسے ہی چھوٹی چھوٹی باتیں جو نا جانے عمر کے اس حصے میں مجھے کیونکر یاد آنے لگی ہیں۔ میرا حافظہ بہت کمزور ہوگیا ہے۔ کل رات کھانے میں کیا کھایا تھا، مجھے یاد نہیں لیکن جانے کیوں میں سمجھ نہیں سکتا کہ مجھے بچپن کے کئی قصے یاد آنے لگے ہیں، بہت چھوٹے چھوٹے قصے بھی۔‘

’جیسے میں 11 سال کا تھا جب مسٹر ٹیلر ہمارے پڑوس میں آئے وہ ایک بے انتہا غصے والے پولیس انسپکٹر تھے۔ گلی کے سارے بچے ان سے ڈرتے تھے۔ اس عمر میں مجھے نا جانے کیوں مسٹر ٹیلر کی بہت سی باتیں یاد آنے لگی ہیں، حالانکہ مجھے اب اس عمر میں، مسٹر ٹیلر سے نہیں ڈرنا چاہیے۔ ہیں نا؟‘

پاکستان اور انڈیا کے بیشتر اردو اخبارات اور جرائد میں محمد جمیل اختر کے افسانے شائع ہو چکے ہیں، جس میں فنون، ادبیات، ایوان اردو دہلی، ادب لطیف، اردو ڈائجسٹ اور سہ ماہی تسطیر قابل ذکر ہیں۔ افسانوں کی پہلی کتاب ’ٹوٹی ہوئی سڑک‘ 2017 میں شائع ہوئی۔

’اوہ میں یہ کیا قصہ لے بیٹھا‘

’چلیں میں ہی کوئی قصہ پوچھ لیتا ہوں۔ دادا آپ کا پسندیدہ مشغلہ کیا تھا؟‘

’میرے پوتے میں خواہشوں کا اسیر تھا۔ میں خواہشوں کے پیچھے دوڑنے کا کام کرتا تھا، اس عمر بھر کی دوڑ اور تھکان کے بعد مجھے معلوم ہوا ہے کہ سارا سفر رائیگانی تھا‘

’تو آپ نے خواہشات ترک کردی تھیں‘

’میں نے کہا نا کہ خواہشوں کا اسیر تھا، خواہشوں کا اسیر آدمی انجام پر نظر نہیں رکھتا وہ حال کو درست کرتے کرتے تھک جاتا ہے اور حال بھی وہ کہ جس نے کبھی ٹھیک نہیں ہونا‘

’لیکن دادا یہ تو اچھی بات ہے انسان کو ترقی کرنی چاہیئے‘

’میرے پیارے، میں ترقی کے خلاف نہیں ہوں میں نے اس عمر بھر کے سفر سے یہی سیکھا ہے کہ انسان کی خواہشات کبھی بھی ختم ہونے والی نہیں ہیں۔ ہر منزل پر پہنچ کر انسان یہ سوچتا ہے کہ یہ تو وہ منزل ہی نہیں کہ جس کی اسے تلاش تھی۔ یہ تو بس راستے ہی کا ایک حصہ تھا سو سفر پھر سے شروع ہو جاتا ہے۔ کوئی منزل، منزل نہیں رہتی۔ خوش نصیب لوگ ہی حال پر خوش رہتے ہیں۔‘

’ڈیڈی آپ سے کیوں نہیں ملتے‘، پوتے نے پوچھا

’آہ، مجھے نہیں معلوم اور مجھے اس پر حیرت بھی نہیں کیونکہ اس دیس میں ایسا ہی ہوتا ہے۔ مجھے تو حیرت اس بات پر ہوتی ہے کہ تم میرے پوتے اتنے اچھے ہو کہ ہر اتوار یہاں آتے ہو، میری تنہائی کچھ تو کم ہوتی ہے۔‘

’یہاں اس گھر میں، میں ان خوش نصیب لوگوں میں ہوں کہ جن سے ان کا کوئی عزیز ملنے آتا ہے، ورنہ یہاں کچھ لوگوں سے تو برسوں سے کوئی ملنے نہیں آیا۔ تم کھڑکی سے باہر مسٹر فرگوسن کو دیکھ رہے ہو، یہ محکمہ ڈاک میں بڑے آفیسر تھے اب ریٹائرمنٹ کے بعد پچھلے 5 سال سے وہ اس اولڈ ایج ہاؤس میں مقیم ہیں۔‘

’دادا وہ تو بڑے آدمی تھے ان سے تو بہت لوگ ملنے آتے ہوں گے؟‘ پوتے نے پوچھا

’میرے پوتے، تم ابھی عمر کے اس حصے میں ہو اور جس انداز سے لوگوں کو اور اس دنیا کو دیکھتے ہو اس میں تجربے کی کمی ہے۔ تم ابھی جسے حقیقت سمجھ رہے ہو وہ حقیقت کے برعکس بھی ہو سکتا ہے۔ کافی عرصے سے مسٹر فرگوسن سے کوئی ملنے نہیں آیا‘

’میرے پوتے، تنہائی سب کے لیے اذیت ناک ہے لیکن ایک باتونی اور زندہ دل آدمی کے لیے تنہائی موت ہے، یہاں موجود تمام لوگوں نے مسٹر فرگوسن کی زندگی کے تمام اہم اور غیر اہم قصے کئی کئی بار سن لیے ہیں سو جب انہوں نے انسانوں کی غیر دلچسپی کو محسوس کیا تو پودوں اور پھولوں سے دل لگا لیا‘۔

’دادا پودے تو سب کو پسند ہوتے ہیں‘

’ہاں لیکن مسٹر فرگوسن کی بات مختلف ہے۔ ٹھہرو میں سمجھاتا ہوں۔‘

’مسٹر فرگوسن‘

’مسٹر فرگوسن‘ دادا نے چلا کر پکارا۔

مسٹر فرگوسن جو پودوں سے نا جانے کیا باتیں کر رہے تھے چونک کر کھڑکی کی جانب دیکھنے لگے۔

’اوہ ولیم، میرے دوست کیسے ہو؟‘

’میں ٹھیک ہوں میرے دوست، آپ کے پودوں کا کیا حال ہے؟‘ مسٹر تھامس بتا رہے تھے کہ آپ کے پودے کچھ بیمار ہیں۔ ایسا کیا ہو گیا انہیں میرے پیارے دوست‘ مسٹر فرگوسن یکدم پریشان کن حد تک سنجیدہ ہو گئے۔

’ہاں ولیم کچھ پودے واقعی کل سے مرجھائے مرجھائے لگ رہے ہیں۔ میں جو بات بھی کرتا ہوں بس چپ کھڑے ہو کر سنتے ہیں، پہلے ایسا نہیں تھا۔ پہلے پہل تو وہ میری باتیں سن کر جھومتے بھی تھے، مگر اب ایسا نہیں ہے۔ لیکن ولیم میرے دوست میں جانتا ہوں پودے انسان نہیں ہوتے یہ بلاوجہ ناراض نہیں ہوتے، سو ان کی کوئی ضرور مجبوری ہوگی۔ مجھے لگتا ہے کہ یہ بارش کی جدائی میں اداس ہیں، جونہی موسم بدلے گا یہ پہلے کی طرح ہو جائیں گے۔ خوش ہوں گے تو میری باتیں سن کر جھومیں گے۔ مسٹر ولیم تم بس بارش کے لیے دعا کرو‘

’مسٹر ولیم میرے دوست تم دعا کرو گے نا؟‘

’ہاں ہاں کیوں نہیں میرے دوست میں ضرور بارش کے لیے دعا کروں گا کہ جلد بارش ہو اور تمہارے پودے پھر تم سے باتیں کرنے لگیں‘۔

’شکریہ میرے دوست‘ مسٹر فرگوسن نے کہا۔

’دادا کیا مسٹر فرگوسن پاگل ہیں؟‘

پوتا جو حیرت سے مسٹر فرگوسن کی باتیں سن رہا تھا، اچانک بول پڑا۔

’نہیں میرے پوتے ہرگز نہیں وہ بہت زندہ دل اور باتونی شخص ہیں وہ تنہا نہیں رہ سکتے۔ ان کے پاس بہت سے قصے ہیں ساری عمر کے قصے سو کسی نا کسی کو تو سنانے ہیں چاہے وہ پودے ہی کیوں نہ ہوں۔ یہ مسٹر فرگوسن اکیلے کی کہانی نہیں ہے میرے پوتے یہاں موجود ہر شخص ایک کندھا ڈھونڈ رہا ہے کہ کوئی ایسا ہو جو ان کے دکھ درد بانٹ نہ بھی سکے تو کم از کم سن تو لے۔ تمہاری وجہ سے میرے پوتے میں خوش نصیب ہوں کہ میں ایسا نہیں ہوں۔‘

ایک ہاتھ میں چھڑی اور ایک ہاتھ میں اخبار تھامے مسٹر جانسن کمرے میں داخل ہوئے۔ ’مسٹر ولیم کیا آج سیر کو نہیں جانا؟ اوہ آج تو اتوار ہے اور تمہارا پوتا آیا ہوا ہے سو شاید تم نہیں آؤ گے‘

’کیسے ہو نوجوان؟‘ مسٹر جانسن نوجوان کا تنقیدی جائزہ لیتے ہوئے کچھ سوچنے لگے، اور پھر کہا۔

’میں کافی عرصے سے اپنے گھر والوں سے نہیں ملا لیکن میرا خیال ہے کہ میرا پوتا تمہاری ہی عمر کا ہوگا، کیوں مسٹر ولیم میں ٹھیک کہہ رہا ہوں نا؟‘ جانسن نے مسٹر ولیم سے استفسار کیا۔

’جی مسٹر جانسن آپ کا پوتا اتنی ہی عمر کا ہوگا‘

’لیکن مسٹر ولیم ہو سکتا ہے وہ 2 ہوں، یا شاید ایک۔ اوہ ہو مجھے واقعی ان سے اور میرے پوتوں کو مجھ سے ضرور ملنا چاہیے۔ اس بار میرا بیٹا اینڈی آئے گا تو میں اس سے کہوں گا کہ وہ اگلی بار میرے پوتوں کو بھی ساتھ لائے، کیوں مسٹر ولیم میں ٹھیک کہہ رہا ہوں نا؟‘

’جی بالکل آپ کو اینڈی سے ضرور کہنا چاہیے‘

’میں کہوں گا اسے، میں ضرور کہوں گا۔ تو آج میں اکیلا ہی سیر کو جا رہا ہوں‘ اور مسٹر جانسن کمرے سے باہر چلے گئے۔

’دادا، ان کا بیٹا اینڈی آخر کب آئے گا؟ یہ ہر ہفتے یہی بات کہتے ہیں‘۔

’میرے پوتے، اینڈی آخری بار 10 سال پہلے انہیں یہاں چھوڑنے آیا تھا‘

’اوہ 10 سال تو بہت زیادہ ہوتے ہیں‘

’10 سال سے یاد آیا، دادا مجھے آپ کو کچھ بتانا ہے۔ شاید آپ کو خوشی ہو لیکن میں وثوق سے نہیں کہہ سکتا۔ وہ میرا اوہائیو یونیورسٹی میں داخلہ ہو گیا ہے اور میں 2 سال کے لیے اوہائیو جا رہا ہوں لیکن آپ پریشان نہ ہوں، میں ہر 6 ماہ بعد آپ سے ملنے ضرور آؤں گا‘

’دادا؟‘

’دادا‘

’آپ میری بات سن رہے ہیں؟‘

’دادا بات سنیں، میں ضرور آؤں گا میرا یقین کریں، آپ کچھ تو بولیں‘

دادا زیر لب بڑبڑا رہے تھے

’2 سال، 6 مہینے، انتظار، تنہائی۔‘

دادا تیزی سے کھڑکی کی جانب مڑے اور چلاتے ہوئے بولے

’مسٹر فرگوسن‘

’آئیں مل کے بارش کے لیے دعا کریں‘

اردو اپنے آپ بدل جائے گی، اِسے آپ نہ بدلیے

رضوان طاہر مبین

ہم جب بھی سماجی ذرائع ابلاغ (سوشل میڈیا) پر املا یا زبان کی کوئی غلطی دیکھتے ہیں، تو فوراً ’ذاتی پیغام‘ پر مطلع کر دیتے ہیں۔ بہت سے کرم فرما اس پر منہ بھی بناتے ہیں۔ پھر ہم تو ذرا سا عدم توجہی کے اشارے کے منتظر، وہاں سے یہ جا وہ جا۔ کیونکہ زبان کی درستی مقدم لیکن اگر کسی کو بگڑے ہی رہنا ہے تو خوشی سے رہے، ہمیں کیا!

کہتے ہیں کہ ’سماجی ذرائع ابلاغ‘ بہت غیر رسمی سی جگہ ہے، جہاں سنجیدگی دکھانا ہی نہیں چاہیے۔ دوسری طرف وہاں بات ہی اس لیے کی جاتی ہے کہ اس پر رائے دی جائے اور اتفاق و اختلاف کے نتیجے میں ہماری معلومات میں اضافہ اور پختہ رائے بنے۔ زبان اسی اظہار کا بنیادی وسیلہ ہے، پھر جب لوگ اپنے خیالات پر سنجیدگی سے گفتگو کر رہے ہیں، تو ایسے میں ہم ’صحت زبان‘ کو کیسے نظر انداز کر سکتے ہیں۔

زبان کی تبدیلی کے حوالے سے ایک سوچ یہ ہے کہ یہ تو بدلتی رہتی ہے، اس لیے اس کی ’غلطیوں‘ کے چکر میں نہیں پڑنا چاہیے، بس بات سمجھ میں آنا چاہیے، کافی ہے، آگے بڑھیے۔

لیکن ہماری رائے ہے کہ نہیں صاحب! یہ درست ہے کہ زبان بدلتی ہے اور لفظ تبدیل بھی ہوتے ہیں اور اپنے معنی بھی اتارتے اور پہنتے رہتے ہیں لیکن اس کو عذر کر کے اصلاح اور درستی کا دروازہ بند کرنا مناسب نہیں۔ کسی بھی زبان کا یہ حق ہے کہ اسے اچھی طرح جان کر سیکھ کر اس کے ہر ممکن آداب کے ساتھ استعمال کیا جائے۔ رہی بات تبدیلی کی، تو وہ اپنے آپ غیر محسوس طریقے سے جاری ہے۔ زبان کی غلطیوں پر بضد رہنا زبان کی زوال پذیری کی راہ تو ہو سکتی ہے، تبدیلی کی نہیں!

زبان دراصل سماج کی ترقی و تنزلی سے جڑی ہے، جب سماج زوال پذیر ہو تو اس کے اثرات سے زبان بھی متاثر ہوئے بغیر نہیں رہتیں۔ ان کی وسعت اور سکت کمزور پڑنے لگتی ہے، جس سے براہ راست اس میں اظہار اور فکر و خیال کی رنگارنگی ماند پڑ جاتی ہے۔

ہمارے بہت سے صحافی بھی کہتے ہیں کہ ’میاں یہ اخبار یا ٹی وی ہے، کوئی ادبی کتاب تو نہیں، یہاں تو ایسی زبان ہی چلے گی‘۔ بھی اب ہمارا واسطہ کتابوں یا ادب سے رہ ہی کتنا گیا ہے، ہماری عام زبان کے نصیب میں دراصل اب انہی ذرائع ابلاغ کے زیر اثر چلنا لکھا ہے۔ ممتاز صحافی رضا علی عابدی کی اس بات کو نظر انداز نہیں کیا جا سکتا کہ ’جو ٹی وی پر چلے گی وہی زبان باقی رہے گی۔‘ اس لیے ہم زبان کے بگاڑ سے آنکھیں نہیں پھیر سکتے۔

یہ حقیقت ہے کہ کسی زبان کا جب کوئی لفظ مرتا ہے، تو اس کے ساتھ اس سے جڑی ہوئی پوری تہذیب فنا کے گھاٹ اتر جاتی ہے۔ اس لیے زبان کا برتاؤ کہیں بھی ہو، اس کی درستی کو ملحوظ خاطر رکھنا ضروری ہے۔

یہ لفظ ہی ہیں جو اپنے معنی کے ساتھ ہمارے ذہن میں اپنا ایک عکس اور شبیہ بھی بناتے ہیں۔ ہم ان لفظوں سے اپنے کسی خیال اور احساس کو دوسرے کے دل میں اتارتے ہیں اور کسی منظر کا ابلاغ کرتے ہیں۔

کہیں ایک بات کے لیے کئی، جب کہ کہیں ایک ہی لفظ میسر ہوتا ہے۔ زبان کے جیسے تیسے چلاؤ پر اڑے رہنے والے ذرا ایک لمحے کے لیے دیکھیں تو وہ جسے زبان کا بدلاؤ کہہ رہے ہیں، اس سے براہ راست اردو کی علمیت پر کتنا سنگین اثر پڑ رہا ہے اور یہ کتنی سطحی ہونے لگی ہے۔

اب ’جانِ من‘ جیسے لفظ کو جانے ’من‘ لکھنے سے بڑی جذباتی توہین بھلا اور بھی کوئی ہوگی؟ زیر کے ذریعے بڑی ’ے‘ کی آواز پیدا کرنے والے مرکب الفاظ کی یہ غلطیاں تو ہمارے نامی گرامی کالم نگار بھی دھڑلے سے کر رہے ہیں، سرے دست (سرِ دست) شانے کراچی (شانِ کراچی) بارے گراں (بارِ گراں)، فخرے سرگودھا (فخرِ سرگودھا) وغیرہ اس کی عام مثالیں ہیں۔

لوح قلم کو ’لوے قلم‘ لکھنے کا لطیفہ تو بہت عام ہوا۔ ہم ’سوہانِ روح‘ لکھتے ہوئے ’سہانے‘ لکھ جاتے ہیں۔ اب اس سے زیادہ بھلا اردو کی توہین اور کیا ہوگی کہ جب دیوان غالب کو بھی ’دیوانے غالب‘ اور آب حیات کو ’آبے حیات‘ لکھ دیں!

لفظ ’ق‘ کی درست ادائیگی شاید ہمارے سہل پسند گلے پر بہت گراں گزرتی ہے، اس لیے ہم قاری کو ’کاری‘ بولتے ہیں، تو اسے ’کاری‘ ہی لکھ کر اردو پر کاری وار کر جاتے ہیں۔ اسی طرح بقر عید کو ’بکرا عید‘ مقرر کو مکرر اور لائق کو ’لائک‘ کر دینا معمول ہے۔

ملتے جلتے الفاظ دیکھیے تو صرف گول ’ۃ‘ اور حلوے والی ’ح‘ کے فرق سے ’صلۃ‘ اور ’صلح‘ کی تمیز نہ رکھی جائے تو کیا اسے زبان کی تبدیلی کہہ کر چپ رہیں؟ کسی نے تو صلہ کو بھی ’سلا‘ لکھ کر اپنی زبان کی اور بھد اڑائی!

یکساں آواز اور مختلف املے والے الفاظ کا کیا رونا روئیں، ہمیں ایک بڑے پروفیسر نے اپنی کتاب لکھ کر دی، تو ہماری ’نذر‘ کے بجائے ’نظر‘ (نگاہ) لکھ دیا۔ اسی طرح علم (پرچم) اور الم (غم)، حامی (اقرار) اور حامی (حمایت کرنے والا)، سہی (آؤ تو سہی، جاؤ تو سہی میں برتا جاتا ہے) اور صحیح (درست)، سطر (ایک لائن) اور ستر (جسم کا چھپائے جانے والا حصہ)، ظن (گمان) اور زن (عورت) سے لے کر سورۃ (کلام پاک کا 114 حصوں میں سے ایک حصہ) اور صورت (چہرہ) کی تمیز نہ سمجھنا زبان کی تباہی نہیں تو اور کیا ہے؟

’ن‘ کے بعد ’ب‘ ہو تو ’م‘ کی آواز پیدا ہوتی ہے، ستم ظریف اسے لکھ بھی ’م‘ سے دیتے ہیں، جیسے سنبھل کو سمبھل، انبالہ کو امبالہ، اچنبھے اچمبھے وغیرہ۔ بہت سے اچھے لکھنے والے بھی مسجد کے منبر کو ممبر (Member) لکھتے ہیں۔ اردو میں برتے جانے والے لفظ ’دنیا و مافیہا‘ (یعنی دنیا اور جو کچھ اس میں ہے) کو انگریزی اصطلاح ’مافیا‘ Mafia لکھنے لگے کہ ’دنیا و مافیا‘!

ایک ادیب نے تو ’سماں‘ (منظر) کو ’سماع‘ (قوالی) لکھ ڈالا، فعل (کام) کو ’فیل‘ (Fail ناکام) ’جاناں‘ کو ’جانا‘ ’پھلا‘ کو ’پگلا‘ لکھ کر بھی اردو کے خوب بخیے ادھیڑے جا رہے ہیں۔

دانہ (غلے کا بیج) اور دانا (عقل مند)، گلہ (شکایت) اور گلا (گردن)، پیسا (پسائی) اور پیسہ (ہمارا سکہ) وغیرہ جیسے الفاظ کے آخر میں ’ہ‘ اور ’الف‘ کا فرق بھلا دیں، تو سوچیے کہ دو بالکل الگ الگ الفاظ کس طرح گڈمڈ ہو جائیں گے۔

اردو کے لفظ ’میں‘ ’مینہ‘ اور ’مے‘ بولنے میں لگ بھگ ایک جیسے سنائی دیتے ہیں، لیکن ایک کا کسی دوسرے کے معنی سے قریب کا بھی واسطہ نہیں۔ میں سے مراد تو کسی کی خود کی ذات، مینہ بارش، جس میں ن ساکت ہے، مے شراب کو کہا جاتا ہے، ویسے ’مینہ‘ کو ’ن‘ کے ساتھ ’مینا‘ بولتے بھی سنا گیا ہے۔ (ارے کیا آپ نے بھی مینہ کو ’مینا‘ پڑھا؟ چلیے اب خیال رکھیے گا)

گدھا کہنے کے بجائے ’گدا‘ لکھا تو اس کے معنی فقیر کے ہیں۔ اسی طرح بعض (کچھ) اور باز (رکنا)، معرکہ (لڑائی) اور مارکہ (پہچان کا نشان)، جعلی (غیر حقیقی) اور جالی (جس چیز میں بہت سے سوراخ ہوں)، رُو (بنیاد) اور روح (موت تک ہمارے جسم میں رہنے والا غیر مادی وجود) اور کے (ملکیت یا تعلق جوڑنے والا لفظ فلاں کے اسکول، اسکول کے استاد) اور کہ (جیسے انہوں نے کہا کہ، جب یہ دیکھا کہ اور سنا کہ) وغیرہ۔

اسی طرح کسی چیز کو ڈھانکنے والی چیز کے لیے درست لفظ ’ڈھکن‘ نہیں ’ڈھکنا‘ ہے۔ اب تو لوگ ’چودہ طبق‘ کے بجائے ’چاروں طبق روشن ہونا‘ کہتے ہیں۔ طوفان بدتمیزی کو ’طوفانی‘ بدتمیزی اور یہاں تک کہ رئیس امروہی کو ’رئیس امروہی‘ بھی کہنے لگے ہیں۔ گل دستے (جس کے معنی ہی ’پھولوں کا مجموعہ‘ ہے) کو ’پھولوں کا گل دستہ‘ کہنے جیسی غلط تراکیب اور ’تگ و دو‘ کی غلط ہجے سے لے کر بالکل کو ’بلکل‘ لکھنے کی صورت تک کو ہم فقط زبان کی ’تبدیلی‘ کہہ کر مطمئن نہیں ہو سکتے، یہ زبان کی زبوں حالی ہے! زبانیں ضرور بدلتی ہیں اور اردو بھی بدل رہی ہے، یہ خود ہی اپنے حساب سے بدل جائے گی، آپ جو چاہے لکھیں، لیکن خدارا زبان کی ’تبدیلی‘ کے نام پر اردو کے ذخیرہ الفاظ اور اس کے وجود کو فنا کے گھاٹ اتارنے کا ارتکاب نہ کیجیے!

بلاگر ابلاغ عامہ کے طالب علم ہیں۔ برصغیر، اردو، کراچی اور مطبوعہ ذرائع ابلاغ دل چسپی کے خاص میدان ہیں۔ ایک روزنامے کے شعبہ میگزین سے بطور سینئر سب ایڈیٹر وابستہ ہیں، جہاں ہفتہ وار فیچر انٹرویوز اور ’صد لفظی کتھا‘ لکھتے ہیں۔

میرا تخلیقی عمل

محمد حمید شاہد

میں جہاں جہاں اور جتنا جتنا اکیلا ہوتا چلا گیا اتنا ہی میرے ہاں تخلیق ہونے والا فن پارہ عمومیت سے بچتا چلا گیا

ذرا تصور باندھیے ایک ایسے گھر کا جس کے وسیع آنگن میں آسمان ہر رات ’سارے تارے جھولی میں بھر کر‘ اترا کرتا تھا۔ آپ گماں باندھ چکے ہیں تو جان لیجئے کہ وہ گھر میرا تھا۔

سہ پہر ہوتے ہی پورے آسمان تلے کھلے آنگن میں چھڑکاؤ ہوتا اور شام پڑتے ہی بہن بھائیوں اور اماں ابا کی کھاٹیں ایک خاص ترتیب میں بچھا دی جاتی تھیں۔ اُدھر اوپر کی سمت ابا کے لیے مخصوص تھی، دائیں کو اماں اور باجی کے لئے جب کہ بائیں کو جدھر بکائن سے پرے ڈیوڑھی تھی ہماری کھاٹیں بچھتی تھیں۔ اوپر لینے کو سب کے پاس سفید چادریں تھیں۔ جب ہم ان چادروں کو تان کر سو رہے ہوتے تو رات سارے تارے ان کی سفیدی پر انڈیل دیا کرتی تھی۔ آپ کو یقین نہیں آئے گا مگر یہ واقعہ ہے کہ تارے ان اجلی چادروں پر بھی لش لش کرتے رہتے تھے۔

ہمارے سونے کا ایک وقت مقرر تھا۔ نیند آئے نہ آئے ہمیں اپنے اپنے بستروں پر لیٹ کر خاموشی سے نیند کا انتظار کھینچنا ہوتا تھا۔ نیند دبے پاؤں آیا کرتی تھی اور ہر روز بلا ناغہ آتی تھی۔ مجھے اچھی طرح یاد ہے کہ عین اس وقت جب میں چمکتے تاروں کے آبدار کناروں کو اپنے تصور کی نازک پوروں سے ٹٹول رہا ہوتا تو رات مجھے اپنے آپ سے بےگانہ کر دیا کرتی تھی۔ یہی وہ لمحات تھے جب آسمان کالا چغا پہن کر میرے قدموں کی سمت سے نمودار ہوتا اور اپنی بھری جھولی کے سارے تارے میرے اوپر بچھی دودھ جیسی سفید چادر پر ڈال دیتا تھا۔ یکا یک سارے میں یخ لو بھر جاتی۔ میں بے تابی سے تاروں کو ٹٹولتا جاتا۔ وہ مجھے اتنے نرم اور اتنے ملائم لگتے کہ اُن کا گداز میرے دل میں بھر جاتا تھا۔ پھر یوں ہوا کہ سب کچھ تلپٹ ہو گیا۔

مگر یہ اس رات ہوا تھا جب آنگن میں کھاٹیں نہیں تھیں کہ خنکی بڑھ گئی تھی۔ لیکن معمول کی راتوں سے کہیں زیادہ تاریک تھی۔ ابا اپنے کمرے میں سو نہیں سکے تھے...... اور ہم بھی اپنے اپنے بستروں سے نکل باہر آنگن میں آ کر ہکا بکا اور دل گرفتہ کھڑے تھے۔ ہم سب کھلے اور کالے آسمان تلے تھے مگر جیسے وہاں تھے ہی نہیں کہ وہاں تو صرف ابا تھے جو چاروں اور گھوم گھوم کر اوپر آسمان کو تکے جاتے تھے اور سسکاریاں مار مار کر کہتے تھے: ’دیکھو یہ ٹوٹ گیا۔

وہ آسمان تھا......!

وہ تارے تھے......!

وہ دل تھا......

کہ وہ دھرتی تھی......!

کچھ بچا تھا یا سب کچھ ٹوٹ گیا تھا میں پوری طرح سمجھنے سے قاصر تھا۔ بس یوں محسوس ہوا تھا جیسے آسمان کے سارے تاروں نے پہلے تو دھماکے سے باہم جڑ کر ایک بڑا سا گولا بنایا تھا آسمان جتنا بڑا...... اور پھر دوسرے ہی لمحے میں یہ گولا ٹوٹ کر ہماری دھرتی پر نہیں شاید ہمارے دلوں پر برس پڑا تھا، یوں سب کچھ پاش پاش ہو گیا تھا۔

مجھے یقین سا ہو چلا ہے کہ یہی وہ رات تھی جب میں نے اچھی طرح چہرہ دکھانے والے دکھ اور پوری طرح شناخت نہ ہونے والے تخلیق کے اسرار کی خوشبو میں رچے بسے لمحوں کو ایک ساتھ اپنے بدن کے خلیے خلیے میں، رگوں میں اور ہڈیوں کے گودے میں محسوس کیا تھا۔ اس رات ہمارے گھر میں کوئی نہ سویا تھا کہ ابا کسی طور سنبھلتے ہی نہ تھے، جو بڑے تھے وہ ابا کو سنبھال رہے تھے اور میں اندر ایک کونے میں دبکا بیٹھا کاغذ پر کچھ لکھ رہا تھا یا پھر یوں ہی کچھ لکیریں کھینچ رہا تھا۔

میں آج تک وطن ٹوٹنے والی اس رات کا تعلق اُڑتے ستاروں کے جڑنے اور ٹوٹنے سے نہیں جوڑ پایا ہوں، تاہم یوں ہے کہ میں اپنے تخلیقی عمل کو کسی نہ کسی طرح پاکیزہ جذبوں کی اسی نہج کی لطیف تندی سے جوڑتا رہتا ہوں۔ اس سے کم پر میرے اندر تخلیقیت بیدار ہونے پر راضی ہی نہیں ہوتی۔

++++++++++ازرے قائم تو کر سکتا ہوں کوئی عقلی توجیہہ نہیں کر پاتا۔ سچ یہ ہے کہ میں ایسا ضروری بھی نہیں سمجھتا۔ حقیقت کلی ہو یا تخلیقیت کا بھید، دونوں عقل محض کا علاقہ نہیں ہیں ان دونوں منطقوں میں عقل کو وجدان اور روح کا سہارا لینا پڑتا ہے۔ عقل ہمارے روزمرہ کے تجربوں کو زندگی کے تعمیری حوالوں سے دیکھتی اور پرکھتی ہے جب کہ وجدان کا معاملہ تخصیصی ہے۔ عقل کی پیش رفت نزولی اور وجدان کی عروجی ہے۔ اور اس کا غالباً سبب یہ ہے کہ عقل کو دلیل اور سہارے کی ضرورت ہوتی ہے، جب کہ وجدان ’علم کا حسی‘ سریع اور براہ راست وسیلہ ہے۔

جس زمانے میں لاشعور مجھے اپنے ہونے کا احساس دلانے لگا تھا اور وجدان کے اشاروں پر میرے شعوری فیصلے معطل ہونے لگے تھے، یہ وہ زمانہ بنتا ہے جب جدید افسانے کی ڈفلی بڑے زور زور سے بجانے والے ہو نکلنے لگے تھے مگر لطف کی بات دیکھیے کہ تب تک مجھ پہ اُن کا ہونکنا کھلتا نہ تھا

نیک و صالح بادشاہ ذوالقرنین

منور راجپوت

کفارِ مکہ اسلام اور مسلمانوں کے خلاف روز نت نئے منصوبے بناتے، لیکن انھیں ہمیشہ ناکامی ہی کا سامنا کرنا پڑتا۔ ایک روز اُن کے بڑے مختلف منصوبوں پر غور کر رہے تھے کہ کسی نے مشورہ دیا "یہودی مذہبی معاملات میں زیادہ معلومات رکھتے ہیں، تو کیوں نہ اُن سے (حضرت) محمدؐ کے دعوائے نبوّت کے بارے میں رائے لی جائے۔" سرداروں کو مشورہ پسند آیا اور ایک وفد مدینہ منوّرہ کے یہودیوں کے پاس روانہ کر دیا۔ حضرت ابنِ عباسؓ بیان کرتے ہیں "قریشِ مکہ نے علمائے یہود کے پاس پیغام بھیجا "ہمیں (حضرت) محمدؐ کے متعلق بتائیں کہ اُن کے دعوے سے متعلق تمہاری کتب میں کوئی تذکرہ یا علامات ہیں کہ نہیں؟" اس پر یہودیوں نے جواب دیا "تم ان باتوں کو تو چھوڑو، ہم تمھیں تین سوالات بتاتے ہیں، اگر وہ اُن کا درست جواب دے دیں، تو سمجھ لینا کہ وہ ضرور اپنے دعوے میں سچے ہیں: (1) اس شخص کا حال بیان کیجیے، جو مشرق و مغرب میں فتوحات کرتا چلا گیا۔ (2) ان چند نوجوانوں پر کیا گزری، جو کافر بادشاہ کے خوف سے غار میں جا چھپے تھے؟ (3) رُوح کے متعلق بیان کیجیے۔" وفد خوشی خوشی واپس پہنچا اور اپنے ساتھیوں کو سوالات سے آگاہ کیا۔ وہ بولے "واقعی اِن سوالات کے جوابات ایک ایسا شخص جب ہی دے سکتا ہے، جب اُس پر وحی آتی ہو۔" قریش، نبی کریمؐ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور تینوں سوالات پیش کر دیے۔ انہی سوالات کے جواب میں سورہ کہف نازل ہوئی۔" (تفسیر ابنِ کثیر، ج3، ص72) مولانا ابوالاعلیٰ مودودیؒ کے مطابق، تیسرا سوال رُوح نہیں، بلکہ حضرت موسیٰؑ اور حضرت خضرؑ کے واقعے سے متعلق تھا، جس کا تفصیلی جواب اسی سورت میں دیا گیا ہے۔

ارشادِ باری تعالیٰ ہے "اور یہ لوگ تم سے ذوالقرنین کے بارے میں پوچھتے ہیں۔ کہہ دو "میں اُن کا کچھ حال تمھیں پڑھ کر سناتا ہوں۔" واقعہ یہ ہے کہ ہم نے اُن کو زمین میں اقتدار بخشا تھا اور انھیں ہر کام کے وسائل عطا کیے تھے، جس کے نتیجے میں وہ ایک راستے کے پیچھے چل پڑے، یہاں تک کہ جب وہ سورج کے ڈوبنے کی جگہ پہنچے، تو انھیں دکھائی دیا کہ وہ ایک دلدل جیسے (سیاہ) چشمے میں ڈوب رہا ہے۔ اور وہاں انھیں ایک قوم ملی۔ ہم نے (اُن سے) کہا "اے ذوالقرنین! (تمہارے پاس دو راستے ہیں) یا تو ان لوگوں کو سزا دو یا پھر ان کے معاملے میں اچھا رویّہ اختیار کرو۔" انھوں نے کہا "ان میں سے جو کوئی ظلم کا راستہ اختیار کرے گا، اُسے تو ہم سزا دیں گے، پھر اُسے اپنے رب کے پاس پہنچا دیا جائے گا اور وہ اُسے سخت عذاب دے گا۔ البتہ، جو کوئی ایمان لائے گا اور نیک عمل کرے گا، تو بدلے کے طور پر اچھے انجام کا مستحق ہوگا اور ہم بھی اُس کو اپنا حکم دیتے وقت آسانی کی بات کہیں گے۔" اس کے بعد وہ (ذوالقرنین) ایک اور راستے کے پیچھے چل پڑا، یہاں تک کہ جب وہ سورج کے طلوع ہونے کی جگہ پہنچے، تو انھوں نے دیکھا کہ وہ ایک ایسی قوم پر طلوع ہو رہا ہے، جسے ہم نے اس (کی دھوپ) سے بچنے کے لیے کوئی اوٹ مہیا نہیں کی تھی۔ واقعہ اسی طرح ہوا اور ذوالقرنین کے پاس جو کچھ (ساز و سامان) تھا، ہمیں اس کی پوری پوری خبر تھی۔ اس کے بعد وہ ایک اور راستے کے پیچھے چل پڑے، یہاں تک کہ جب وہ دو پہاڑوں کے درمیان پہنچے، تو انھیں اُن پہاڑوں سے پہلے کچھ لوگ ملے، جن کے بارے میں ایسا لگتا تھا کہ وہ کوئی بات نہیں سمجھتے۔

انھوں نے کہا "اے ذوالقرنین! یاجوج اور ماجوج اس زمین میں فساد پھیلانے والے لوگ ہیں۔ تو کیا ہم آپ کو کچھ مال کی پیش کش کر سکتے ہیں، جس کے بدلے آپ ہمارے اور اُن کے درمیان کوئی دیوار بنا دیں؟" ذوالقرنین نے کہا "اللہ نے مجھے جو اقتدار عطا فرمایا ہے، وہی (میرے لیے) بہتر ہے۔ لہٰذا تم لوگ (ہاتھ پاؤں کی) طاقت سے میری مدد کرو، تو میں تمھارے اور اُن کے درمیان ایک مضبوط دیوار بنا دوں گا، مجھے لوہے کی چادریں لا دو۔" یہاں تک کہ جب اُنھوں نے (درمیانی خلا کو پاٹ کر) دونوں پہاڑی سروں کو ایک دوسرے سے ملا دیا، تو کہا کہ "اب آگ دہکاؤ۔" یہاں تک کہ جب اس (دیوار) کو لال انگارا کر دیا، تو کہا کہ "پگھلا ہوا تانبا لاؤ، اب میں اس پر انڈیلوں گا۔" چناں چہ (وہ دیوار ایسی بن گئی کہ) یاجوج ماجوج نہ اس پر چڑھنے کی طاقت رکھتے تھے اور نہ ہی اس میں کوئی سوراخ بنا سکتے تھے۔ ذوالقرنین نے کہا "یہ میرے رب کی رحمت ہے (کہ اُس نے ایسی دیوار بنانے کی توفیق دی) پھر میرے رب نے جس وقت کا وعدہ کیا ہے، جب وہ وقت آئے گا، تو وہ اس (دیوار) کو ڈھا کر زمین کے برابر کر دے گا اور میرے رب کا وعدہ بالکل سچا ہے۔" (سورہ کہف، 85 تا 98، ترجمہ مفتی محمد تقی عثمانی)۔

ذوالقرنین کون تھے؟

قرآن پاک میں ذکر کردہ ذوالقرنین کون تھے؟ مفسّرین اور مؤرخین نے اس حوالے سے سکندرِ اعظم، یمن کے حمیری بادشاہ اور سائرسِ اعظم کا خاص طور پر ذکر کیا ہے۔ اس ضمن میں اہم بات یہ ہے کہ ذوالقرنین کا تعیّن قرآن پاک میں بیان کردہ نشانیوں کی بنیاد ہی پر کیا جا سکتا ہے۔ قرآنِ پاک کے مطابق ذوالقرنین اللہ پر ایمان رکھنے والا ایک نیک بادشاہ تھا۔ اُس نے مختلف سمتوں میں تین بڑی فوجی مہمات سرانجام دیں، یاجوج ماجوج سے حفاظت کے لیے ایک آہنی دیوار بنوائی اور پھر یہ کہ زمین کے ایک وسیع حصّے پر اُس کی حکومت قائم تھی۔

نیز، اس معاملے کا ایک اہم نکتہ یہ بھی ہے کہ ذوالقرنین سے متعلق سوال یہودیوں کے ایما پر پوچھا گیا تھا، جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ اُن کے ہاں اس بادشاہ کی کوئی خاص اہمیت تھی، تو یہ بھی دیکھنا ہوگا کہ وہ کون سا بادشاہ تھا، جسے یہودی اپنا ہیرو سمجھتے تھے۔ قدیم دَور کے بعض مفسّرین کا خیال ہے کہ سکندرِ اعظم ہی ذوالقرنین تھا۔ تاہم اس رائے کو قبول کرنے میں مشکل یہ ہے کہ سکندرِ اعظم، جسے سکندر مقدونی اور سکندر یونانی بھی کہا جاتا ہے، عقیدے کے لحاظ سے آتش پرست تھا، جب کہ اُس کے ظلم و ستم اور قتل و غارت کی کہانیاں بھی تاریخ میں عام ہیں۔

علاوہ ازیں، اُس کی حکومت بھی اس قدر وسیع نہیں تھی کہ اُسے مشرق و مغرب پر حکومت سے تشبیہ دی جا سکے۔ یمن کے حمیری بادشاہوں کے لیے "ذو" کا لقب استعمال کیا جاتا تھا، جیسے ذونواس اور ذوالنون وغیرہ۔ اس خاندان میں ایک ایسا بادشاہ بھی گزرا، جس کا لقب ذوالقرنین بتایا جاتا ہے، یہی وجہ ہے کہ بعض مفسّرین نے اُسے ہی قرآن کا ذوالقرنین قرار دیا ہے۔ البیرونی نے تو اپنی کتاب میں کچھ ایسے قدیم اشعار بھی نقل کیے ہیں، جن میں اسی بادشاہ کو ذوالقرنین بتایا گیا ہے۔

تاہم اس رائے کو بھی قبولیت حاصل نہ ہو سکی۔ مولانا ابوالکلام آزادؒ، مولانا انور شاہ کشمیریؒ، مفتی محمد شفیعؒ، مولانا ابو الاعلیٰ مودودیؒ، مولانا حفظ الرحمٰن سیوہارویؒ، ڈاکٹر اسرار احمدؒ اور مفتی محمد تقی عثمانی سمیت بیش تر جدید مفسّرین اور مؤرخین کا سائرسِ اعظم (خورس، خسرو یا کورش) کی طرف رجحان ہے کہ قرآن پاک میں بیان کردہ بیش تر نشانیاں اُسی پر صادق آتی ہیں۔

یہودیوں میں حضرت دانیال کے ایک خواب کا چرچا تھا، جس میں انھوں نے لمبی سینگوں والے ایک ایسے مینڈھے کو دیکھا تھا، جو مختلف سمتوں میں سینگیں مارتا اور کوئی جانور اُس کے مقابلے میں نہ ٹھہرتا۔ یہودی کتب کے مطابق، حضرت جبرائیلؑ نے اس خواب کی تعبیر یوں فرمائی کہ "مینڈھا ماد اور فارس کا بادشاہ ہے۔" یہودی اسی بنیاد پر اس بادشاہ کے منتظر تھے، جو انھیں اُن کا کھویا مقام واپس دلا سکے۔ تاریخی طور پر یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ وہ سائرس ہی تھا، جس نے ماد اور فارس کو متحد کر کے ایک عظیم سلطنت کی بنیاد ڈالی اور پھر ایک کے بعد دوسرا علاقہ فتح کرتا چلا گیا۔ یہاں تک کہ اس کی سلطنت بقول مولانا مودودی "ایک طرف سندھ اور ترکستان سے لے کر مصر اور لیبیا تک اور دوسری طرف مقدونیہ تک وسیع ہو گئی تھی۔ شمال میں اس کی سلطنت قفقاز اور خوارزم تک پھیل گئی تھی۔ عملاً اُس وقت کی پوری مہذّب دنیا اس کی تابع فرمان تھی۔" سائرس نے یہودیوں کو بخت نصر جیسے ظالم و جابر بادشاہ کی غلامی سے نجات دلائی اور ان کے مقدس ترین مقام، یروشلم (موجودہ مقبوضہ بیت المقدس) کو دوبارہ آباد کیا۔ نیز، سائرس، اللہ پر ایمان رکھنے والا ایک صالح بادشاہ تھا۔ مولانا حفظ الرحمٰن سیوہاروی نے اپنی معروف کتاب "قصص القرآن" کی جلد سوم میں اس معاملے پر نہایت عمدہ علمی بحث کی ہے۔

نام کا مطلب

قرن، سینگ کو کہتے ہیں اور "ذو" کا مطلب ہے، دو۔ یوں ذوالقرنین کا مطلب ہوا، دو سینگوں والا۔ اُسے یہ نام کیوں دیا گیا؟ اس حوالے سے مختلف آرا پائی جاتی ہیں، جن کے مطابق، اس کی دو زلفیں تھیں، اس لیے ذوالقرنین کہلائے۔ مشرق و مغرب پر حکومت کی وجہ سے یہ لقب ملا۔ سر پر سینگوں جیسے نشان تھے۔

کیا وہ نبی تھے؟

قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ کی ذوالقرنین سے گفتگو کا ذکر ہے، جب اُس نے ایک علاقے کو فتح کیا تھا، اس لیے یہ سوال سامنے آیا کہ کیا وہ نبی تھے اور کیا یہ گفتگو وحی کے ذریعے ہوئی تھی؟ علامہ ابنِ کثیر نے اپنی کتاب البدایہ والنہایہ میں انھیں نبی قرار دیا ہے، تاہم یہ بھی وضاحت کی ہے کہ بیش تر علماء کا اس پر اتفاق ہے کہ وہ نبی نہیں تھے۔ مفسّرین کے مطابق ہو سکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ان تک اُس زمانے کے پیغمبر کے ذریعے بات پہنچائی ہو یا پھر اُن پر الہام ہوا ہو۔

> قرآنِ پاک میں اللہ تعالیٰ کی ذوالقرنین سے گفتگو کا ذکر ہے، جب اُس نے ایک علاقے کو فتح کیا تھا، اِس لیے یہ سوال سامنے آیا کہ کیا وہ نبی تھے اور کیا یہ گفتگو وحی کے ذریعے ہوئی تھی؟ علامہ ابنِ کثیر نے اپنی کتاب البدایہ والنہایہ میں انھیں نبی قرار دیا ہے، تاہم یہ بھی وضاحت کی ہے کہ بیش تر علماء کا اِس پر اتفاق ہے کہ وہ نبی نہیں تھے۔ مفسّرین کے مطابق ہو سکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اُن تک اُس زمانے کے پیغمبر کے ذریعے بات پہنچائی ہو یا پھر اُن پر الہام ہوا ہو۔

3 بڑے سفر

سورہ کہف میں ذوالقرنین کی تین اہم مہمات کا ذکر ہے۔ انھوں نے پہلا سفر مغرب کی جانب کیا اور ایک ایسی جگہ پہنچے، جہاں آگے کوئی آبادی نہیں تھی، بس سمندر ہی سمندر تھا۔ ارشادِ باری تعالیٰ ہے "یہاں تک جب وہ سورج کے ڈوبنے کی جگہ پہنچے، تو انھیں دکھائی دیا کہ وہ ایک دلدل جیسے سیاہ چشمے میں ڈوب رہا ہے۔" یعنی غروبِ آفتاب کا منظر کچھ ایسا تھا، جیسے وہ کسی سیاہ دلدل میں اُتر رہا ہو۔ ذوالقرنین نے وہ علاقہ فتح کر لیا۔ اب اُس کا امتحان تھا کہ وہ شکست خوردہ قوم کے ساتھ کیسا سلوک کرتے ہیں۔ "وہاں انھیں ایک قوم ملی۔ ہم نے (ان سے) کہا "اے ذوالقرنین! (تمہارے پاس دو راستے ہیں) یا تو ان لوگوں کو سزا دو یا پھر ان کے معاملے میں اچھا رویّہ اختیار کرو۔" وہ چاہتا، تو عام بادشاہوں کی طرح عوام کے قتلِ عام کا حکم دے سکتا تھا، لیکن چوں کہ وہ ایک نیک اور عادل بادشاہ تھا، اس لیے جواب دیا "ان میں سے جو کوئی ظلم کا راستہ اختیار کرے گا، اُسے تو ہم سزا دیں گے، پھر اُسے اپنے رب کے پاس پہنچا دیا جائے اور وہ سخت عذاب دے گا۔ البتہ، جو کوئی ایمان لائے گا اور نیک عمل کرے گا، تو بدلے کے طور پر اچھے انجام کا مستحق ہوگا اور ہم بھی اُس کو اپنا حکم دیتے وقت آسانی کی بات کہیں گے۔" بعد ازاں، ذوالقرنین نے مشرق کی طرف رُخ کیا" یہاں تک کہ جب وہ سورج کے طلوع ہونے کی جگہ پہنچے، تو انھوں نے دیکھا کہ وہ ایک ایسی قوم پر طلوع ہو رہا ہے، جسے ہم نے (اس کی دھوپ) سے بچنے کے لیے کوئی اوٹ مہیا نہیں کی تھی۔" یعنی وہ لوگ کھلے میدانوں میں رہنے کے عادی تھے، جس کی وجہ سے سورج کی شعاعیں اُن پر براہِ راست پڑتی تھیں۔ اس کے بعد انھوں نے تیسری مہم کا آغاز کیا، جس کی سمت کا قرآن کریم میں کوئی ذکر نہیں، تاہم مفسّرین کے مطابق یہ سفر شمال کی جانب ہوا تھا۔" یہاں تک کہ جب وہ دو پہاڑوں کے درمیان پہنچے، تو انھیں اُن پہاڑوں سے پہلے کچھ لوگ ملے، جن کے بارے میں ایسا لگتا تھا کہ وہ کوئی بات نہیں سمجھتے۔" بہرحال، ذوالقرنین نے کسی طریقے سے اُن سے گفتگو کی، تو وہ بولے "اے ذوالقرنین! یاجوج ماجوج اس زمین میں فساد پھیلانے والے لوگ ہیں۔ تو کیا ہم آپ کو کچھ مال کی پیش کش کر سکتے ہیں، جس کے بدلے آپ ہمارے اور اُن کے درمیان کوئی دیوار بنا دیں؟" اللہ تعالیٰ نے ذوالقرنین کو اپنے خزانوں سے بہت کچھ عطا کیا تھا، لہٰذا انھوں نے جواب دیا "اللہ نے مجھے جو اقتدار عطا فرمایا ہے، وہی (میرے لیے) بہتر ہے۔ لہٰذا تم لوگ (ہاتھ اور پاؤں کی) طاقت سے میری مدد کرو، تو میں تمھارے اور اُن کے درمیان ایک مضبوط دیوار بنا دوں گا۔ مجھے لوہے کی چادریں لا دو۔" یوں دیوار کی تعمیر کا کام شروع ہو گیا۔ جب انھوں نے (درمیانی خلا کو پاٹ کر) دونوں پہاڑی سروں کو ایک دوسرے سے ملا دیا، تو کہا "اب آگ دہکاؤ۔" یہاں تک کہ جب اس (دیوار) کو لال انگارا کر دیا، تو کہا "پگھلا ہوا تانبا لاؤ، اب میں اس پر انڈیلوں گا۔" چناں چہ (وہ دیوار ایسی بن گئی کہ) یاجوج ماجوج نہ اس پر چڑھنے کی طاقت رکھتے ہیں اور نہ اس میں کوئی سوراخ بنا سکتے ہیں۔"

یاجوج ماجوج کی حقیقت

ان کے متعلق بہت سے قصّے کہانیاں مشہور ہیں کہ کچھ کا قد چار پانچ انچ ہے، تو کئی بہت طویل القامت ہیں۔ کان اس قدر لمبے ہیں کہ ایک اوڑھنے اور دوسرا بچھانے کے کام آتا ہے۔ اسی طرح یہ بات بھی مشہور ہے کہ یہ حضرت آدمؑ کی اولاد تو ہیں، مگر امّاں حوّا کی نہیں۔ اصل بات یہی ہے کہ یاجوج ماجوج بھی عام انسانوں کی طرح ہیں۔ "یاجوج ماجوج سے مُراد روس اور شمالی چین کے وہ قبائل ہیں، جو تاتاری، منگولی، ہُن اور سیتھین وغیرہ کے ناموں سے مشہور ہیں اور قدیم زمانے سے متمدّن ممالک پر حملے کرتے رہتے ہیں" (تفہیم القرآن)۔ مولانا حفظ الرحمٰن سیوہاروی کے مطابق" منگولیا (تاتار) کے دو بڑے وحشی قبائل کو ان کے پڑوسی "موگ" اور "یوچی" کہتے تھے۔ یونانیوں نے انھیں میک یا میگاگ اور یوگاگ کہا، بعد ازاں یہ الفاظ عربی اور عبرانی میں یاجوج اور ماجوج ہو گئے۔" ان کا اصل وطن منگولیا اور اس کے اطراف کا علاقہ ہے، جہاں سے بہت سے قبائل مہذّب دنیا کی طرف نقل مکانی کرتے رہے اور انھوں نے نئے نئے نام پائے، جب کہ یاجوج ماجوج کا نام صرف انھیں اجڈ اور وحشی قبائل کے لیے مختص ہو گیا، جو اب بھی اس علاقے میں رہتے ہیں، جسے ذوالقرنین نے دیوار کے ذریعے باقی دنیا سے الگ تھلگ کیا تھا۔

دیوار کہاں بنائی گئی؟

ذوالقرنین کی تعمیر کردہ دیوار کہاں ہے؟ اس میں خاصا اختلاف ہے۔ یہ دیوار شمال میں بنائی گئی تھی، مگر مسئلہ یہ ہے کہ ان علاقوں میں ابھی تک کئی ایسی دیواریں سامنے آ چکی ہیں، جو بیرونی حملہ آوروں سے بچاؤ کے لیے بنائی گئی تھیں۔ سب سے مشہور دیوار "دیوارِ چین" ہے، مگر وہ لوہے اور تانبے کی نہیں ہے۔ دوسری دیوار، بخارا اور ترمذ کے قریب دربند میں ہے، جو تیمور لنگ کے دَور میں بھی موجود تھی، کیوں کہ اُس زمانے کے ایک اندلسی قاصد نے اپنے سفرنامے میں اس کا ذکر کیا ہے۔ تیسری دیوار، داغستان میں ہے۔ یہ بھی دربند اور باب الابواب کے نام سے مشہور ہے۔ چوتھی دیوار، اسی باب الابواب سے کچھ فاصلے پر کوہِ قاف (قفقاز) میں ایک درّے کو بند کرتی ہے، جو "درۂ داریال" کے نام سے مشہور ہے۔ یہ درّہ، پہاڑ کی دو بلند چوٹیوں سے گھرا ہوا ہے۔ عبّاسی بادشاہ، واثق باللہ نے ایک رات خواب میں دیکھا کہ سدِ ذوالقرنین ٹوٹ گئی ہے، تو اس نے تحقیق کے لیے جو وفد بھیجا، وہ بھی اسی دیوار کو دیکھنے آیا۔ اس وفد نے یہ بھی بتایا کہ وہ دیوار لوہے اور پگھلے ہوئے تانبے سے بنائی گئی ہے۔ بیش تر مفسّرین اسی دیوار کو "سدِ ذوالقرنین" قرار دیتے ہیں۔

خروجِ یاجوج ماجوج

جب ذوالقرنین دیوار کی تعمیر سے فارغ ہوئے، تو بولے "یہ میرے رب کی رحمت ہے (کہ اس نے ایسی دیوار بنانے کی توفیق دی) پھر میرے رب نے جس وقت کا وعدہ کیا ہے، جب وہ وقت آئے گا، تو وہ اس (دیوار) کو ڈھا کر زمین کے برابر کر دے گا اور میرے رب کا وعدہ بالکل سچا ہے۔" اس آیت کی تفسیر میں مفتی محمد تقی عثمانی نے لکھا ہے کہ "قرآن کریم سے یہ بات یقینی طور پر معلوم نہیں ہوتی کہ یہ دیوار قیامت تک قائم رہے گی، بلکہ اس کا قیامت سے پہلے بھی ٹوٹنا ممکن ہے۔ یاجوج ماجوج کے مختلف ریلے تاریخ کے مختلف زمانوں میں متمدّن آبادیوں پر حملہ آور ہوتے رہے ہیں اور پھر وہ خود بھی متمدّن علاقوں میں پہنچ کر خود کو متمدّن کرتے رہے ہیں، البتہ ان کا آخری ریلا قیامت سے کچھ پہلے نکلے گا۔" مفسّرین نے یہ بھی لکھا ہے کہ یاجوج ماجوج کے جو قبائل دیوار کے ذریعے اس طرف آنے سے روک دیے گئے ہیں، وہ قیامت کے بالکل قریب تک اسی طرح محصور رہیں گے۔ البتہ باقی علاقوں میں موجود اُن کے قبیلے دنیا پر حملے کرتے رہے ہیں۔

جب اللہ کا حکم ہوگا، تو دیوار زمین کے برابر ہو جائے گی اور وحشی یاجوج ماجوج دنیا پر ٹوٹ پڑیں گے۔ اُن کے آخری ریلے کے بارے میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے "یہاں تک کہ جب یاجوج ماجوج کو کھول دیا جائے گا اور وہ ہر بلندی سے پھسلتے نظر آئیں گے" (سورہ الانبیاء، 96) یعنی اُن کی تعداد اتنی زیادہ ہوگی اور وہ اس تیزی سے حملہ آور ہوں گے کہ یوں لگے گا، جیسے پہاڑوں سے پھسل پھسل کر آ رہے ہیں۔ حضرت عیسیٰ علیہ السلام بہت سے مسلمانوں کو لے کر کوہِ طور پر پناہ گزین ہو جائیں گے اور باقی لوگ بھی محفوظ مقامات میں بند ہو کر اپنی جانیں بچائیں گے۔ پھر حضرت عیسیٰؑ کی دعا سے یاجوج ماجوج ایک وبائی مرض میں مبتلا ہو کر مر جائیں گے۔

بات ہے صرف احساس کی

جب ایک اٹھارہ سالہ لڑکی اور بیس پچیس سالہ لڑکے کی شادی ہوتی ہے تو دوسرے ہی دن لڑکی بیوی، بھابھی، چاچی، مامی، تائی اور سب سے خطرناک رشتہ بہو میں بندھ جاتی ہے، سال ڈیڑھ سال میں ماں کا رتبہ بھی حاصل کر کے اپنی زندگی تیاگ دیتی ہے۔

لیکن! شادی کے بعد لڑکا صرف ایک حیثیت کے دائرہ میں آ جاتا ہے "داماد" اب وہ صرف داماد اور شوہر ہے، جس کے اختیار میں ایک لڑکی آئی ہے، وہ جیسے چاہے اس سے سلوک کرے اچھا یا بُرا، اٹھارہ سالہ لڑکی شادی کے دو چار دن بعد ہی رشتوں کی نزاکتوں کو سمجھنے پہ مجبور ہو جاتی ہے اور اپنی عمر سے چھ آٹھ سال آگے بڑھ جاتی ہے۔ اٹھارہ سالہ لڑکی، انیس سال میں ماں بن کے اچانک تیس چالیس سال کی تجربہ کار عورت میں بدل جاتی ہے جو راتوں کو بچوں کے ساتھ اور دن میں خاندان کے ہر ایک رشتے کو نبھاتی اور شوہر کے بدلتے موڈ کو بھی مدِنظر رکھ کے اپنی عزت بچاتی ہے۔

جیسے ہی بچے اسکول جانے کے قابل ہوتے ہیں، صرف ایک کان "بن جاتی ہے جس میں بچوں کی اسکول، ٹیوشن، قاری صاحب وغیرہ کے شیڈول کے حساب سے کام کرتی ہے۔ اس کے کانوں میں میاں کی کاروباری ٹینشن، آفس کے مسائل، سیاست کی کہانیاں انڈیلی جاتی ہیں، ساتھ ساتھ سسرالی رشتے داروں یعنی تنی ہوئی رسی پہ چلنا بھی اولین فرض ہے۔ وہ اٹھارہ سال کی لڑکی اپنی بےفکری کی زندگی جی چکی۔ یعنی پورے اٹھارہ سال جس میں سے چودہ سال اگر اسکول کالج کے نکال دیں تو اس نے اپنی شاندار زندگی پیدائش سے چار سال کی عمر تک بھرپور جی لی ہوتی ہے۔

وہ اب ایک بہترین کُک ہے، ماسی ہے، برتن دھونے والی ہے، بچوں کی آیا ہے، نرس ہے، ڈاکٹر ہے، ڈرائیور ہے، گھر کی چوکیدار ہے، کیشیئر ہے، بجٹ بنانے والی ہے، بینک ہے، دھوبن ہے، پریس کرنے والی ہے، درزن ہے، اُستانی ہے، کونسلنگ کرنے والی ہے، الارم ہے اور سب سے بڑھ کے وہ صرف ایک کان" ہے، جہاں زمانے بھر کی باتیں جاتی ہیں اور کوئی نہیں سوچتا شادی سے پہلے جو لڑکی گھومنے کی شوقین، کھانے پینے کی رسیا، پڑھنے کی شوقین خوشبوؤں میں بسنے والی، میٹھا بولنے والی، دھیما چلنے والی کہاں گم ہو گئی؟ وہ کیوں زبان کی تلخ، کپڑے لتے سے بےفکر ہو گئی، جو ملا کھا لیا، ہر وقت کی جلدی میں کیوں رہتی ہے، ٹک سک سے تیار رہنے والی حال سے بےحال ہو کے صرف خاندانی شادیوں اور دعوت میں ہی تیار کیوں ہوتی ہے؟

کیا وہ شادی سے پہلے کوئی ٹریننگ حاصل کرتی ہے بچے پالنے اور گھر کے کام کاج کرنے کی؟

کیا وہ شادی ان ساری ذمہ داریوں کو پورا کرنے کے لئے کرتی ہے؟

کیا وہ شادی گھر کے کاموں کے لئے کرتی ہے؟

کیا وہ شوہر کے اشاروں پہ چلنے کے لئے اپنے ماں باپ چھوڑتی ہے؟

کیا وہ سسرالی رشتے داروں کے طعنے سننے کے لئے شادی کرتی ہے؟

کیا وہ ڈھیر جہیز ملنے کے لئے شادی کرتی ہے؟

جب شوہر ایک دن کے بچے، کو اٹھاتے ڈرتا ہے تو یقین جانیں بیوی بھی ڈرتی ہے، جب ایک لڑکا سسرال میں جا کے "ایزی" فیل نہیں کرتا تو اس کا بھی یقین رکھیں وہ انجان لڑکی بھی ایک قیامت سے گزرتی ہے پورے سسرال کے مزاج کو سمجھنے میں، جب ایک لڑکا اپنی معاشی ذمہ داریوں سے گھبرا جاتا ہے تو یقین مانیئے وہ لڑکی بھی ایک جیسی روٹین، گھر کے کاموں کی ذمہ داریوں سے اوب جاتی ہے۔

جب وہ لڑکا بچوں کی تعداد یا ان کے اسکول کالج کی فیس سے ٹینشن میں آتا ہے تو ایسا کیسے ممکن ہے وہ لڑکی جو چوبیس گھنٹے گھر میں رہتی ہے وہ ٹینشن نا برداشت کرے۔

جب لڑکا اتوار کو دن چڑھے سوتا ہے تو کیا لڑکی کا دل نہیں کرتا ایک دن کی چھٹی مل جائے کچن سے؟

جب لڑکا اتوار کے دن دوستوں میں جا سکتا ہے تو اس لڑکی کا دل پتھر کا تو نہیں بنا جو شادی کے بعد پچھلے سارے رشتے ناطے تیاگ ڈالے؟

بات صرف احساس کی ہے، وہ رفتہ رفتہ ختم ہوتا ہے ہر رشتہ اپنی موت آپ مرجاتا ہے..... اس لیے عورت کا احترام کرنا چاہیے۔

نانی کو زکوٰۃ نہیں دی جا سکتی

مفتی منیب الرحمٰن

سوال: کیا میں اپنی ساس کو زکوٰۃ دے سکتا ہوں یا میرا بیٹا اپنی نانی کو زکوٰۃ دے سکتا ہے؟ ہم دونوں کا کاروبار مشترکہ ہے۔ (عبداللہ، لاہور)

جواب: آپ اپنی ساس کو زکوٰۃ دے سکتے ہیں، لیکن آپ کا بیٹا اپنی نانی کو زکوٰۃ نہیں دے سکتا، کیونکہ اپنی اصل یعنی ماں باپ، دادا دادی، نانا نانی وغیرہم جن کی اولاد میں یہ ہے (۲) اور اپنی اولاد بیٹا بیٹی، پوتا پوتی، نواسا نواسی وغیرہم کو زکوٰۃ نہیں دے سکتا۔ اگرچہ کاروبار مشترک ہے، لیکن دونوں اپنے اپنے اموال کی زکوٰۃ ادا کریں گے۔

نماز کے مسائل!

مولانا ڈاکٹر عبدالرزاق اسکندر

سوال: ۔ باجماعت نماز کی صورت میں تیسری اور چوتھی رکعت میں کہ جب امام بہ آواز بلند تلاوت نہ کر رہے ہوں، اس وقت مقتدی کا خود تلاوت کے متعلق کیا حکم ہے؟ نیز اگر یہ غلط ہے تو پچھلی ادا کردہ نمازوں کی صحت کا کیا حکم ہے؟

؟-التحیات کے آخر میں کلمۂ شہادت پورا پڑھنا یا کچھ حذف کرنا کیسا ہے؟

دورانِ جماعت کون سے کلمات ہیں جو امام بہ آواز بلند پڑھے، تو مقتدی کے لیے بھی ان کا پڑھنا لازم/افضل ہے؟ (محمد دانیال احمد، ملتان)

جواب: 1۔ باجماعت نماز میں تیسری اور چوتھی رکعت میں بھی جب امام بہ آواز بلند تلاوت نہ کر رہا ہو، خود تلاوت کرنا جائز نہیں، اس حالت میں بھی خاموش ہی رہنا چاہیے، البتہ اگر تلاوت کر لی جائے تو نماز فاسد نہیں ہوتی، اس لیے ان رکعتوں میں امام کے پیچھے اگر تلاوت کی ہے تو وہ نمازیں لوٹانا واجب نہیں۔ (ردالمحتار فصل فی القراءۃ ج ۱ ص ۸۰۵۔ ط۔ س۔ ج ۱ ص ۵۴۴)

2- التحیات کے آخر میں کلمۂ شہادت مکمل پڑھنی چاہیے، اس کا کچھ حصہ حذف کرنا درست نہیں۔ (سنن الترمذی ۵۶، ونحوہ فی الصحیح البخاری ۵۱۱۱)

3- نماز میں امام جو تکبیریں ایک رکن سے دوسرے رکن کی طرف منتقل ہونے کے لیے کہتا ہے اور جب سمع اللہ لمن حمدہ کہے تو اس کے جواب میں ربنا لک الحمد کہے اور جب سلام پھیرے تو امام جیسے کلمات کہے۔ (بدائع الصنائع، کتاب الصلاۃ، بیان سنن الصلاۃ ۱/۲۰۷)

☆☆☆

کامیاب لوگ اور بڑے فیصلے

لیاقت علی جتوئی

ہم اپنی عملی زندگی میں روزانہ کی بنیاد پر کئی فیصلے لے رہے ہوتے ہیں۔ کولمبیا یونیورسٹی کی ایک تحقیق کے مطابق، ہم روزانہ تقریباً 70 چھوٹے بڑے فیصلے لیتے ہیں۔ کچھ چھوٹے فیصلے ہوتے ہیں، جیسے کیا کھانا ہے، آج کس طرف سے دفتر جانا ہے یا پھر کام کو انجام دینے کی ترتیب کیا ہوگی۔ کچھ زیادہ مشکل فیصلے ہوتے ہیں، جیسے نوکری کی دو آفرز میں سے ایک کا انتخاب کرنا، اپنے پیاروں کے ساتھ رہنے کے لیے دوسرے شہر منتقل ہونا اور کسی بُرے شخص کو اپنی زندگی سے علیحدہ کرنا۔

ایک دن میں کئی درجن فیصلوں کے پیشِ نظر ہمیں یہ سیکھنے کی ضرورت ہے کہ فیصلے لینے کی ترجیحی ترتیب کیا ہو اور انھیں زندگی میں خوشی اور کامیابی حاصل کرنے کے لیے کس طرح استعمال کیا جائے۔

چھوٹے فیصلے روزمرہ کا حصہ

فیصلہ سازی کا عمل آپ کے جسمانی مسلز کی طرح کام کرتا ہے۔ دن بھر فیصلے لیتے لیتے آپ کی مؤثر فیصلے سازی کی صلاحیت متاثر ہو جاتی ہے۔ اس صورتِ حال سے بچنے کے لیے کامیاب لوگ چھوٹے فیصلوں کو اپنے روزمرہ کا حصہ بنا لیتے ہیں۔ اس طرح وہ زیادہ پیچیدہ فیصلوں کے لیے اپنے دماغ کو محفوظ رکھ پاتے ہیں۔

سابق امریکی صدر بارک اوباما نے ایک بار کہا تھا "آپ دیکھتے ہوں گے کہ میں صرف سرمئی مائل اور نیلے رنگ کے سوٹ پہنتا ہوں۔ میں فیصلے لینے پر اپنا وقت کم خرچ کرنا چاہتا ہوں۔ میں اپنا وقت یہ فیصلہ کرنے میں برباد نہیں کرنا چاہتا کہ میں کیا کھاؤں گا اور کیا پہنوں گا کیونکہ مجھے کئی اور زیادہ اہم فیصلے کرنے ہوتے ہیں"۔

بڑے فیصلے صبح لیں

اس سے پہلے کہ آپ کی فیصلہ سازی کا عمل تھکاوٹ کا شکار ہونے لگے، اپنے بڑے اور اہم فیصلے صبح صبح لے لیا کریں کیونکہ اس وقت آپ کا ذہن بالکل تروتازہ ہوتا ہے۔ جب آپ کو بہت سارے فیصلے کرنے ہوں اور چھوٹے چھوٹے ہنگامی فیصلے آپ کا وقت کھانے لگیں (جیسے فون کالز اور ای میل پیغامات کے جوابات) تو سارے اہم اور پیچیدہ معاملات پر صبح صبح فیصلہ کر لیں اور انھیں نمٹا لیں۔

ایسا ہی ایک اور لائحہ عمل یہ ہے کہ آنے والے کل کے کچھ چھوٹے چھوٹے فیصلے آپ ایک رات قبل ہی لے لیا کریں، مثلاً اگلے دن کا سوٹ رات میں ہی نکال کر رکھ دیں تاکہ صبح آپ کو اس پر ایک لمحہ بھی صرف نہ کرنا پڑے۔

آپشنز کا حقیقت پسندانہ جائزہ لیں

کامیاب لوگ بڑے فیصلے لیتے وقت اس سے جڑے تمام دستیاب اور ممکنہ آپشنز کا بغور جائزہ لیتے ہیں کیونکہ وہ جانتے ہیں کہ ایسے کرنے کے بعد ان کے لیے فیصلہ لینا نہ صرف آسان ہو جائے گا بلکہ اس کے بہتر نتائج بھی برآمد ہوں گے۔ ایک فیصلہ لینے کے ممکنہ معیارات کچھ اس طرح ہو سکتے ہیں: یہ فیصلہ مجھے کس طرح فائدہ پہنچائے گا؟

مجھے اس کا ممکنہ نقصان کیا ہو سکتا ہے؟ یہ فیصلہ فلاں شخص یا معاملے پر کس طرح اثرانداز ہوگا؟ کیا یہ فیصلہ میرے اقدار کے مطابق ہے؟ کیا اس فیصلے پر بعد میں مجھے پچھتاوا تو نہیں ہوگا؟ کیا مجھے بعد میں یہ فیصلہ نہ کرنے پر افسوس تو نہیں ہوگا؟

اپنے جذبات پر توجہ دیں

ایک کہاوت ہے کہ "عارضی جذبات میں بہہ کر مستقبل کے فیصلے مت لیا کریں"۔ کامیاب لوگ اپنے جذبات کو سمجھتے، تسلیم کرتے اور ان کے اپنے رویے پر پڑنے والے اثرات سے باخبر ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ وہ ہر ممکن حد تک اپنے فیصلوں کو معروضی حالات اور عقل کی روشنی میں دیکھ پاتے ہیں۔ بدقسمتی سے، بہت سارے لوگ اپنے جذبات کو سمجھنے اور انھیں سنبھالنے کی صلاحیت سے محروم ہوتے ہیں۔ ایک سروے کے مطابق صرف 36 فیصد لوگ اپنے جذبات کو سمجھتے اور درست فیصلے کر پاتے ہیں۔

> عارضی جذبات میں بہہ کر مستقبل کے فیصلے مت لیا کریں"۔ کامیاب لوگ اپنے جذبات کو سمجھتے، تسلیم کرتے اور ان کے اپنے رویے پر پڑنے والے اثرات سے باخبر ہوتے ہیں۔

بڑے فیصلوں کو وقت دیں

کسی بڑے معاملے پر جو فیصلہ آپ نے کل لینا ہے وہ آج لے لیں اور سو جائیں۔ اگلی صبح تک آپ کے تمام جذبات ٹھنڈے ہو چکے ہوں گے اور آپ کسی بھی جذبات یا تعصب کے بغیر خالص میرٹ پر فیصلہ کرنے کے قابل ہو چکے ہیں۔ اکثر جلد بازی کے فیصلے جذبات کا شکار ہو جاتے ہیں اور آپ خود کو نقصان پہنچا بیٹھتے ہیں۔ مزید برآں، کامیاب لوگ جانتے ہیں کہ بڑے فیصلے لینے سے پہلے اس سے جڑی تمام معلومات تک رسائی حاصل کرنا کس طرح اہم ہے، تاہم تمام معلومات کے بعد وہ حتمی رائے خود بناتے ہیں۔

ایک اور اہم بات یہ کہ وہ ایک فیصلہ لینے کے لیے چاند کے زمین پر اترنے کا انتظار نہیں کرتے بلکہ ایک حقیقت پسندانہ ٹائم لائن بناتے ہیں، جس کے مطابق انھیں بروقت فیصلے لینے ہوتے ہیں۔

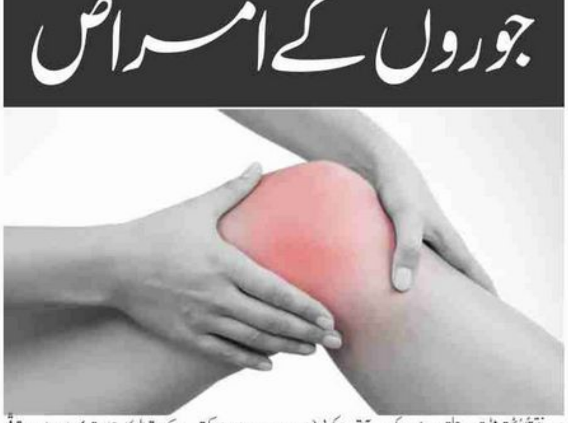
خود کو تروتازہ رکھنے کیلئے ورزش کرنا

ایک بڑے فیصلے کا دباؤ فطری طور پر کارٹیسول پیدا کرتا ہے۔ کارٹیسول ایک ایسا کیمیکل ہے جو ذہن کو 'لڑنے یا بھاگ جانے' کا فیصلہ لینے پر مجبور کرتا ہے کیونکہ یہ ذہن کی سوچنے کی صلاحیت کو مفلوج کر دیتا ہے۔ جب ایک فیصلہ آپ کو تھکانے لگے تو ورزش کرنے کی کوشش کریں۔ محض 30 منٹ کی تیز رفتار چہل قدمی بھی آپ کے جسم میں اینڈورفن نامی کیمیکل کی پیداوار کو بڑھا دیتی ہے، جو ذہنی دباؤ اور تھکاوٹ کو دور کرتا ہے۔ ورزش آپ کے کارٹیسول کیمیکل کو درست استعمال میں لاتے ہوئے 'لڑنے یا بھاگ جانے' کی ذہنیت کو مار دیتی ہے۔ تحقیق سے ثابت ہو چکا ہے کہ طویل عرصے تک ورزش کرنے کی عادت دماغ کے ان حصوں کی کارکردگی کو فروغ دیتی ہے جو فیصلہ سازی کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔

دوسروں سے مشاورت کریں

یہ انسانی فطرت ہے کہ وہ ایک فیصلہ لے کر اسے درست ثابت کرنے والی معلومات کو اکٹھا کرتے ہیں، بجائے اس کے کہ وہ کثیر الجہتی معلومات حاصل کرنے کے بعد کسی درست فیصلے پر پہنچنے کی کوشش کریں۔ کامیاب لوگ اس صورتِ حال سے بچنے کے لیے دوسروں سے مشورہ کرتے ہیں۔ ان کے نقطۂ نظر کی روشنی میں وہ اپنے فیصلوں میں جذباتی اور غیر منطقی پہلوؤں کو الگ کرتے ہوئے درست فیصلے کر پاتے ہیں۔

جوڑوں کے امراض



ڈاکٹر شوکت سعدی، کراچی

جس طرح ہڈیاں ہمارے جسم کے ڈھانچے اور جسمانی ساخت کی برقراری کے لیے جزوِلازم ہیں، اسی طرح ہڈیوں کے سروں پر واقع جوڑ بھی ہمیں متحرک رکھنے کے لیے ازحد ضروری ہیں۔ ساخت کے اعتبار سے جوڑوں کو دو اقسام میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔ چہرے اور کاسہ سر کی ہڈیاں سپاٹ پرت کی شکل میں ہوتی ہیں اور ان کے سرے پیدائش کے بعد، ایک دوسرے سے چپک کر ناقابلِ حرکت جوڑ بنا لیتے ہیں، جب کہ اس عضو کے علاوہ جسم کی باقی تمام ہڈیاں متحرک جوڑ بناتی ہیں۔ جیسے ہاتھ، پیر اور گردن کے مہرے وغیرہ۔ حرکت کے اعتبار سے بھی جوڑوں کی تین بڑی اقسام ہیں۔ اول قسم میں وہ جوڑ شامل ہیں، جن کا دائرۂ حرکت بہت وسیع ہے، مثلاً کندھے اور کولھے کے جوڑ۔ واضح رہے کہ چلنا پھرنا، دوڑنا، کھیلنا اور محنت مزدوری کے لیے حرکت کرنا انہی جوڑوں کے مرہونِ منت ہے۔ دوسری قسم ایسے جوڑوں کی ہے، جو دائرے کی بجائے ایک ہی سمت میں حرکت کے پابند ہوتے ہیں۔ جس طرح دروازے اور چوکھٹ میں لگے قبضے کی مدد سے دروازے کا ایک سمت میں حرکت کرنا۔ یہ جوڑ عام طور پر چھوٹے ہوتے ہیں، مثلاً انگلیوں، کہنی اور ریڑھ کی ہڈی کے جوڑ وغیرہ۔ نیز، کچھ جوڑ بہت محدود حرکت کرتے ہیں، لیکن ایک لچک دار متحرک جسم کے لیے ان کا موجود ہونا بھی بے حد ضروری ہے، جیسے کلائی اور ٹخنے کے جوڑ۔ ساخت کے اعتبار سے بڑے اور چھوٹے جوڑوں کی درجہ بندی کے علاوہ ان کے افعال کے لحاظ سے بھی انھیں پکارا جاتا ہے۔ مثلاً کولھے، گھٹنے اور ٹخنوں کے جوڑ، چوں کہ جسم کا وزن سہارتے ہیں، اس لیے انہیں طبّی اصطلاح میں "Weight Bearing" یعنی وزن جھیلنے والے جوڑ کہا جاتا ہے۔

اصل میں جوڑ دو یا زائد ہڈیوں کے ملنے سے بنتے ہیں اور ان ہڈیوں کو ایک دوسرے سے جوڑنے والے مقام پر ایک ملائم اور کرکری ہڈی کارٹیلیج "Cartilage" کی ایک تہہ لازماً پائی جاتی ہے، جو ایک کشن کی مانند ہڈیوں کے سروں کو رگڑنے اور گھسنے سے بچاتی ہے۔ جوڑ کے دونوں سرے انتہائی مضبوط، لیکن لچک دار، ریشے دار ڈوریوں یا رباط (Ligament) کی مدد سے بندھے ہوتے ہیں اور آخر میں تمام جوڑ ایک مضبوط جھلی سے بنی تھیلیوں میں محفوظ ہوتے ہیں، جن کے اندر چکنا، لیس دار مادّہ ہڈیوں کے سروں کو رگڑ سے بچانے کے علاوہ حرکات میں آسانی بھی پیدا کرتا ہے۔ طبّی اصطلاح میں اس تھیلی کو "Joint Capsule" اور چکنے مادّے کو "Synovial fluid" کہا جاتا ہے۔ اگر یہ جوڑ کسی بھی وجہ سے متاثر ہوجائیں، تو آرتھرائٹس، جسے عرفِ عام میں جوڑوں یا گٹھیا کا مرض کہا جاتا ہے، لاحق ہوجاتا ہے۔ آرتھرائٹس یا جوڑوں کا درد، دراصل ایک انتہائی تکلیف دہ مرض ہے، جو بعض اوقات نہ صرف معذوری کا سبب بن جاتا ہے، بلکہ چال میں ٹیڑھا پن بھی پیدا کردیتا ہے۔ اس مرض میں ہڈیوں کے جوڑوں پر سوزش یا ورم آجاتا ہے، جس کے باعث جوڑوں کو حرکت دینے میں شدید قسم کا درد ہوتا ہے۔ اگر علامات کی بات کی جائے، تو مرض کی اقسام کے اعتبار سے علامات بھی مختلف ہیں۔ تاہم، سب سے عام علامت جوڑوں پر سوجن اور درد ہے۔ جب کہ دیگر علامات میں جوڑوں کی کم زوری، حرکت کا محدود ہوجانا اور جوڑوں کے اطراف کے عضلات کی موٹائی میں کمی، زیادہ چلنے کے بعد اور رات سوتے ہوئے شدید درد (کیوں کہ دورانِ نیند کروٹ لی جاتی ہے، تو جوڑ کے ہلنے سے درد کی ٹیسیں اٹھتی ہیں)، پیروں کا ٹیڑھا پن اور ٹانگیں سیدھی کرنے میں دشواری محسوس ہونا وغیرہ شامل ہیں۔ مرض شدت اختیار کرجائے تو پھر کم حرکت میں بھی ناقابلِ برداشت درد ہوتا ہے، جو آرام کرنے سے بھی ختم نہیں ہوتا۔

جوڑوں کے امراض کی تقریباً پچاس سے زائد اقسام ہیں، جن میں چار اقسام کے عوارض زیادہ عام اور عمر کے کسی بھی حصّے میں لاحق ہوسکتے ہیں۔ ان میں آسٹیو آرتھرائٹس (Osteo Arthritis) یعنی جوڑوں کے جھڑنے کی بیماری، خصوصاً ہمارے مُلک میں عام ہے۔ یہ عارضہ عموماً 30 سے 40 برس یا اس سے زائد عمر کے بعد بالخصوص فربہ افراد کو اپنا شکار بناتا ہے۔ تاہم، اس عارضے کی شرح خواتین میں زیادہ بلند ہے۔ آسٹیو آرتھرائٹس رفتہ رفتہ بڑھتا ہے اور وزن جھیلنے والے جوڑ یعنی کولھے، گھٹنے اور ٹخنے کے جوڑوں کو متاثر کردیتا ہے۔ ہڈیوں کے سروں پر موجود ملائم ہڈی کارٹیلیج گھس جاتی ہے اور ہڈیاں رگڑ کھانے لگتی ہیں۔ نتیجتاً اٹھتے بیٹھتے اور چلتے ہوئے درد کی شدید لہر اٹھتی ہے۔ بعض اوقات جوڑ چھونے اور دبانے سے بھی دُکھن محسوس ہوتی ہے۔ خاص طور پر صبح بیدار ہونے پر جوڑ سخت اور جکڑے ہوئے محسوس ہوتے ہیں اور پہلے کی طرح لچک دار نہیں رہتے۔ جوڑوں کا دائرۂ حرکت کم ہوجاتا ہے اور وہ اپنی مکمل صلاحیت کے مطابق کھل، بند نہیں ہوسکتے۔ عموماً جوڑوں میں حرکت کے دوران کڑکڑانے کی آوازیں آتی ہیں، جیسے خشک کاغذ کو مروڑا جا رہا ہو۔ اسے "Crackling Sounds" کہا جاتا ہے۔ مرض لاحق ہونے کی بنیادی وجہ موٹاپا ہے، جب کہ دیگر وجوہ میں حادثے یا کھیلنے کے دوران چوٹ لگنا (اکثر کھلاڑی اور پہلوان اپنی جوانی میں لگی کسی ضرب کے درد کو بڑھاپے میں محسوس کرتے ہیں)، ہڈیوں میں پیدائشی نقص یا خوراک کی کمی سے ہڈیوں کی نشوونما نہ ہونا شامل ہیں۔ ماہرِ امراضِ ہڈی، جوڑ عموماً تشخیص کے لیے عام ایکس رے تجویز کرتا ہے، جس کے ذریعے ہڈیوں کے سروں کو باآسانی گھسا ہوا دیکھا جاسکتا ہے۔ علاوہ ازیں، معالج ایک آلے کی مدد سے بڑے جوڑ جیسے گھٹنے کا اندرونی معائنہ کرتا ہے، جسے آرتھروسکوپی (Arthroscopy) کہتے ہیں۔ تاہم، خون کا نمونہ لے کر کوئی ٹیسٹ نہیں کیا جاتا۔ علاج کے لیے عمومی طور پر درد کی شدت کم کرنے کے لیے ادویہ تجویز کی جاتی ہیں۔ تاہم، ان سے مرض یک سر ختم نہیں ہوتا۔ بعض کیسز میں معالج، جوڑ کے اندر لگائے جانے والے مخصوص انجیکشنز بھی تجویز کرتے ہیں۔ اس سے جوڑ کا لعاب، بہتر ہو جاتا ہے۔ علاج کے لیے ڈاکٹر کا ماہر اور تجربہ کار ہونا از حد ضروری ہے۔ بصورتِ دیگر جوڑ میں انفیکشن ہوکر پیپ بھی پڑسکتی ہے۔ اگر ہڈیوں کے سرے اس حد تک گِھس چکے ہوں کہ ادویہ اور انجیکشن دونوں ہی موثر ثابت نہ ہوں تو پھر پورے جوڑ کو آپریشن کے ذریعے تبدیل کردیا جاتا ہے۔ یہ طریقۂ علاج کولھے اور گھٹنے کے جوڑوں کے لیے بہت کام یاب ہے۔ اس میں سرجری کے ذریعے متاثرہ جوڑ نکال کر مصنوعی دھات سے بنا ہوا جوڑ فٹ کردیا جاتا ہے۔ یہ علاج مہنگا ہے اور چند ہی اسپتالوں میں اس کی سہولت دستیاب ہے۔ موجودہ دَور میں ایسے امراض، جن کا تسلی بخش روایتی علاج ممکن نہ ہو، ان سے نجات کے لیے "Alternative Medicine" کے استعمال کا رجحان تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ ترقی یافتہ ممالک میں بھی مریض جڑی بوٹیوں سے علاج کروانا پسند کرتے ہیں۔ تاہم، اس بات کا خیال رہے کہ زیادہ تر اتائی علاج کے نام پر مضرِ صحت ادویہ بھی تجویز کرتے ہیں، جو ابتدا میں تو پر علامات کنٹرول کرلیتی ہیں، لیکن طویل استعمال کے بعد جسم کے ہر عضو کو ناکارہ کرکے موت تک کا سبب بن جاتی ہیں۔ علاوہ ازیں، مریض کو ادویہ کے ساتھ مخصوص ورزش یا فزیوتھراپی کا بھی مشورہ دیا جاتا ہے، جو مرض کی شدّت کم کرنے میں اکسیر ثابت ہوتی ہیں۔ اس ضمن میں کسی ماہر فزیوتھراپسٹ ہی سے رابطہ کیا جائے، تو بہتر ہے۔ بعض اوقات از خود ورزش سے بہتری کی بجائے جوڑ مزید خراب ہوجاتے ہیں۔ علاوہ ازیں، درد اور ورم کی شدّت کم کرنے کے لیے مخصوص پٹی، کشن اور موزے وغیرہ بھی استعمال کروائے جاتے ہیں۔

ریوماٹائڈ آرتھرائٹس (Rheumatoid Arthritis): یہ مرض جسم کے چھوٹے جوڑ، خاص طور پر ہاتھوں کی انگلیوں کے جوڑوں کو متاثر کرتا ہے اور جوڑ ورم زدہ ہو کر سُرخ ہوجاتے ہیں، جس سے مریض شدید تکلیف محسوس کرتا ہے۔ خواہ کتنا ہی آرام کیا جائے، درد کی شدّت میں کمی نہیں آتی۔ علاج کے باوجود انگلیاں ٹیڑھی میڑھی اور بدوضع ہوجاتی ہیں اور جوڑوں کے سخت اور منجمد ہونے کے باعث مریض روزمرہ امور بھی انجام نہیں دے سکتا۔ بعد ازاں عمر بھر کے لیے معذور بھی ہوجاتا ہے۔ ایسے مریضوں کے لیے ترقی یافتہ ممالک میں مخصوص نرسنگ ہوم ہیں، جہاں تربیت یافتہ عملہ یا رضا کار انہیں بنیادی ضروریات مثلاً کھانا کھلانے، کپڑے پہننے جیسے امور انجام دینے میں مدد فراہم کرتے ہیں۔ طبّی اعتبار سے یہ مرض جسم کے مدافعتی نظام کے خراب ہونے سے لاحق ہوتا ہے۔ جس میں جسم کے سفید خلیے اور ان سے خارج شدہ کیمیکل جوڑوں کے تمام حصّے یعنی ملائم ہڈی کارٹیلیج، جوڑ کے رباط اور جھلی پر اثر انداز ہوکر انہیں آپس میں چپکا کر حرکت سے محروم کردیتے ہیں، جو عام طور پر عمر بھر کی معذوری کا سبب بن جاتا ہے۔ اگر درد اور سوجن ٹھیک بھی ہوجائے، تب بھی جوڑ کی حرکت بحال نہیں ہوتی۔ تشخیص کے لیے ایکس رے، الٹرا ساؤنڈ اور ایم آر آئی کیا جاتا ہے۔ علاوہ ازیں، خون کے ٹیسٹ "Rheumatoid factor" سے بھی مرض کی تشخیص میں خاصی مدد ملتی ہے۔ علاج کے ضمن میں درد رفع کرنے کی ادویہ تجویز کی جاتی ہیں اور اگر مرض شدّت اختیار کرلے، تو ماہر ڈاکٹر اپنی نگرانی میں ایسی مخصوص ادویہ تجویز کرتے ہیں، جن سے ورم اور درد ٹھیک ہوجاتا ہے اور جوڑ مستقل معذوری سے بھی محفوظ رہتے ہیں۔ اگر جوڑ ٹیڑھے اور منجمد ہوجائیں، تو پھر سرجری کی جاتی ہے۔ یہ مرض پاکستان میں عام نہیں۔ یورپی ممالک میں اس مرض کے علاج کے لیے مخصوص اسپتال اور تربیت یافتہ عملہ میسّر ہے۔

گاؤٹ آرتھرائٹس (Gout Arthritis): یہ قسم عام طور پر مَردوں کو زیادہ متاثر کرتی ہے۔ یہ مرض خون میں ایک فاسد مادّے، یورک ایسڈ کے زیادہ جمع ہوجانے سے لاحق ہوتا ہے۔ عام حالات میں یہ مادّہ اگر مناسب مقدار میں بن رہا ہو اور گُردوں کا فعل بھی درست ہو تو یہ پیشاب کے ذریعے خارج ہوجاتا ہے، لیکن اگر خوراک میں گوشت یا پروٹین کی زیادتی سے یورک ایسڈ زیادہ مقدار میں بنے یا گُردوں کا فعل کم ہوجائے، تو پھر خون میں اس کی مقدار بڑھنے لگتی ہے۔ یوں یورک ایسڈ نمک کی شکل میں جوڑوں کی جھلی پر اثر انداز ہوکر انہیں متورم کردیتا ہے۔ بروقت تشخیص اور درست علاج کی صورت میں، جوڑوں میں کوئی مستقل معذوری یا پیچیدگی نہیں ہوتی۔ اس کی مخصوص اور واضح علامت پاؤں، خاص طور پر بڑے انگوٹھے کا جوڑ سُرخ اور متورم ہوتا ہے۔ گاؤٹ آرتھرائٹس کی تشخیص خون کے معائنے کے ذریعے کی جاتی ہے، جب کہ علاج بھی بہت آسان اور سستا ہے۔ اس مرض میں شیکسپیئر، آئن اسٹائن اور نیوٹن بھی مبتلا تھے، اسی لیے ایک عام خیال ہے کہ یہ عارضہ ذہین افراد کو اپنا شکار بنالیتا ہے، تاہم طبّی اعتبار سے یہ کوئی اہم تشخیصی نکتہ نہیں۔ اس مرض میں ادویہ تجویز کی جاتی ہیں، جب کہ گائے کے گوشت اور چند سبزیوں سے پرہیز کی سخت تاکید کی جاتی ہے، تاکہ خون میں یورک ایسڈ زائد مقدار میں جمع نہ ہوسکے۔

ریومیٹک فیور (Rheumatic Fever): اس مرض کو عرفِ عام میں "گٹھیا کا بخار" کہا جاتا ہے، جو زیادہ تر بچّوں اور نوعمر افراد کو متاثر کرتا ہے۔ اس مرض کی ابتدا گلے کے انفیکشن سے ہوتی ہے۔ اصل میں مرض کا سبب بننے والا جرثومہ حلق میں انفیکشن پیدا کرنے کے ساتھ جسم کے مدافعتی نظام کو بھی متحرک کردیتا ہے۔ یعنی مدافعتی نظام اپنے ہی جسم سے لڑنے لگتا ہے، جس کے نتیجے میں جوڑ متاثر ہوجاتے ہیں، اسے آٹوامیون ڈس آرڈر بھی کہتے ہیں۔ یا یوں بھی کہا جاسکتا ہے کہ اس ردِعمل کے بعد تیار ہونے والی اینٹی باڈیز بسا اوقات غلطی سے اپنے ہی جسم کے خلیوں کو تباہ کرنا شروع کردیتی ہیں۔ واضح رہے کہ اس مرض کی لپیٹ میں صرف جوڑ ہی نہیں آتے، بلکہ اس سے جلد اور دل کے خلیات بھی متاثر ہوجاتے ہیں۔ اگرچہ جوڑ اور جلد پر ظاہر ہونے والے اثرات وقتی ہوتے ہیں، جو علاج کے بعد ٹھیک ہوجاتے ہیں، لیکن دل پر مرتّب شدہ اثرات تاعمر برقرار رہتے ہیں اور بعد ازاں دل کے والوز کے کم زور یا پھر ناکارہ ہونے کی وجہ بن جاتے ہیں۔ اگر بروقت تشخیص اور علاج ہوجائے، تو نہ صرف جوڑوں کے درد کی تکلیف سے نجات مل جاتی ہے، بلکہ دل کی پیچیدگی سے بھی محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ (مضمون نگار ماہرِ امراض جلد ہونے کے ساتھ جنرل فزیشن بھی ہیں)

ڈینٹل کیریز

ڈاکٹر رانا محمد اطہر،

بنی آدم کو عطا کردہ بتیس دانت، اللہ جل شانہ کا ایک اَن مول تحفہ ہیں، جن کی جتنی بھی ہوسکے، حفاظت اور قدر کرنی چاہیے۔ اکثر افراد اس نعمت کی ناقدری کرتے ہوئے دانتوں کی باقاعدہ حفاظت اور نگہداشت کا قطعاً خیال نہیں رکھتے، نتیجتاً دانتوں کے مختلف عوارض کا شکار رہتے ہیں۔ اصل میں مختلف اشیاء اور غذائیں کھانے سے اُن میں شامل کیمیائی مادّے دانتوں کی سطح پر جم کر ایک تہہ بنا دیتے ہیں۔ پھر جب کوئی اور شے کھائی جائے تو انہی مادّوں کی ایک اور تہہ دانتوں پر جم جاتی ہے۔ اس طرح کئی تہیں دانتوں پر جمنے لگتی ہیں۔ اگر سُستی، کاہلی، لاپروائی کی وجہ سے دانتوں کی صفائی کا خیال نہ رکھا جائے، تو پھر یہ ایک سے زائد کیمیائی مادّوں کی تہیں آپس میں مل کر ردِعمل ظاہر کرتی ہیں اور دانت کا کچھ حصّہ متاثر ہوکر سیاہ پڑ جاتا ہے، جسے عرفِ عام میں "کیڑا لگنا"، جب کہ طبّی اصطلاح میں ڈینٹل کیریز (Dental Caries) کہا جاتا ہے۔ واضح رہے کہ دانت کا کیڑا کوئی جان دار شے نہیں، بلکہ یہ وہ متاثرہ جگہ ہوتی ہے، جو کیمیائی ردِعمل سے سیاہی مائل ہوجاتی ہے۔ بعض اوقات یہ کیریز کسی ایک دانت کو نہیں، بلکہ تمام دانتوں کو متاثر کردیتی ہے۔

دراصل کیریز ایک ایسا مرضیاتی عمل ہے کہ جس کے نتیجے میں دانتوں کی سخت بافتیں نرم ہوجاتی ہیں اور یہ آگے چل کر دانتوں میں گڑھے یا سوراخ (Cavity) کا سبب بن جاتا ہے۔ اس تعریف کی رُو سے بخوبی اندازہ ہوتا ہے کہ اس پورے عمل کے نتیجے میں بالائی یا زیریں جبڑے کے کسی بھی دانت میں سوراخ ہوسکتا ہے۔ دانت کے اس سوراخ کو پانچ گروپ میں منقسم کیا گیا ہے اور ہر سوراخ کو ایک رومن نمبر سے موسوم کیا جاتا ہے۔ آسان فہم انداز میں کہا جاسکتا ہے کہ یہ کیویٹیز کسی بھی عُمر کے افراد میں ہوسکتی ہیں، چاہے وہ دس سال سے کم عُمر بچّے ہی کیوں نہ ہوں۔ فوری علاج کے لیے ایک ماہرِ دندان ساز مرض کی شدّت اور متاثرہ دانت دیکھ کر ہی فیصلہ کرتا ہے۔ اگر متاثرہ دانت میں سوراخ ہو، مگر درد نہیں، تو اسے فوری طور پر صاف کرکے فلنگ کردی جاتی ہے، جب کہ درد کی صورت میں سوراخ کی نوعیت کے اعتبار سے علاج کیا جاتا ہے۔ تاہم، بعض اوقات متاثرہ دانت کی حساسیت اس قدر بڑھ جاتی ہے کہ pulpitis کا مرض لاحق ہوجاتا ہے، جس کا علاج پھر آر سی ٹی یا پھر "pulpectomy" ہے۔ (مضمون نگار سینئر ڈینٹل سرجن ہیں)

بادام کھانے کا بہترین طریقہ کونسا ہے؟

اگر بے وقت بھوک لگے تو چپس یا بسکٹ کی بجائے مٹھی بھر بادام کھالیں، یہ وہ مثالی گری ہے جسے دن بھر کھایا جاسکتا ہے، جس سے نہ صرف جسمانی توانائی میں اضافہ ہوتا ہے بلکہ متعدد طبّی مسائل کا خطرہ بھی کم ہوتا ہے۔

طبی ماہرین کے مطابق بادام متعدد اجزاء کے حصول کا قدرتی ذریعہ ہے جن میں پروٹین اور صحت بخش چربی قابلِ ذکر ہیں۔

بادام وٹامن ای، غذائی فائبر، میگنیشیم، کاپر، زنک، آئرن، پوٹاشیم اور کیلشیئم سمیت 15 غذائی اجزاء جسم کو فراہم کرتے ہیں۔

مگر بادام کو کھانے کے طریقے کے حوالے کافی غلط فہمیاں بھی پائی جاتی ہیں، جن کے بارے میں ماہرین طب کی رائے درج ذیل ہے۔

کیا بادام روز کھانا نقصان دہ تو نہیں؟

بادام غذائی اجزا سے بھرپور میوہ ہے اور نظام صحت کے لیے متعدد طریقوں سے فائدہ مند ہے، یہ دل کے لیے تو بہت زیادہ فائدہ مند ہے جبکہ کولیسٹرول کی سطح کم کرتا ہے۔ اسی طرح یہ ہیموگلوبن A1C کی سطح میں کمی لاتا ہے جو کہ ذیابیطس کا خطرہ بڑھاتا ہے جبکہ بادام کھانے سے بلڈ گلوکوز لیول کو ریگولیٹ کرنے میں بھی مدد ملتی ہے، تو ان کا روزانہ استعمال صحت مند طرزِ زندگی اور جسمانی وزن کو کنٹرول میں رکھنے میں مدد دیتا ہے۔

کیا بادام چھلکے کے ساتھ کھانے چاہئے یا اتار کر؟

بادام پر موجود براؤن چھلکا بھی متعدد فوائد کا حامل ہوتا ہے، اس میں پولی فینولز کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے اور یہی اسے فائبر سے بھرپور میوہ بھی بناتا ہے۔

کیا فریج میں رکھنے سے باداموں کی غذائیت متاثر ہوتی ہے؟

فریج کسی بھی طرح باداموں کی غذائیت پر منفی اثرات مرتب نہیں کرتا، درحقیقت اس سے بادام کی زندگی بڑھانے میں مدد ملتی ہے۔

روسٹڈ بادام صحت بخش ہیں؟

اس حوالے سے کافی غلط فہمی پائی جاتی ہے مگر روسٹنگ سے باداموں پر کوئی منفی اثرات مرتب نہیں ہوتے، بس اس میں موجود پانی کی سطح ختم ہوجاتی ہے جس کے نتیجے میں دیگر ذائقہ اجزا کا اجتماع بڑھ جاتا ہے۔

یہ بھی پڑھیں: گریوں کے فوائد اور پکوان

بادام بھگو کر کھانا حافظے کے لیے فائدہ مند؟

حافظے کو تیز کرنے کے لیے بہت زیادہ بادام کھانے کی ضرورت نہیں، بس 8 سے 10 باداموں کو رات کو پانی میں بھگو کر صبح کھانا ہی موثر ثابت ہوتا ہے۔ ماہرین کے مطابق پانی میں بھگو کر بادام کھانا غذائی اجزا کو جسم میں آسانی سے جذب ہونے میں مدد دیتا ہے۔ اس کے علاوہ اس میں موجود وٹامن بی سکس پروٹینز کے میٹابولزم میں مدد دیتا ہے، جس سے دماغی خلیات میں آنے والی خرابیوں کی مرمت میں مدد ملتی ہے۔

تو بادام کھانے کا بہترین طریقہ کونسا ہے؟

باداموں کے استعمال کا بہترین طریقہ بس وہی ہے جو آپ کو پسند ہو، بس بہت زیادہ کھانے سے گریز کرنا چاہئے کیونکہ اعتدال ہی فائدہ پہنچاتا ہے، کسی بھی چیز کی زیادتی نقصان دہ ہوتی ہے۔

سبزے کے درمیان رہائش، دل کو رکھے صحتمند

کینٹکی، امریکہ: ایک چھوٹے سے عملی مشاہدے سے معلوم ہوا ہے کہ جو لوگ سرسبز مقامات کے پاس رہتے ہیں اور درختوں کے قریب ہوں وہ دماغی تناؤ کے کم کم شکار ہوتے ہیں۔ اس سے دل کی شریانوں کی صحت اچھی رہتی ہے اور وہ دل کے امراض اور فالج کے خطرے سے دور رہتے ہیں۔

دوسری جانب آبادی کی سطح پر سبزے میں رہنے والے افراد کو ہسپتال جانے کی ضرورت بھی کم پیش آتی ہے۔ اگرچہ یہ ایک چھوٹے پیمانے کا مطالعہ ہے تاہم اس کی تفصیلات جرنل آف دی امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن میں شائع ہوئی ہے۔ تاہم ماہرین ہر فرد پر اس کے یکساں اثرات کا دعویٰ نہیں کررہے۔

اس تحقیق کے لیے لوئی ویلی کینٹکی کے ایک ہسپتال میں 408 مریضوں کی خون اور پیشاب میں تناؤ اور امراضِ قلب کے بایومارکرز دیکھے گئے۔ ساتھ ہی ناسا کے سیٹلائٹ ڈیٹا اور یو ایس جی ایس سے ہر شخص کے قریب موجود سبزے کی تفصیلات بھی اس کے ڈیٹا کے ساتھ جمع کرکے پیش کی گئیں۔

ان میں سے جو لوگ سب سے زیادہ درختوں اور سبزے والے مقام پر رہتے تھے ان میں پیشاب میں ایپی نیفرائن کی مقدار سب سے کم تھی جو ذہنی تناؤ کو ظاہر کرتی ہے۔ جبکہ ان کی پیشاب میں آکسیڈیٹو اسٹریس کا ایک اور علامتی بایومارکر ایف ٹو آئسو پروسٹین بھی کم تھا۔ اگر یہ دونوں علامات زیادہ ہوں تو مریض انتہائی تناؤ کا شکار ہوسکتا ہے۔

ایک اور بات سامنے آئی کہ ہرے بھرے ماحول میں رہنے والے افراد کی قلبی شریانیں بہت اچھی حالت میں رہتی ہیں۔ اس رپورٹ کے مرکزی مصنف ڈاکٹر اورنی بھٹناگر نے کہا کہ فطری نظاروں کے قریب وقت گزارنے سے صحت پر حیرت انگیز اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

سروے میں شامل افراد کی اوسط عمر 51 برس تھی اور ان میں سے جو لوگ سبزے کے اطراف نہیں رہتے تھے ان میں کولیسٹرول، بلڈ پریشر اور تناؤ کی کیفیات دیکھی گئی تھیں۔ اسی بنا پر ماہرین نے کہا ہے کہ شہروں میں شجرکاری کی جائے اور سبزے کے قریب وقت گزارنے کو ترجیح دی جائے۔

وہ غذائیں جو زندگی کا دورانیہ مختصر کردیں

صحت ایسی قیمتی نعمت ہے جس سے محرومی پر ہی اس کی قدر ہوتی ہے مگر کیا آپ کو معلوم ہے کہ چند عام غذائیں اس کے لیے تباہ کن ثابت ہوتی ہیں؟

مگر ان غذاؤں کو ترک کرنا بھی بہت مشکل ہوتا ہے بلکہ ایسا اس وقت خاص طور پر ناممکن ہوجاتا ہے جب ہم غذاؤں کو فائدہ مند سمجھتے ہیں۔ ایسی ہی غذاؤں کے بارے میں جانیں جو بظاہر تو کسی طرح خطرناک نہیں لگتی مگر وہ فائدے کی بجائے نقصان پہنچاتی ہیں۔

میٹھے مشروبات

سافٹ ڈرنکس پینے کی عادت رکھنے والے افراد کو کسی اور مشروب کا انتخاب کرلینا چاہئے، امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کے مطابق یہ میٹھے مشروبات قبل از وقت موت کا خطرہ بڑھاتے ہیں، دن بھر میں ایک مشروب کو پینا ہی خون کی شریانوں سے جڑے امراض جیسے ہارٹ اٹیک یا فالج سے موت کا خطرہ دوگنا بڑھا دیتے ہیں۔ ایک اور تحقیق میں دریافت کیا گیا کہ روزانہ سافٹ ڈرنکس کو پینے کی عادت سیلولر ایجنگ پر اثرات مرتب کرتی ہے اور زندگی کے ساڑھے 4 سال کی کمی ہوسکتی ہے۔

مصنوعی مٹھاس

مصنوعی مٹھاس موٹاپے، ذیابیطس اور امراض قلب کا خطرہ بڑھاتی ہے، یہ مصنوعی مٹھاس عام چینی کے منفی اثرات کو زیادہ بڑھا دیتی ہے۔ ایک تحقیق میں دریافت کیا گیا کہ بہت زیادہ مصنوعی مٹھاس کا استعمال کرنے سے فالج اور دماغی تنزلی کا خطرہ بڑھتا ہے۔

نمکین غذائیں

اگر تو آپ کو زیادہ نمک کھانا پسند ہے تو خون کی شریانوں سے جڑے امراض، فالج اور دیگر بیماریوں کے لیے بھی تیار ہوجانا چاہئے۔ زیادہ نمک کھانا جسمانی عمر بڑھنے کی رفتار کو تیز کرتا ہے۔

جنک فوڈ

طبی سائنس نے دریافت کیا ہے کہ جنک فوڈ کا زیادہ استعمال کینسر کا خطرہ بڑھاتا ہے، عام طور پر یہ جنک فوڈ مٹھاس اور نمک سے بھرپور ہوتا ہے جس کے نتیجے میں ذیابیطس، موٹاپے اور امراض قلب کے ساتھ مختلف اقسام کے کینسر کا خطرہ بڑھتا ہے۔

پراسیس گوشت

پراسیس گوشت کا زیادہ استعمال بھی جلد موت کا خطرہ بڑھاتا ہے، ایک تحقیق میں دریافت کیا گیا کہ پراسیس شدہ گوشت کھانے کی عادت امراض قلب سے موت کا خطرہ 72 فیصد جبکہ کینسر سے موت کا خطرہ 11 فیصد تک بڑھا دیتی ہے۔

کینسر کا خطرہ بڑھانے والی غذائیں

متعدد غذائیں جو کینسر کا خطرہ بڑھاتی ہیں ان میں الکحل، سرخ اور پراسیس گوشت اور بہت زیادہ باربی کیو کھانا قابل ذکر ہیں۔

ٹرانس فیٹ سے بھرپور غذائیں

ٹرانس فیٹ وہ جز ہے جو کہ امراض قلب، فالج اور ذیابیطس ٹائپ ٹو کا خطرہ نمایاں حد تک بڑھاتا ہے، یہ نقصان دہ فیٹ بیکری میں بننے والی مصنوعات، کیک اور پیزا وغیرہ میں عام موجود ہوتا ہے۔

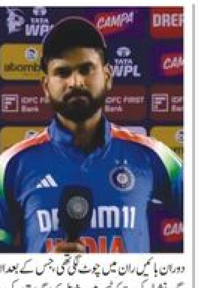
سپورٹس صورت حال

کسی بھی عوامی مسئلہ کیلئے ''صورتحال'' کو ان نمبرات پر فون کریں۔
0194-2477545, 9419069641

عاقب نبی اور تلک ورما بھی اسکواڈ میں شامل

(مانیٹرنگ ڈیسک)

ہندوستانی کرکٹ ٹیم کے بلے باز شریئس ایر نیوزی لینڈ کے خلاف آئندہ پانچ میچوں کی ون ڈے سیریز میں نائب کپتان کی حیثیت سے واپسی کریں گے۔ وہ سیریز کے پہلے تین میچوں میں نائب کپتان رہیں گے، جبکہ آخری دو مقابلوں میں ٹیم کی قیادت سنبھالیں گے۔ آخری دو میچوں کے لیے ایشان کشن کو نائب کپتان مقرر کیا گیا ہے۔ ہندوستان کے باقاعدہ ون ڈے کپتان شبھمن گل پہلے تین مقابلوں میں ٹیم کی قیادت کریں گے۔ اس انتظام کا مقصد گل کو ون ڈے سیریز کے بعد نیوزی لینڈ کے خلاف ہونے والی دو میچوں کی ٹیسٹ سیریز کی تیاری کا موقع فراہم کرنا ہے، جو ورلڈ ٹیسٹ چیمپئن شپ کا حصہ ہے۔ فاسٹ بولر پرسدھ کرشنا بھی پہلے تین ون ڈے میچوں کے لیے ٹیم میں واپس آئے ہیں، تاہم ان کی دستیابی فٹنس سے مشروط ہوگی۔ انہیں ویسٹ انڈیز کے خلاف دوسرے ون ڈے میچ کے



دوران بائیں ران میں چوٹ لگی تھی، جس کے بعد ان کی جگہ انشول کمبوج کو ٹیم میں شامل کیا گیا تھا۔ کمبوج کو نیوزی لینڈ کے خلاف ابتدائی تین میچوں کے اسکواڈ میں بھی برقرار رکھا گیا ہے۔ آخری دو ون ڈے میچوں کے لیے ٹیم میں تبدیلیاں ہندوستان نے سیریز کے آخری دو مقابلوں کے لیے اسکواڈ میں تبدیلیاں کرتے ہوئے تلک ورما اور کمار کشاگرا کو شامل کیا ہے۔ وکٹ کیپر بلے باز کمار کشاگرا کو پہلی مرتبہ ون ڈے ٹیم میں جگہ ملی ہے۔ اس کے علاوہ عاقب نبی کو بھی آخری دو میچوں کے لیے اسکواڈ میں شامل کیا گیا ہے، جبکہ پرسدھ کرشنا اور انشول کمبوج آخری دو مقابلوں کے اسکواڈ کا حصہ نہیں ہوں گے۔ روہت شرما، ویرات کوہلی، رتوراج گائیکواڑ، نتیش کمار ریڈی، اکشر پٹیل، تامن دھیر، گرنور برار، ارشدیپ سنگھ، محمد سراج اور کلدیپ یادو دونوں اسکواڈز میں شامل ہیں۔ پہلے تین میچوں میں کے ایل راہل وکٹ کیپر کی ذمہ داری نبھائیں گے، جبکہ آخری دو مقابلوں میں یہ ذمہ داری ایشان کشن سنبھالیں گے۔ ون ڈے سیریز کا شیڈول ہندوستان اور نیوزی لینڈ کے درمیان پانچ میچوں کی ون ڈے سیریز کا آغاز 4 نومبر سے ہوگا۔ پہلا میچ آکلینڈ میں کھیلا جائے گا، جبکہ دوسرا مقابلہ 7 نومبر کو ویلنگٹن میں ہوگا۔ تیسرا ون ڈے 10 نومبر کو ہیملٹن میں کھیلا جائے گا۔ سیریز کے آخری دو میچ 13 اور 15 نومبر کو ماؤنٹ مونگانوئی میں منعقد ہوں گے۔ اس کے بعد دو میچوں کی ٹیسٹ سیریز کا آغاز 19 نومبر سے ہوگا۔

تنوی شرما کوارٹر فائنل میں پہنچیں، عالمی نمبر ایک آن سی ینگ سے ہوگا مقابلہ

(ہندوستھان سماچار)

ہندوستان کی 17 سالہ بیڈمنٹن کھلاڑی تنوی شرما نے ڈنمارک اوپن 2026 کے خواتین کے سنگلز مقابلے کے کوارٹر فائنل میں جگہ بنالی ہے۔ انہوں نے جمعرات کی دیر رات کھیلے گئے پری کوارٹر فائنل میں جرمنی کی یوون لی کو 21-17، 19-21 سے شکست دی۔ اب کوارٹر فائنل میں تنوی شرما کا مقابلہ پہلی بار عالمی نمبر ایک جنوبی کوریا کی کھلاڑی آن سی ینگ سے ہوگا۔ تنوی نے یوون لی کے خلاف محض 39 منٹ میں کامیابی حاصل کی۔ دوسرے گیم میں سخت مقابلے کے باوجود ہندوستانی کھلاڑی نے صبر وتحمل کا مظاہرہ کیا اور مسلسل دو گیموں میں جیت درج کرکے کوارٹر فائنل میں اپنی جگہ یقینی بنائی۔ تنوی نے پہلے گیم کے آغاز سے جارحانہ

کھیل کا مظاہرہ کیا۔ یوون لی نے مسلسل پیچھے رہنے کے بعد واپسی کی کوشش کی، لیکن ہندوستانی کھلاڑی نے اپنی برتری برقرار رکھتے ہوئے پہلا گیم 21-17 سے جیت لیا۔ دوسرے گیم میں جرمنی کی کھلاڑی نے سخت چیلنج پیش کیا۔ مقابلہ ہر پوائنٹ کے ساتھ دلچسپ ہوتا گیا اور کئی مواقع پر یوون نے برتری بھی حاصل کی۔ تاہم، 16-16 سے اسکور برابر ہونے کے بعد تنوی نے لگاتار چار پوائنٹس حاصل کرکے فیصلہ کن برتری قائم کرلی۔ یوون نے دوبارہ مقابلے میں واپسی کرتے ہوئے اسکور 19 تک پہنچایا، لیکن تنوی نے مسلسل دو پوائنٹس حاصل کرکے دوسرا گیم 21-19 سے جیت لیا اور میچ اپنے نام کرلیا۔ اس سے قبل خواتین کے ڈبلز مقابلے میں ہندوستان کی تریسا جولی اور گایتری گوپی چند کی جوڑی بھی کوارٹر فائنل میں پہنچ چکی ہے۔ کوارٹر فائنل میں ہندوستانی جوڑی کا مقابلہ دوسری سیڈ یافتہ ملائیشیا کی جوڑی پرلی تان اور تھیناہ مرلی دھرن سے ہوگا۔

ہندوستانی کرکٹر آدتیہ تارے کو یقین، آرسنل مسلسل دوسری بار پریمیئر لیگ کا خطاب جیتے گا

(یو این آئی)

انگلش پریمیئر لیگ میں آرسنل کی خطاب جیتنے کی کامیابی کے بعد ہندوستانی کرکٹر اور کلب کے پرانے مداح آدتیہ تارے کا ماننا ہے کہ ٹیم مسلسل دوسری بار بھی چیمپئن بن سکتی ہے۔ تارے نے کہا کہ مانچسٹر سٹی کے غلبے کے دور میں آرسنل کی حمایت کرنے والے مداحوں کے لیے خطاب جیتنے کے بعد اب اپنی ٹیم کی کامیابیوں پر فخر کرنے اور حریف ٹیموں کے مداحوں کے ساتھ ہنسی مذاق کرنے کا موقع ہے۔ نیو اسٹار کو دیے گئے ایک انٹرویو میں آدتیہ تارے نے ممبئی میں جاری پریمیئر لیگ ٹرافی ٹور کے دوران ٹرافی کو قریب سے دیکھنے کے اپنے تجربے کو خواب پورا ہونے کے مترادف قرار دیا۔ انہوں نے آرسنل کے ساتھ اپنے دیرینہ تعلق، مانچسٹر سٹی کے مداح اور ساتھی کرکٹ تجربہ کار ابھیشیک نائر کے ساتھ ہونے والی نوک جھونک، نیز ٹیم کے مسلسل دوسری بار چیمپئن بننے کے امکانات پر اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ تارے نے کہا کہ وہ بچپن سے ہی آرسنل کی حمایت کرتے آرہے ہیں۔ انہوں نے 2003تا2004 کے اس تاریخی سیزن کو بھی یاد کیا، جب آرسنل نے ایک بھی میچ ہارے بغیر پریمیئر لیگ کا خطاب جیتا تھا۔ اس ٹیم کو 'ان ونسیبلز' (ناقابل شکست) کے نام سے جانا جاتا ہے۔ انہوں نے کہا، ''بچپن سے آرسنل کا مداح ہونے کے ناطے اس ٹرافی کے سامنے کھڑا ہونا میرے لیے خواب پورا ہونے جیسا ہے۔ 2003تا2004 میں ٹیم نے ایک بھی میچ ہارے بغیر خطاب جیتا تھا۔ اس کے بعد اگلا خطاب جیتنے کے لیے طویل انتظار کرنا پڑا۔''

ڈپریشن۔ دور جدید کا اہم مسئلہ

ڈاکٹر وجیہا بیگ

ڈپریشن مردوں کے مقابلے میں عورتوں کو زیادہ متاثر کرتا ہے ... خصوصی بایولوجیکل ہارمونل اور سماجی پہلو ہوتے ہیں جو خواتین کے لیے منفرد ہوتے ہیں ... بعض اوقات ہم میں سے اکثر افراد زیادہ مدت تک رہے تو صورتحال خطرناک ہو سکتی ہے۔ مرد اور خواتین دونوں ہی ڈپریشن کا شکار ہوتے ہیں تاہم خواتین میں ذہنی تناؤ عام دیکھا جاتا ہے۔ امریکہ کے نیشنل انسٹیٹیوٹ آف مینٹل ہیلتھ (NIMH) کے مطابق کہا جاتا ہے کہ ڈپریشن مردوں کے مقابلے میں عورتوں کو زیادہ ... میں تشویش یا گھبراہٹ لاحق ہوتی ہے ... Cognitive Behavioral) ... امکانات میں مزید کمی کا باعث بنتی ہے۔ ڈپریشن ہونے کی صورت میں ... اور اپنے خیالات پر توجہ دیں، سانس کو ناک سے آنے جانے ...

پیشاب کی خاموش زبان

ڈاکٹر سلیم

ایک ریٹائرڈ دادی کئی ماہ سے میرے مطب آرہی تھیں۔ وہ ہمیشہ شائستگی سے مسکراتیں اور اپنے باورچی خانے کے باغیچے میں اگائی جانے والی ہاتھ کی سبزی اور بنگلہ دیش میں مقیم اپنے پوتے کی پیش رفت کے بارے میں باتیں کرتیں۔ لیکن کچھ عرصے سے ان کے چلنے کے انداز میں تبدیلی آگئی تھی۔ وہ پہلے سے زیادہ آہستہ اور محتاط چلتی تھیں، جیسے ان کا جسم وہ بات سرگوشی میں بتانے کی کوشش کررہا ہو جسے ان کے الفاظ بیان نہیں کر پا رہے تھے۔ چند روز قبل میرے مطب میں، جب ان کی بیٹی فون سننے کے لیے باہر گئی تو میں نے نرمی سے پوچھا ''کیا آپ کی نیند اچھی ہورہی ہے؟'' انہوں نے نظریں چرالیں۔ کچھ دیر خاموش رہیں اور پھر دھیمی آواز میں بولیں ''ڈاکٹر صاحب، میری نیند بار بار ٹوٹ جاتی ہے۔ چونکہ میں اپنی بیٹی کے ساتھ رہتی ہوں، اس لیے بار بار پیشاب آنے پر مجھے شرمندگی محسوس ہوتی ہے۔ میں کسی کو نہیں بتاتی۔ شاید یہ بڑھاپے کی وجہ سے ہے۔'' اس لمحے نے سب کچھ بدل دیا۔ معلوم ہوا کہ وہ رات کے وقت پیشاب روک نہ پانے، خاموش شرمندگی اور پیشاب کی نالی کے ایسے مسلسل انفیکشن کا شکار تھیں جن کی کبھی تشخیص ہی نہیں ہوئی تھی۔ بار بار پیشاب آنے سے بچنے کے لیے انہوں نے پانی پینا کم کردیا تھا جس کے نتیجے میں انفیکشن مزید بڑھ گئے۔ بعض اوقات ان کی ذہنی الجھن کو محض ''بھولنے کی عادت'' سمجھ کر نظر انداز کردیا جاتا تھا۔ لیکن ان کا پیشاب ایک عرصے سے ایک کہانی سنا رہا تھا، ایسی کہانی جسے ہم سننے میں ناکام رہے تھے۔ یہ واقعہ ہی اس تحریر کی وجہ بنا۔ کیونکہ ہر گیلی یا گندی چادر کے پیچھے صرف ایک علامت نہیں ہوتی، بلکہ ایک انسان کی خاموش تکلیف چھپی ہوتی ہے، جو کسی کے درست سوال پوچھنے کا انتظار کررہا ہوتا ہے۔ طب میں بعض انتہائی اہم تشخیصی اشارے جدید ترین تصویری مشینوں یا پیچیدہ آلات سے نہیں ملتے، بلکہ جسم میں ہونے والی روزمرہ کی معمولی تبدیلیاں بہت کچھ بتا دیتی ہیں۔ پیشاب، جس کا ذکر ہم عموماً نہیں کرتے، عمر کے آخری حصے میں خاص اہمیت اختیار کرجاتا ہے۔ کیونکہ بعض اوقات پیشاب وہ کہانی بیان کرتا ہے جس کا مریض کو خود بھی علم نہیں ہوتا۔

صرف فضلہ نہیں

پیشاب محض جسم سے فاضل مادوں کے اخراج کا ذریعہ نہیں۔ یہ جسم کی حیاتی کیمیائی کیفیت کا ایک ریکارڈ بھی ہے، جو جسم میں پانی کی مقدار، گردوں کی کارکردگی، انفیکشن، خون میں شکر کی زیادتی اور بعض اوقات سرطان تک کے بارے میں اشارے دے سکتا ہے۔ ہمیں صرف یہ نہیں پوچھنا چاہیے کہ ''کیا آپ کو پیشاب آتا ہے؟'' بلکہ یہ سوال بھی کرنے چاہئیں:

کتنی بار پیشاب آتا ہے؟

کیا پیشاب کی شدید حاجت محسوس ہوتی ہے یا پیشاب کرنے میں وقت ہوتی ہے؟
کیا جلن، رساؤ، رنگ میں تبدیلی یا بدبو محسوس ہوتی ہے؟
کیا پیشاب کی حاجت رات کو آپ کی نیند توڑ دیتی ہے؟
کیا ہنسنے، چھینکنے یا وقت پر بیت الخلا تک پہنچنے کی کوشش کے دوران پیشاب نکل جاتا ہے؟

یہ سوالات اگرچہ بعض لوگوں کے لیے ناگوار یا شرم کا باعث ہوسکتے ہیں، لیکن ان کے ذریعے کئی پوشیدہ اور اکثر قابل علاج مسائل سامنے آسکتے ہیں۔

تشویش کا معاملہ

بزرگ افراد میں پیشاب کے رنگ، بو یا معمول میں کسی بھی تبدیلی پر توجہ دینا ضروری ہے۔
گہرا زرد یا عنبری رنگ: عموماً جسم میں پانی کی کمی کی علامت ہوسکتا ہے۔ بزرگ افراد میں یہ خاص طور پر خطرناک ہوسکتا ہے کیونکہ عمر بڑھنے کے ساتھ پیاس محسوس کرنے کی صلاحیت کم ہوجاتی ہے۔
سرخ یا گلابی رنگ: پیشاب میں خون کی موجودگی کا امکان ہوسکتا ہے، جو انفیکشن، پتھری یا کبھی کبھار مثانے کے سرطان کی علامت بھی ہوسکتا ہے۔
دھندلا پیشاب اور تیز بو: پیشاب کی نالی کے انفیکشن کی علامت ہوسکتی ہے۔ بزرگ افراد میں انفیکشن کے باوجود بخار نہیں ہوتا اور اس کے بجائے صرف ذہنی الجھن یا غنودگی ظاہر ہوسکتی ہے۔
حد سے زیادہ جھاگ بننا: پیشاب میں پروٹین کی موجودگی کی طرف اشارہ کرسکتا ہے، جو گردوں کے کسی مسئلے کی علامت ہے۔
اور کبھی کبھی بہت کم پیشاب آنا بھی بہت کچھ بتاتا ہے۔ یہ گردوں کی شدید خرابی یا جسم میں پانی کی شدید کمی کی نشانی ہوسکتی ہے۔

پیشاب کی نالی کے انفیکشن

بزرگ افراد میں پیشاب کی نالی کا انفیکشن ہمیشہ عام علامات کے ساتھ ظاہر نہیں ہوتا۔ بخار نہ بھی ہوسکتا ہے۔ اس کے بجائے درج ذیل علامات سامنے آسکتی ہیں:

اچانک ذہنی الجھن یا بے چینی

- غیر معمولی غنودگی یا بے ہوشی جیسی کیفیت
- توازن بگڑنا یا گرجانا
- اچانک پیشاب پر قابو نہ رہنا

ایک مرتبہ میرے پاس 78 سالہ خاتون کو لایا گیا جنہیں فالج کا مشتبہ مریض سمجھا جارہا تھا۔ لیکن معائنے سے معلوم ہوا کہ انہیں پیشاب کی نالی کا انفیکشن تھا اور خون میں نمکیات کی شدید بے ترتیبی بھی پیدا ہوچکی تھی۔ مناسب پانی اور جراثیم کش دوا شروع کرنے کے صرف 24 گھنٹے بعد وہ دوبارہ اپنی سابقہ خوش مزاج اور حاضر جواب شخصیت میں واپس آگئیں۔ ایسے واقعات بار بار سامنے آتے ہیں کیونکہ ہم پیشاب کے نظام کے دماغ، دل اور جسمانی نقل وحرکت پر پڑنے والے اثرات کو کم سمجھتے ہیں۔

پیشاب پر قابو نہ رہنا

اگر کوئی ایک مسئلہ ایسا ہے جس کا ذکر کرنے میں زیادہ تر مریض شرم محسوس کرتے ہیں تو وہ پیشاب پر قابو نہ رہنا ہے۔ بہت سے لوگ خاموشی سے اس مسئلے کا سامنا کرتے ہیں۔ وہ بالغ افراد کے لیے مخصوص حفاظتی لنگوٹ کو اپنی تکلیف چھپانے کے لیے استعمال کرتے ہیں اور دوسروں کے فیصلے یا شرمندگی سے ڈرتے ہیں۔ سن یاس کے بعد خواتین، بڑھے ہوئے غدود مثانہ والے مرد، پارکنسن کے مرض یا ذیابیطس میں مبتلا افراد سب اس مسئلے کا شکار ہوسکتے ہیں۔ لیکن افسوسناک بات یہ ہے کہ زیادہ تر معاملات کا علاج یا موثر انتظام ممکن ہے۔ پیڑو کے پٹھوں کی سادہ ورزشیں، ادویات، مثانے کی تربیت یا بعض معمولی جراحی طریقے انسان کی عزت نفس بحال کرسکتے ہیں۔ لیکن ان کے لیے سب سے پہلے شرمندگی کی دیوار گرانا ضروری ہے۔ پیشاب پر قابو نہ رہنا کوئی اخلاقی کمزوری یا بڑھاپے کی سزا نہیں۔ یہ ایک طبی مسئلہ ہے، اور جسم کو چھپانے کے بجائے ہمدردی اور توجہ کا مستحق سمجھا جانا چاہیے۔

دماغ اور پیشاب کا تعلق

بہت کم لوگ جانتے ہیں کہ پیشاب کا عمل اعصابی نظام سے بھی گہرا تعلق رکھتا ہے۔ پیشاب کرنے کے لیے دماغ، حرام مغز، مثانے اور پیڑو کے پٹھوں کے درمیان باقاعدہ ہم آہنگی ضروری ہے۔ فالج، ڈیمنشیا اور متعدد تصلب اعصاب جیسی بیماریاں اس ہم آہنگی کو متاثر کرسکتی ہیں۔ کچھ بزرگ بیت الخلا جانے کی ضرورت محسوس ہونے تک انتظار کرتے رہتے ہیں اور پھر بہت دیر ہوجاتی ہے۔ کچھ کو یاد ہی نہیں رہتا کہ وہ بیت الخلا جاچکے ہیں۔ کچھ افراد بے چینی کی وجہ سے بار بار پیشاب کرتے ہیں، جبکہ بعض افسردگی کے باعث بہت کم پیشاب کرتے ہیں۔ مثانہ بعض اوقات نفسیاتی کیفیت کا بھی آئینہ بن جاتا ہے۔ میں اکثر اہل خانہ سے کہتا ہوں: ''اگر آپ کے کسی عزیز کی بیت الخلا جانے کی عادات تبدیل ہورہی ہیں تو ممکن ہے اس کا دماغ مدد کے لیے اشارہ کررہا ہو۔''

پیشاب اور رات کی نیند میں خلل

میرے پاس آنے والی عام شکایات میں سے ایک یہ ہوتی ہے: ''ڈاکٹر صاحب، رات کو تین یا چار مرتبہ پیشاب کے لیے اٹھنا پڑتا ہے۔'' اس کی کئی وجوہات ہوسکتی ہیں:

- ذیابیطس کا قابو میں نہ ہونا
- دل کی کمزور کارکردگی جس میں رات کے وقت جسم میں جمع پانی کی حرکت بڑھ جاتی ہے
- غدود مثانہ کا بڑھ جانا
- مثانے پر کمزور قابو
- پیشاب زیادہ لانے والی ادویات کا شام دیر سے استعمال

لیکن یہاں مسئلہ صرف مثانے کی صحت کا نہیں، بلکہ نیند کی صحت کا بھی ہے۔ رات کو بار بار پیشاب کے لیے اٹھنا گہری نیند کو متاثر کرتا ہے۔ ناقص نیند دن کے وقت غنودگی، چڑچڑاپن، افسردگی اور حتیٰ کہ گرنے کے خطرے میں اضافے کا سبب بن سکتی ہے۔ بعض صورتوں میں رات کو بیت الخلا جاتے ہوئے گرنا ایسے واقعات کا آغاز بن جاتا ہے جن کے نتیجے میں ہڈی ٹوٹنے، جراحی، طویل عرصے تک بے حرکتی اور جسمانی زوال کا سلسلہ شروع ہوسکتا ہے۔ اس لیے پیشاب کسی بڑے مسئلے کے آنے سے پہلے ملنے والی پہلی وارننگ بھی بن سکتا ہے۔

جسم میں پانی کی مناسب مقدار

بہت سے بزرگ بار بار پیشاب آنے سے بچنے کے لیے پانی پینا کم کردیتے ہیں۔ یہ بات سمجھ میں آتی ہے لیکن خطرناک ہوسکتی ہے۔ جسم میں پانی کی کمی خون کو گاڑھا کرتی ہے، گردوں پر دباؤ بڑھاتی ہے، قبض کا سبب بنتی ہے اور چکر آنے کے باعث گرنے کے خطرے میں اضافہ کرتی ہے۔ اپنے بزرگ عزیزوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ:

- دن بھر وقفے وقفے سے تھوڑی تھوڑی مقدار میں پانی پئیں، ایک ہی وقت میں بہت زیادہ پانی نہ پئیں۔
- اگر رات کو بار بار پیشاب آنے کی شکایت ہو تو سونے سے تقریباً دو گھنٹے پہلے مائعات کا استعمال کم کریں۔
- چائے اور کافی کا ضرورت سے زیادہ استعمال نہ کریں، کیونکہ یہ مثانے میں جلن پیدا کرسکتی ہیں۔
- پیشاب کے رنگ پر نظر رکھیں: ہلکا زرد رنگ عموماً مناسب پانی کی مقدار کی علامت ہے۔

پیشاب آپ کے جسم میں پانی کی مقدار جانچنے کا ایک قدرتی پیمانہ ہے۔ اسے نظر انداز نہ کریں۔

بات چیت میں عزتِ نفس

بہت سے خاندانوں میں پیشاب کے بارے میں بات کرنا ممنوع سمجھا جاتا ہے۔ خاص طور پر بزرگوں کے حوالے سے ایسے ''نجی'' معاملات کا ذکر کرنا نامناسب تصور کیا جاتا ہے۔ لیکن اس خاموشی کی قیمت بہت بھاری ہوسکتی ہے۔ ہمیں عوامی صحت کے پروگراموں، خاندانی گفتگو اور طبی مشاورت میں پیشاب اور مثانے کی صحت کے بارے میں بات چیت کو معمول بنانا ہوگا۔ اس موضوع پر بات کرنا شرم کی بات نہیں، اسے نظر انداز کرنا خطرناک ہوسکتا ہے۔ ہمیں اشاروں، گھما پھرا کر بات کرنے اور آدھے ادھورے الفاظ کا سہارا لینا چھوڑنا ہوگا۔ بزرگ افراد اپنے جسم کے ہر نظام، بشمول مثانے، کے بارے میں مکمل، واضح اور باعزت گفتگو کے مستحق ہیں۔

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,