

The daily Surathal Srinagar

e-paper: surathal.in
https://surathal.in

صورت شمشیر ہے دستِ قضا میں وہ قوم
کرتی ہے جو ہر زماں اپنے عمل کا حساب

روزنامہ صورت حال سرینگر



Address: Chinar Shopping Complex
Batamaloo Srinagar
Contact: 9906528024

Postal Registration No:JKNP-189/SKGPO- 2018-2020/RNI NoJKURD/2012/48314 Vol: 17 Issue No: 268 Sunday 08 November 2026 - 27 Jamad Ul Awwal 1448 Pages: 08 Price Rs0.50/-

ہندوارہ پولیس نے بائی گنڈ میں ناکہ چیکنگ کے دوران چرس جیسا مواد برآمد کیا؛ ایک شخص گرفتار، پٹر (گاڑی) ضبط

انٹ ناگ پولیس کی جانب سے رات کے وقت غیر قانونی کان کنی کے خلاف کریک ڈاؤن میں تیزی؛ 10 گاڑیاں ضبط، مقدمات درج



ہندوارہ منشیات کی اسمگلنگ کے خلاف اپنی جاری مہم کے سلسلے میں، ہندوارہ پولیس نے 6 اور 7 نومبر 2026 کی درمیانی شب بائی گنڈ میں ناکہ چیکنگ کے دوران ایک پٹر (گاڑی)، جس کا رجسٹریشن نمبر JK05B-5479 ہے، کو روکا۔ تلاشی کے دوران، پولیس نے گاڑی کے ڈیش بورڈ میں چھپایا گیا چرس جیسا مواد برآمد کیا۔ گاڑی ارشاد احمد ڈار ولد غلام نبی ڈار (ساکن شانو، لنگیٹ) چلا رہے تھے، جو ہندوارہ سے قصبہ آرامی کی جانب جا رہے تھے۔ ملزم کو باضابطہ طور پر گرفتار کر لیا گیا اور گاڑی کو موقع پر ہی ضبط کر لیا گیا۔ اس سلسلے میں، پولیس اسٹیشن قصبہ آرامی میں این ڈی پی ایس (NDPS) ایکٹ کی دفعات 8/20 کے تحت مقدمہ (ایف آئی آر نمبر 78/2026) درج کر لیا گیا ہے اور مزید تفتیش شروع کر دی گئی ہے۔ ہندوارہ پولیس منشیات کی لعنت کو جڑ سے ختم کرنے کے اپنے عزم کا اعادہ کرتی ہے اور عوام سے اپیل کرتی ہے کہ وہ معاشرے، بالخصوص نوجوان نسل کو محفوظ رکھنے کے لیے پولیس کے ساتھ تعاون کریں اور منشیات سے متعلق سرگرمیوں کے بارے میں معلومات فراہم کریں۔ غیر قانونی کان کنی کے خلاف اپنی جاری مہم کو آگے بڑھاتے ہوئے، انٹ ناگ پولیس نے رات کے اوقات میں کارروائیوں میں تیزی لائی اور ضلع بھر کے مختلف مقامات پر غیر قانونی کان کنی کی سرگرمیوں میں ملوث 8 ریشمار اور چرخہ (ڈمپرز) ضبط کر لیے۔ اس سلسلے میں، قانون کی متعلقہ دفعات کے تحت خلاف ورزی کرنے والوں کے خلاف مقدمات (FIRs) درج کر لیے گئے ہیں اور مزید تفتیش شروع کر دی گئی ہے۔ اسی ناگ پولیس غیر قانونی کان کنی کو روکنے کے اپنے پختہ عزم کا اعادہ کرتی ہے اور خبردار کرتی ہے کہ ایسی غیر قانونی سرگرمیوں میں ملوث پائے جانے والے کسی بھی شخص کے خلاف سخت قانونی کارروائی کی جائے گی۔ عوام سے اپیل کی جاتی ہے کہ وہ پولیس کے ساتھ تعاون کریں اور غیر قانونی کان کنی کے کسی بھی واقعے کی اطلاع دیں۔

تعاون فراہم کرنے کی یقین دہانی کرائی

ثقافت، سیاحت اور مقامی معیشت کو فروغ دینے کے لیے منفرد میلے کا انعقاد

(شوپیان)

ضلع میں عوامی شمولیت کو فروغ دینے اور مقامی ثقافتی ورثے کو اجاگر کرنے کے مقصد سے ضلع انتظامیہ شوپیان نے ڈپٹی کمشنر چندر یش نگوتی کی قیادت میں آج مینی سیکرٹریٹ شوپیان میں ایک اعلیٰ سطحی مشاورتی اجلاس منعقد کیا۔ یہ اجلاس ضلع میں پہلی مرتبہ منعقد ہونے والے منفرد میلے جشنِ ہرہ کے انعقاد اور تیاریوں پر تبادلۂ خیال کے لیے طلب کیا گیا تھا۔ اس مشاورتی اجلاس میں سول سوسائٹی کی ممتاز شخصیات، تاجر انجمنوں، نمائندوں، نوجوانوں اور میڈیا سے وابستہ افراد سمیت مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے اہم نمائندوں نے شرکت کی۔ اس موقع پر ڈپٹی کمشنر نے کہا کہ جشنِ ہرہ شوپیان کے لیے ایک نئے دور کا آغاز ثابت ہوگا، جس کے ذریعے ضلع کی منفرد شناخت کو اجاگر کرنے، مقامی صلاحیتوں کو فروغ دینے اور عوام کو ایک خوشگوار تہوار کے ماحول میں یکجا کرنے کا موقع ملے گا۔ انہوں نے کہا کہ اس میلے کا مقصد شوپیان میں سیاحت کے امکانات کو نمایاں کرنے کے ساتھ ساتھ مقامی دکانداروں، دستکاروں اور کاروباری افراد کو بھی فروغ دینا ہے۔ ضلع انتظامیہ نے اس تقریب کو کامیاب بنانے کے لیے مکمل انتظامی تعاون فراہم کرنے کی یقین دہانی کرائی۔



پریم ناتھ پنڈتا پریمی کی دو اہم کتابوں کی رسمِ رونمائی

کشمیر کی تاریخ اور ثقافتی ورثے کو محفوظ رکھنے کی اہمیت پر زور

(جموں)

موقع پر جن دو کتابوں کی رونمائی کی گئی، ان میں "کرناٹک سفر، بفیر اتھا" شامل ہے، جسے جموں و کشمیر میں اپنی نوعیت کی پہلی تاریخی تصنیف قرار دیا گیا ہے، جبکہ دوسری کتاب "تلی یاد پیادان" کشمیری شاعری کا مجموعہ ہے، جو کشمیری شاعری کی گہرائی، خوبصورتی اور جذباتی وسعت کی عکاسی کرتا ہے۔

جموں و کشمیر اکیڈمی برائے فن، ثقافت و زبانوں کی جانب سے آج یہاں کے ایل سہگل ہال میں ایک ادبی تقریب کا انعقاد کیا گیا، جس میں معروف کشمیری فلکار پریم ناتھ پنڈتا "پریمی" کی تصنیف کردہ دو اہم کتابوں کی رسمِ رونمائی انجام دی گئی۔ اس

کوالگام میں اکاؤنٹس اسسٹنٹ امتحان کے انتظامات کا جائزہ لیا گیا

15 نومبر کو امتحان کے منصفانہ اور شفاف انعقاد کیلئے افسران کو ضروری ہدایات جاری

(کولگام)

انعقاد کے انتظامات کا آج مینی سیکرٹریٹ کولگام میں جائزہ لیا گیا۔ اس سلسلے میں ایک تفصیلی جائزہ اجلاس بھی ہے لیے ایس ایس بی (ایس ایس بی) کی جانب سے محکمہ خزانہ میں اکاؤنٹس اسسٹنٹ کی آسامیوں کے لیے 15 نومبر 2026 کو منعقد ہونے والے امتحان کے پرامن، شفاف اور منصفانہ انعقاد کے حوالے سے کیے جانے والے جامع انتظامات پر تبادلۂ خیال کیا گیا۔ اجلاس کی صدارت ڈپٹی کمشنر کولگام واکار احمد گری، جو امتحان کے چیف انسپکٹر بھی ہیں، نے اجلاس میں ڈپٹی کمشنر کی تیاریوں اور امتحان کے بہاور انعقاد کے لیے ہر مرکز میں کیے گئے انتظامات کی تفصیلی جانکاری فراہم کی۔

ضلع ہسپتال کلگام میں کتوں کے مختلف اجزا کی فراہمی کیلئے ٹینڈر جاری

مریضوں کو علاج میں بڑی راحت ملنے کی امید

(گاندربل)

صحت کی سہولیات کو مزید مستحکم بنانے اور محفوظ و معیاری خون کی منتقلی کی خدمات تک عوام کی رسائی بہتر بنانے کے مقصد سے ڈسٹرکٹ ٹرانسفیوژن سینٹر گاندربل خون کے مختلف اجزا سے متعلق طبی خدمات کی دستیابی بڑھانے کی جانب ایک اہم پیش رفت ہے۔

میر واعظ خاندان کیساتھ ڈاکٹر فاروق عبداللہ کا اظہارِ تعزیت

مرحوم کی جنت نشینی اور بلند درجات کیلئے دعائی

(سرینگر)

صدر نیشنل کانفرنس ڈاکٹر فاروق عبداللہ نے میر واعظ خاندان کے چشم و چراغ میر واعظ مولانا مولوی حافی عبدالعزیز بھدانی ساکن بال گارڈن سرینگر کے انتقال پر گہرے صدمے کا اظہار کیا ہے۔ انہوں نے اس سانحہ ارتحال پر مرحوم کے جملہ سوگواران کیساتھ دلی تعزیت کا اظہار کیا اور مرحوم کی جنت نشینی اور بلند درجات کیلئے دعا کی۔ انہوں نے مرحوم کے دینی اور علمی خدمات کو زبردست الفاظ میں خراجِ عقیدت پیش کیا۔ انہوں نے کہا کہ مرحوم ایک کہنہ مشق استاد تھے اور مرحوم نے اوراد و اذکار کو انگریزی، اردو اور کشمیری میں ترجمہ بھی کیا اور کبرت شریف کا بھی ترجمہ کیا اور بہت سی دینی کتب بھی تصنیف کیں۔



ڈی سی ڈوڈہ پونہ نے کانٹس اسسٹنٹ امتحان کے انتظامات کا جائزہ لیا

امتحان کے شفاف اور منصفانہ انعقاد کیلئے تمام ضروری تیاریوں کی ہدایت

(ادھمپور)

ضلع ترقیاتی کمشنر ادھمپور پارتھ دویدی نے آج ایک اجلاس کی صدارت کرتے ہوئے محکمہ خزانہ میں اکاؤنٹس اسسٹنٹ کی بھرتی کے لیے منعقد ہونے والے تحریری امتحان کے انتظامات کا جائزہ لیا۔ جموں و کشمیر سروسز سلیکشن بورڈ (جے کے ایس ایس بی) کے زیر اہتمام یہ امتحان 15 نومبر 2026 کو منعقد ہوگا۔ اجلاس میں ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر ادھمپور، سینئر سپرنٹنڈنٹ پولیس ادھمپور، ڈسٹرکٹ ایجوکیشن آفیسر ادھمپور اور متعلقہ سب ڈویژنل مجسٹریٹ بھی شریک ہوئے۔ اجلاس کو بتایا گیا کہ امتحان کے لیے ضلع بھر میں 15 امتحانی مراکز قائم کیے گئے ہیں، جن میں مجموعی طور پر 4,500 سے زائد امیدوار شرکت کریں گے۔ ڈی سی نے متعلقہ افسران کو ہدایت دی کہ امتحان کے دوران کسی بھی قسم کی بدانتظامی یا تاخیر کی شکایت کو سنجیدگی سے لیا جائے اور ہر مرکز پر ایک ذمہ دار افسر تعینات کیا جائے۔ انہوں نے کہا کہ امتحان کے دن تمام مراکز پر پینے کے پانی، بیت الخلا، بجلی اور ایمبولینس کی سہولت یقینی بنائی جائے۔ ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر (ایڈمن) کو ہدایت کی گئی کہ وہ امتحان کے دن ہر مرکز کا اچانک دورہ کریں اور انتظامات کا ذاتی طور پر جائزہ لیں۔ ڈی سی نے واضح کیا کہ امتحان کے دوران کسی بھی قسم کی غفلت برداشت نہیں کی جائے گی اور ذمہ دار افسران کے خلاف سخت کارروائی عمل میں لائی جائے گی۔ انہوں نے کہا کہ امیدوار کو امتحان سے کم از کم 2 گھنٹے قبل مرکز پر رپورٹ کرنا ہوگا اور کسی بھی قسم کے الیکٹرانک آلات، موبائل فون یا ممنوعہ اشیا کی مرکز کے اندر اجازت نہیں ہوگی۔ اجلاس کے بعد ڈی سی نے مختلف امتحانی مراکز کا دورہ کیا اور وہاں جاری تیاریوں کا جائزہ لیا۔

ریاسی میں منشیات کے عادی افراد کے علاج کیلئے خصوصی مرکز قائم

نشے کی لت سے چھٹکارا دلانے کے لیے طبی مشاورت

(ریاسی)

منشیات کے استعمال کے خلاف ضلع کی کوششوں کو مزید مضبوط بنانے کے لیے ضلع انتظامیہ ریاسی نے ڈپٹی کمشنر کمار راحیفیک کی خصوصی پہل کے تحت ضلع ہسپتال میں نشے کی لت کے علاج کے لیے ایک خصوصی مرکز (اے ٹی ایف) قائم کیا ہے۔ اس مرکز کے قیام کا مقصد نشے کی لت میں مبتلا افراد کو آسانی سے قابل رسائی، جامع اور خفیہ طبی سہولیات فراہم کرنا ہے۔ اس کے ذریعے ضلع انتظامیہ کے منشیات سے پاک معاشرے کی تعمیر کے مشن کو بھی تقویت ملے گی۔ خصوصی مرکز میں طبی مشاورت، علاج، کونسلنگ اور بحالی کی سہولیات فراہم کی جائیں گی، تاکہ نشے کی لت میں مبتلا افراد اس سے چھٹکارا حاصل کر کے صحت مند اور منشیات سے پاک زندگی گزار سکیں۔ اس کے علاوہ تجویز کردہ ادویات بھی دستیابی سے مشروط مفت فراہم کی جائیں گی۔ اس مرکز میں مریضوں کے وقار، نجی زندگی اور فلاح و بہبود کے تحفظ پر خصوصی توجہ دی جائے گی۔ مریضوں کی تمام طبی معلومات طبی ریکارڈ اور علاج سے متعلق تفصیلات کو مکمل رازداری کے ساتھ محفوظ رکھا جائے گا۔

راجوری میونسپل کونسل میں ملازمین کی حاضری کے لیے چہرے کی شناخت کا نظام متعارف

(راجوری)

ڈسٹرکٹ سمر ایڈمنسٹریشن پلان 2026 کے تحت ضلع ہیڈکوارٹر اسپتال راجوری میں ایمرجنسی، ٹراما اور زچہ و بچہ کی خدمات کو مزید مضبوط بنانے کے لیے ایک اہم پیش رفت سامنے آئی ہے۔ ڈپٹی کمشنر راجوری کی ہدایت پر ایک ایڈوانس لائف سپورٹ (اے ایل ایس) ایمبولینس اور ایک بیسک لائف سپورٹ (بی ایل ایس) ایمبولینس کو باقاعدہ طور پر ایمرجنسی خدمات کے لیے مختص کر دیا گیا ہے۔ اس اقدام کا مقصد ضلع کے دور دراز علاقوں سے آنے والے سنگین مریضوں کو بروقت طبی امداد فراہم کرنا اور ہسپتال پہنچنے سے پہلے ہی ان کی حالت کو مستحکم کرنا ہے۔ حکام کے مطابق ان ایمبولینسوں میں ضروری ادویات، آکسیجن سپورٹ اور ابتدائی طبی امداد کے آلات دستیاب ہیں۔ ان کے ساتھ تربیت یافتہ طبی عملہ بھی تعینات کیا گیا ہے تاکہ مریض کو ہسپتال منتقل کرتے وقت بھی مؤثر طبی نگہداشت فراہم کی جا سکے۔ ڈپٹی کمشنر راجوری نے اپنے تمام ملازمین، بشمول صفائی کارکنوں کے لیے آدھار سے منسلک بائیومیٹرک حاضری نظام (اے ای پی ایس) کے تحت چہرے کی شناخت کے ذریعے حاضری درج کرنے کا نظام متعارف کیا ہے۔ یہ اقدام ڈپٹی کمشنر کی ہدایات پر عمل میں لایا گیا ہے۔ متعارف کردہ نظام کے تحت اب ملازمین اپنے ذاتی موبائل فون میں آدھار فیس آر ایس ایس ایم موبائل ایپلی کیشن کے ذریعے چہرے کی شناخت کی مدد سے اپنی حاضری درج کر سکیں گے۔ اس نظام کے ذریعے صفائی کارکن بھی مقررہ انٹری پوائنٹس اور مقام کی تصدیق سے متعلق شرائط کے تحت اپنی متعلقہ ڈیوٹی کی جگہوں پر تفویض کردہ وارڈوں سے براہِ راست حاضری درج کر سکیں گے۔

ڈپٹی کمشنر گاندربل نے پانڈاچ اولڈ ایج ہوم کا دورہ کیا

بزرگ شہریوں کے لئے دستیاب سہولیات کا جائزہ لیا

(کولگام)

ڈپٹی کمشنر گاندربل شریا نگمل نے آج پانڈاچ گاندربل میں قائم اولڈ ایج ہوم کا دورہ کیا اور وہاں فراہم کی جانے والی سہولیات کا جائزہ لینے کے ساتھ ساتھ بزرگ شہریوں سے ملاقات کر کے ان کے مسائل اور ضروریات کے بارے میں معلومات حاصل کیں۔ اس موقع پر ضلع سماجی بہبود افسر گاندربل و دیگر متعلقہ افسران بھی ان کے ہمراہ تھے۔ ضلع سماجی بہبود افسر نے ڈپٹی کمشنر کو ادارے کے مجموعی انتظامی امور اور ضلع میں بزرگ شہریوں کی فلاح و بہبود کے لیے جاری اقدامات کے بارے میں تفصیلی جانکاری دی۔ ڈپٹی کمشنر نے ادارے کے احاطے کا بھی دورہ کیا اور وہاں فراہم کی جانے والی سہولیات کے معیار کا جائزہ لیا۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ بزرگ شہریوں کو محفوظ اور باوقار ماحول فراہم کرنا انتظامیہ کی اہم ذمہ داری ہے۔

ضروری کارروائی کے لیے معاملہ متعلقہ مجاز اتھارٹی کو بھیج دیا گیا ہے

بائیومیٹرک بکل فضلے کو ٹھکانے لگانے کے نظام کو مضبوط بنانے اور اہم بنیادی ڈھانچے کی بروقت تکمیل پر زور

(نواصہ)



ڈپٹی کمشنر پلوامہ عدیل پرکاش سدھا نے آج ضلع انتظامیہ پلوامہ میں ایک اجلاس کی صدارت کرتے ہوئے ایس او پی پورہ منصوبے کی پیش رفت، ضروری بنیادی ڈھانچے کی صورتحال اور ادارے کو فعال بنانے کے لیے مختلف محکموں کے درمیان تال میل سے متعلق امور کا جائزہ لیا۔ اجلاس کے دوران ایس او پی پورہ کے ایگزیکٹو ڈائریکٹر نے ڈپٹی کمشنر کو منصوبے کے تحت اب تک حاصل کی گئی پیش رفت سے آگاہ کیا اور مختلف ایسے معاملات کی نشاندہی کی جن کے حل کے لیے متعلقہ محکموں کی مداخلت اور باہمی تعاون ضروری ہے۔ اجلاس میں منصوبے کے لیے اضافی اراضی کی ضرورت، بجلی اور پانی کی فراہمی، ہی ہی ٹی ڈی کیمروں کی تنصیب، الٹوں اور دیگر اہم تنصیبات کو فعال بنانے کے علاوہ فرانسپورٹ اور سڑک رابطے کے انتظامات پر تبادلۂ خیال کیا گیا۔ اضافی اراضی کی ضرورت کے حوالے سے ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر ادھمپور نے اجلاس کو بتایا کہ تقریباً 300 کنال اراضی کی نشاندہی پہلے ہی کی جا چکی ہے اور ضروری کارروائی کے لیے معاملہ متعلقہ مجاز اتھارٹی کو بھیج دیا گیا ہے۔

اونتی پورہ میں نشہ مکت بھارت ابھیان کے موضوع پر مباحثہ مقابلہ

منشیات کے مضر اثرات سے متعلق بیداری پیدا کرنے پر زور

(سرینگر)

منشیات کے استعمال کے خلاف جاری کوششوں اور نوجوان نسل میں بیداری پیدا کرنے کے مقصد سے پولیس ضلع اونتی پورہ نے گورنمنٹ بوائز سینئر سیکنڈری اسکول گلزار گور میں نشہ مکت بھارت ابھیان کے موضوع پر ایک مباحثے کے مقابلے کا انعقاد کیا۔ اس پروگرام میں پولیس ضلع اونتی پورہ کے افسران کے علاوہ اسکول کے اساتذہ اور دیگر مہمانوں نے شرکت کی۔ مباحثے کے مقابلے میں طلبہ نے جوش و خروش کے ساتھ حصہ لیا اور منشیات کے استعمال کے مضر اثرات اور اس کے افراد، خاندانوں اور پورے معاشرے پر پڑنے والے منفی نتائج کے بارے میں اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ شرکاء نے منشیات کے بڑھتے ہوئے چیلنج سے نمٹنے کے لیے عوامی بیداری، روک تھام، والدین کی رہنمائی اور اجتماعی سماجی کوششوں کی اہمیت کو بھی اجاگر کیا۔ اس پروگرام کے ذریعے طلبہ کو اپنے خیالات پیش کرنے، خود اعتمادی میں اضافہ کرنے اور منشیات سے پاک معاشرے کی تعمیر میں اپنی ذمہ داریوں کو سمجھنے کا موقع فراہم کیا گیا۔

جے کے اے آر ای جی پی کے تحت 43 درخواستوں کو منظوری

بینکوں کو منظور شدہ معاملات پر جلد کارروائی کی ہدایت

(جموں)

ڈپٹی کمشنر جموں مکیش سنگھ نے آج جموں و کشمیر رورل ایمپلائمنٹ جنریشن پروگرام (جے کے آر ای جی پی) کے تحت ضلعی سطح کی بانک فورس کمیٹی کے ایک اجلاس کی صدارت کی، جس میں اکیسم کے تحت باقی معاملات حاصل کرنے کے لیے موصول ہونے والی درخواستوں کا جائزہ لیا گیا۔ جموں و کشمیر کھادی اینڈ ولیج انڈسٹریز بورڈ (کے وی آئی بی) کے زیر عمل اس اکیسم کا مقصد بے روزگار نوجوانوں کو قرضے فراہم کر کے اپنے کاروبار اور خود روزگار یونٹ قائم کرنے میں مدد دینا ہے۔

لوہرہ میں اراضی کے استعمال میں تبدیلی سے متعلق کمیٹی کا اجلاس

(ادھمپور)

ضلع ترقیاتی کمشنر ادھمپور پارتھ دویدی نے آج ادھمپور میں تبدیلی اراضی کے استعمال سے متعلق ضلع سطح کی کمیٹی کے اجلاس کی صدارت کی، جس میں درخواست گزاروں کی جانب سے پیش کیے گئے معاملات کا جائزہ لیا گیا۔

اونتی پورہ میں جنگلی بھنگ کی کاشت کے خلاف پولیس کی کارروائی

منشیات سے پاک معاشرے کی تعمیر کے لیے عوام سے تعاون کی اپیل

(اونتی پورہ)



منشیات کے بڑھتے ہوئے خطرے کے خلاف جاری مہم کے تحت اونتی پورہ پولیس نے پولیس پوسٹ ریٹی پورہ کے اطراف کی نگرانی میں کاؤس کی اونی کاؤس میں جنگلی بھنگ کی کٹائی کے لیے خصوصی کارروائی انجام دی۔ اس دوران دو کنال اراضی پر پھیلی جنگلی بھنگ کو تلف کر دیا گیا۔ جموں و کشمیر پولیس نے عام لوگوں سے اپیل کی ہے کہ وہ اپنے اپنے علاقوں میں بھنگ کی غیر قانونی کاشت اور منشیات سے متعلق دیگر سرگرمیوں کے بارے میں معلومات فراہم کر کے پولیس کے ساتھ تعاون کریں۔ اس سلسلے میں مخصوص ہیلپ لائن نمبر 7051404859 پر اطلاع دی جا سکتی ہے۔

قومی و بین الاقوامی خبریں

ٹرمپ کی وائٹ ہاؤس میں دیوالی کی تقریب میں شرکت



واشنگٹن: امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے اوول آفس میں اپنی انتظامیہ کے نامور بھارتی نژاد امریکی ارکان، صنعت کاروں اور مائیکروسافٹ نیٹیا نوبلی سے وابستہ سیچے مہر ترا سمیت اعلیٰ چیف ایگزیکٹو افسران کی موجودگی میں دیوالی منائی۔ جمعہ کے روز ہونے والی اس تقریب میں امریکہ کے لیے بھارت کے سفیر وے موہن کواترا، معروف شیف وکاس کھنہ، کاروباری شخصیت وشال گوئل، آئی پی ایم کے سی ای او اروند کرشنا، الف بی آئی کے ڈائریکٹر کاش پٹیل اور امریکی نیشنل آئی نیوٹس آف ہیلتھ کے ڈائریکٹر جے بھٹاچاریہ شریک تھے۔ تقریب کا آغاز ایک فنی آئشت کے دوران صدر ٹرمپ کی جانب سے اوول آفس میں دیا جلانے سے ہوا، جس میں وزیر خارجہ مارکو روبیو اور سوشل سیکیورٹی ایڈمنسٹریشن کے ڈپٹی کمشنر آرین مودی بھی موجود تھے۔

دیگر شرکا میں دھلا گروپ آف کمپنیز کی صدر اور سی ای او روپی دھلا، ٹیک سسٹمز کے بانی اور سی ای او راجیو شرما، کیٹیلم ڈی سی کے صدر وشواجیت پالمپالی اور صدر ٹرمپ کے مہمان پیٹل کمار جیل شامل تھے۔ وائٹ ہاؤس ایونس کے انتظامی معاون اروند چڈھا بھی اس تقریب میں موجود تھے۔

گوئل آئیڈیا جیز کے بانی اور سی ای او وشال گوئل نے سوشل میڈیا پلیٹ فارم ایکس پر ایک پوسٹ میں کہا کہ اوول آفس میں روشنی کے اشتراک کا ایک لمحہ۔

انہوں نے کہا کہ صدر ڈونلڈ ٹرمپ کے ساتھ دیوالی منانے کا اعزاز حاصل ہوا اور مجھے انہیں ہنومان چالیسا کی ایک کاپی تحفے میں دیتے ہوئے فخر محسوس ہو رہا ہے، جو کہ جگھوان ہنومان کے لیے تمسی داس کا ایک بھجن ہے جسے ہم میں سے لاکھوں لوگ ہمت، عقیدت اور طاقت کے لیے پڑھتے ہیں۔

دیوالی کی تصاویر شیئر کرتے ہوئے گوئل نے کہا کہ یہ دیے روشن ہونے کے ساتھ ہی انہوں نے بھارت اور امریکہ کے درمیان دوستی اور اندھیرے پر روشنی کی فتح کے لیے دعا کی۔ واضح رہے کہ وائٹ ہاؤس میں دیوالی کی تقریب منعقد کرنے کی روایت کا آغاز سال 2003 میں صدر جارج ڈبلیو بش نے کیا تھا۔ پہلے یہ تقریب زیادہ تر آئزن ہاور ایگزیکٹو آفس بلڈنگ میں بھارتی نژاد امریکی کمیونٹی کے ارکان اور بھارتی سفارت کاروں کی موجودگی میں منعقد کی جاتی تھیں۔

ایران کے نیوکلیئر پروگرام سے متعلق جانکاری دینے پر امریکہ کا 188 کروڑ روپے انعام کا اعلان



فلوریڈا: امریکی فوج نے جمعہ کے روز اعلان کیا کہ واشنگٹن ایران کے جوہری پروگرام سے متعلق جانکاری فراہم کرنے پر دو کروڑ امریکی ڈالر (تقریباً 188 کروڑ روپے) انعام اور مکمہ تبادلہ رہائش فراہم کی جائے گی، جب کہ دوسری طرف صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے دھمکی دیا کہ تہران جنگ کو ختم کرنے کے لیے بے تاب ہے۔

سوشل میڈیا پلیٹ فارم ایکس (ایس) پر شیئر کی گئی ایک پوسٹ میں، یونائٹڈ اسٹیٹس سینٹرل کمانڈ (سینٹکام) نے بتایا کہ محکمہ خارجہ کا ایک پروگرام برائے انسداد فار جسٹس X، ایران کے جوہری پروگرام بشمول اس کی تنصیبات، آلات اور اس سے وابستہ ہلکاروں، جیسے کہ سائنسدانوں کے بارے میں جانکاری فراہم کرنے پر دو کروڑ امریکی ڈالر تک کا انعام اور مکمہ تبادلہ رہائش کی پیشکش کر رہا ہے۔

اس انعام کا اعلان اصل میں سال 1984 میں محکمہ خارجہ کے زیر انتظام قومی سلامتی کے انعامی پروگرام کے تحت کیا گیا تھا، تاکہ امریکی جانوں اور مفادات کا تحفظ کرنے والی خفیہ جانکاری کے لیے مالی مراعات فراہم کی جاسکیں۔

امریکی محکمہ خارجہ کا کہنا ہے کہ بین الاقوامی جوہری توانائی ایجنسی (آئی اے ای اے) کے حفاظتی ضوابط کی تعمیل نہ کرتے ہوئے ایران نے ایجنسی کی جانب سے اہم آلات جیسے کہ سینٹری فیوجز وغیرہ کی نگرانی کرنے کی صلاحیت کو محدود کر دیا ہے۔ تاہم، یہ واضح نہیں کیا گیا کہ کس قسم کی جانکاری فراہم کرنے پر 20 ملین ڈالر کا پورا انعام دیا جائے گا۔

محکمہ خارجہ نے کہا کہ سال 2025 میں، بین الاقوامی جوہری توانائی ایجنسی نے رپورٹ دی کہ ایران یورینیم کو 60 فیصد تک افزودہ کر رہا ہے۔ سی آئی اے جوہری ہتھیار کے لیے درکار 90 فیصد افزودگی کے معیار سے محض ایک مختصر تکنیکی قدم کے فاصلے پر ہے۔ ایران واحد ایسا ملک ہے جو جوہری ہتھیار نہ رکھنے کے باوجود یورینیم کو اتنی اعلیٰ سطح تک افزودہ کر رہا ہے۔ ماہرین کا اندازہ ہے کہ اگر اس مقدار کو مزید افزودہ کیا جائے، تو یہ کئی جوہری ہتھیار بنانے کے لیے کافی ہو سکتی ہے۔

یہ اعلان ایسے وقت میں سامنے آیا ہے جب امریکہ اور ایران کے درمیان کشیدگی برقرار ہے، اور قطر دونوں فریقین کے مابین کسی ممکنہ معاہدے کے لیے ثالثی کی کوششیں کر رہا ہے۔ یہ پیش رفت صدر ڈونلڈ ٹرمپ کے ان بار بار کیے گئے دعووں کے باوجود سامنے آئی ہے جن میں انہوں نے کہا تھا کہ ایران کی جوہری صلاحیتیں تباہ ہو چکی ہیں۔

جمعہ کی شام وائٹ ہاؤس پریس سیکرٹری کیرولین لیوٹ نے بتایا کہ صدر ٹرمپ نے ایران کے وزیر خارجہ عباس عراقچی سے فون پر بات کی ہے۔ لیوٹ نے کہا کہ ٹرمپ نے ایران کو واضح کر دیا ہے کہ وہ جوہری ہتھیار حاصل نہیں کر سکتا۔ انہوں نے کہا کہ ایران کے ساتھ بات چیت جاری ہے اور ٹرمپ کا ماننا ہے کہ ایران کے ساتھ ایک معاہدہ ممکن ہے۔

امریکہ کی ایران پر نئی محدود بمباری، تہران کے ساتھ معاملات بہت بہتر چل رہے ہیں



نئی دہلی: امریکی صدر ڈونلڈ ٹرمپ نے جمعہ کو کہا کہ امریکہ نے جزیرہ قشم پر ایران کے فضائی دفاعی نظام پر ایک محدود حملہ کیا ہے، جب کہ دوسری طرف قطر واشنگٹن اور تہران کو مذاکرات کے قریب لانے کے لیے اپنی کوششیں جاری رکھے ہوئے ہے۔

ایسوسی ایٹڈ پریس سے بیتچ کی صحیح رپورٹ کیا کہ ٹرمپ نے اس کارروائی کو معمولی قرار دیتے ہوئے کہا کہ امریکی افواج نے ایک طیارہ شکن ڈیوائس کو تقریباً 15 منٹ یا شاید پانچ منٹ میں تباہ کر دیا۔ دوسری جانب ایرانی سرکاری میڈیا نے آبنائے ہرمز کے قریب جزیرہ قشم کے علاقے سوزا میں دو دھماکوں کی اطلاع دی ہے۔

یہ حملہ قشم اور بندر جناز اور بندر عباس کے قریب ایرانی اہداف پر اس سے پہلے کیے گئے امریکی دفاعی حملوں کے بعد سامنے آیا ہے۔ امریکی حکام کا کہنا ہے کہ ان حملوں میں ان سطح سے فضا میں مار کرنے والے میزائل سسٹم کو نشانہ بنایا گیا جو امریکی طیارے کے خلاف استعمال ہو سکتے تھے، اور یہ دوبارہ کسی بڑی جنگ کی شروعات نہیں ہے۔ یہ تازہ ترین کارروائی امریکی وسطی مدتی انتخابات کے بعد ہوئی ہے، جس میں ریپبلکنز کانگریس کے دونوں ایوانوں میں بار گئے ہیں۔ اس نتیجے نے جنگ اور ایندھن کی بڑھتی ہوئی قیمتوں پر ٹرمپ پر سیاسی دباؤ بڑھا دیا ہے۔

اس دوران ٹرمپ نے یہ بھی کہا کہ واشنگٹن تہران کے ساتھ بات چیت کر رہا ہے۔ ٹرمپ نے جمعہ کو وائٹ ہاؤس سے روانگی سے قبل صحافیوں کو بتایا، ہم ایران سے بات کر رہے ہیں۔ ہم (پہلے بھی) کرتے رہے ہیں۔ امریکی صدر نے قومی صورتحال کو ریاستہائے متحدہ کے لیے سازگار قرار دیا اور کہا کہ آبنائے ہرمز حل رہا ہے۔ انہوں نے کہا، ہم نے ایران کو برا دیا ہے۔ ہم ایران کے ساتھ بہت بہتر پوزیشن میں ہیں۔

قطری ثالثوں نے ایک دو روزہ عبوری معاہدے کی تجویز پیش کی ہے جس کا مقصد کشیدگی کو کم کرنا اور وسیع تر جوہری مذاکرات کے لیے راستہ ہموار کرنا ہے۔ رپورٹ کردہ منصوبے کے تحت، ریاستہائے متحدہ امریکہ ایرانی بندرگاہوں پر سے اپنی ناکہ بندی ختم کرے گا اور ایران کے کچھ منجمد اثاثے بحال کرے گا۔ بدلے میں، ایران بین الاقوامی جوہری توانائی ایجنسی (آئی اے ای اے) کے انسپکٹرز کو ان مقامات کا دورہ کرنے کی اجازت دے گا جو امریکی اور اسرائیلی حملوں کا نشانہ بنے تھے۔

ڈیفالٹرز کیلئے جموں کشمیر بینک کی راحت اسکیم، پانچ کروڑ تک کے قرضوں کا ہوگا تصفیہ

سرینگر: قرضوں کی عدم ادائیگی کے باعث نان پرفارمنگ اثاثوں (این پی اے) میں اضافے اور رہن رکھی گئی جائیدادوں کی نیلامی پر تنقید کا سامنا کرنے کے بعد، جموں کشمیر بینک ((JK Bank) نے قرض واپس نہ کرنے والے صارفین سے رقم واپس حاصل کرنے کے لیے 'راحت اسکیم' شروع کی ہے۔ اس اسکیم کے تحت این پی اے سے متعلق قرضوں کا ایک مرتبہ تصفیہ (ون ٹائم سیٹلمنٹ (one time settlement کیا جائے گا۔

یہ اسکیم رواں سال 5 نومبر (جمعرات) سے نافذ العمل ہوئی ہے اور اس کا فائدہ ان قرض داروں کو مل سکے گا جن پر 25 لاکھ روپے سے لے کر 5 کروڑ روپے تک کی رقم واجب الادا ہے۔ اسکیم سے متعلق بینک کے آفیشل دستاویز کے مطابق: یہ جامع اسکیم قرض داروں کو وہ بڑے مالیاتی زمروں میں اپنے واجبات کا تصفیہ کر کے قرض سے نکلنے کا موقع فراہم کرتی ہے۔

دستاویز میں کہا گیا ہے کہ تصفیے کے لیے موصول ہونے والی تمام درخواستوں کا جائزہ مقررہ معیاری طریقہ کار (ایس او پی)، اہلیت کے طے شدہ معیار، تصفیے کی رقم کے حساب کے طریقہ کار، منظوری کے اختیارات اور اسکیم کے ساتھ منسلک دیگر ضروری دستاویزات کے مطابق لیا جائے گا۔

دستاویز میں مزید کہا گیا ہے کہ منظور شدہ اصولوں اور تفویض کردہ اختیارات سے باہر کسی قسم کی رعایت یا تصفیے کی منظوری نہیں دی جائے گی۔ یہ اسکیم 5 نومبر 2026 سے شروع ہوئی ہے اور اس کے تحت درخواستیں جمع کرانے کی آخری تاریخ 4 فروری 2027 کو کاروباری اوقات ختم ہونے تک مقرر کی گئی ہے۔

بینک عہدیداروں نے ای ڈی وی بھارت کو بتایا کہ اس اسکیم کا مقصد راحت دکھانا ہے، نہ کہ قرض داروں کو ہراساں کرنا۔ ان کا کہنا تھا کہ بینک کا مقصد قرض کی وصولی کو یقینی بنانا ہے، لیکن ایسے طریقوں سے جو قرض داروں کو مزید مالی دباؤ میں نہ ڈالیں۔

دیوالی کے پیشِ نظر رام بن میں سکیورٹی سخت، تلاشی اور چیکنگ کا عمل جاری



رامبن (نواز رونیال): دیوالی کے تہوار کے پیشِ نظر رام بن پولیس نے مقامی بھر میں حفاظتی اور احتیاطی اقدامات مزید سخت کر دیے ہیں تاکہ تہوار کو پُرامن ماحول میں منانے کے ساتھ ساتھ امن و قانون کی صورت حال برقرار رکھی جا سکے۔

حفاظتی انتظامات کے تحت رام بن پولیس نے ایڈیشنل آپریشنز گروپ (ایس او جی) رام بن کے اشتراک سے ضلع کے مختلف مقامات پر متعدد سکیورٹی اور چیکنگ آپریشنز انجام دیے۔

ان کارروائیوں کے دوران بازاروں، عوامی مقامات اور دیگر حساس علاقوں میں بڑے پیمانے پر پیدل گشت کیا گیا، جبکہ دکھوؤں اور دیگر حساس و کمزور مقامات پر باریک بینی سے تلاشی اور سکیورٹی جانچ کی گئی۔ اس کے علاوہ پتانوں کی فروخت کے مقامات کا معائنہ کر کے مقررہ حفاظتی ضوابط پر عمل درآمد کو یقینی بنانے کے اقدامات بھی کیے گئے۔

مزید برآں، ایس او جی رامبن نے اہم مقامات پر موبائل وہیکل چیک پوسٹس قائم کیں، جب کہ پولیس ٹیموں نے گاڑیوں کی سخت چیکنگ کے ساتھ ٹریفک قوانین کی خلاف ورزی کرنے والوں اور سکیورٹی چالان بھی کیے۔ ان اقدامات کا مقصد نگرانی کے نظام کو مزید موثر بنانا اور سڑکوں پر حفاظت کو یقینی بنانا ہے۔

حیدرآباد میں ہوٹل کے کمرے سے امریکی شہری کی لاش برآمد، پولیس جانچ جاری

رنگا ریڈی: پولیس نے بتایا کہ ریاست تلنگانہ کے ضلع رنگا ریڈی کے علاقے گچی باؤلی میں ایک لگژری ہوٹل کے کمرے سے 41 سالہ امریکی شہری مردہ پایا گیا ہے۔

متوفی کی شناخت بائیکل ہرائن لی کے نام سے ہوئی ہے، جو امریکہ کی ریاست کیلیفورنیا کے رہائشی تھے۔ حکام کے مطابق، وہ بدھ کی شام ایس ایل این ٹرینئم میں واقع ہوٹل میریٹ ایگزیکٹو اپارٹمنٹس کی 12ویں منزل پر کمرہ نمبر 1218 میں بے ہوش پائے گئے۔

گچی باؤلی پولیس کے مطابق، مائیکل لی دو نومبر کو اپنے بزنس پارٹنر ڈیوڈ کے ساتھ ایک کاروباری دورے پر حیدرآباد آئے تھے اور اسی ہوٹل میں مقیم تھے۔

ہوٹل کے عملے نے پانچ نومبر کی شام تقریباً 6:30 بجے ان کے کمرے میں داخل ہونے کا فیصلہ کیا کیونکہ مائیکل لی چار نومبر کی شام سے مسلسل کی جانے والی فون کالز کا کوئی جواب نہیں دے رہے تھے۔ کمرے میں داخل ہونے پر انہوں نے مائیکل کو بیڈ پر بے ہوش پایا اور فوری طور پر ایمرجنسی خدمات کو مطلع کیا۔

گچی باؤلی پولیس کے ایک اہلکار نے بتایا کہ فوری طور پر 108 ایمبولینس سروس کو اطلاع دی گئی۔ موقعے پر پہنچنے والے طبی عملے نے معائنے کے بعد ان کی موت کی تصدیق کی۔ اطلاع ملنے پر گچی باؤلی پولیس نے جائے وقوع پر پہنچ کر معائنہ کیا، بیس درج

ریس کورس مسجد میں بجلی اور پانی کی سپلائی کا معاملہ

نئی دہلی: دہلی ہائی کورٹ نے جمعہ کو نئی دہلی میونسپل کونسل (این ڈی ایم سی) سے ریس کورس مسجد کے امام کی طرف سے دائر درخواست پر جواب طلب کیا۔ امام نے لوٹین دہلی میں واقع مسجد میں بجلی اور پانی کی سپلائی بحال کرنے کی درخواست کی ہے۔ جس زمین پر مسجد تعمیر کی گئی ہے اس کو حال ہی میں مرکزی حکومت نے عوامی مقصد کے لیے اپنے قبضے میں لے لیا تھا۔

جسٹس سبرامونیم پرساد اور رینو بھٹانگر کی بنچ نے محمد ہارون کی اپیل پر این ڈی ایم سی کو نوٹس جاری کیا ہے۔ محمد ہارون نے سنگل جج کے 15 اکتوبر کے حکم کو چیلنج کیا ہے، جنہوں نے ضروری خدمات کی بحالی کی ان کی درخواست کو مسترد کر دیا تھا۔ بنچ نے این ڈی ایم سی سے دو ہفتوں کے اندر جواب طلب کرتے ہوئے سوال کیا کہ بغیر کسی نوٹس کے بجلی کنکشن کیسے منقطع کر دیا گیا۔

عدالت نے اس معاملے کو دسمبر میں سماعت کے لیے درج کیا۔ اپیل کنندہ کی نمائندگی کرتے ہوئے ایڈوکیٹ ایم صفیان صدیقی نے دلیل دی کہ مسجد ایک باضابطہ طور پر مطلع شدہ وقف جائیداد ہے اور اس کی بجلی اور پانی کی سپلائی بغیر کسی پیشگی اطلاع یا قانونی کارروائی کے اچانک منقطع کر دی گئی۔

وکیل نے دلیل دی کہ بجلی اور پانی آرٹیکل 21 کے تحت زندگی کے حق کے لازمی پہلو ہیں اور قانون اور قانونی تحفظات کے بغیر اسے منقطع نہیں کیا جا سکتا۔ انہوں نے کہا کہ اگرچہ یہ کارروائی مبینہ طور پر قریبی پنچی آبادیوں کو سمار کرنے سے متعلق ہائی کورٹ کے حکم کی بنیاد پر کی گئی تھی، لیکن مسجد کبھی بھی ان کارروائیوں کا موضوع نہیں تھی۔

یہ بھی استدلال کیا گیا کہ واحد جج نے یہ مانتے میں غلطی کی کہ تین دہائیوں تک مسلسل رہائش کے باوجود باقاعدہ مقرر امام کا مسجد میں کوئی حق ملکیت یا دلچسپی نہیں ہے۔

اپیل میں کہا گیا کہ سنگل جج کا حکم بنیادی طور پر غلط بھی ہے مبنی اور قانون میں مکمل طور پر غیر حکام تھا۔ اس میں کہا گیا ہے، متعلقہ بجلی اور پانی کے کنکشن کے معاملے میں، سپلائی منقطع کرنے کا کوئی حکم نہیں دیا گیا، اور نہ ہی بقایا رقم، چوری کے الزامات، یا کسی قانونی خلاف ورزی کے

کلہانہ کی راج ترنگنی کو یونیسکو نے تسلیم کیا، عمر عبداللہ نے فخر قرار دیا، منوج سنہا نے شمولیت کا کیا خیر مقدم



سری نگر: کشمیر کی 12ویں صدی کی تاریخی دستاویز 'راج ترنگنی' جسے عالم کلہن نے تحریر کیا تھا، کو یونیسکو کے 'میموری آف دی ورلڈ ایشیا پیسیفک ریجنل رجسٹر' میں شامل کر لیا گیا ہے، جس سے اس خطے کے بھرپور ادبی اور تاریخی ورثے کو بین الاقوامی سطح پر پذیرائی ملی ہے۔

سری نگر میں سری پرتاپ سنگھ لائبریری کمپلیکس کے اندراج اور یونیسکو ریجنل لائبریری میں محفوظ یہ مسودہ، ان تین ہندوستانی دستاویزی نمونوں میں شامل تھا جنہیں انڈو ہیٹیا کے شہر جکارتہ میں منعقدہ یونیسکو کے 'میموری آف دی ورلڈ ایشیا پیسیفک ریجنل رجسٹر' کے گیارہویں اجلاس کے دوران منتخب کیا گیا تھا۔

بارہویں صدی میں لکھی گئی 'راج ترنگنی' کو کشمیر کے اہم ترین تاریخی ریکارڈز میں سے ایک سمجھا جاتا ہے۔ اس میں کئی صدیوں پر محیط خطے کے حکمرانوں، شاہی خاندانوں، سیاسی پیش رفت اور سماجی حالات کا احوال بیان کیا گیا ہے۔

یہ تصنیف کشمیر کی تاریخ کا احاطہ کرتی ہے، جس کا آغاز اس کی اساطوری ابتدا سے ہوتا ہے اور اختتام راجہ جے سنہ کے دور حکومت پر ہوتا ہے، جس نے کلہن کے زمانے میں حکمرانی کی تھی۔

کلہن ماشی گلمبند کرنے کی اپنی ان کوششوں کے لیے جانے جاتے ہیں جن میں انہوں نے قدیم تاریخی بیانات اور دیگر دستیاب ذرائع سے استفادہ کیا۔ ان کی تحریر کردہ تاریخ حکمرانوں کے عروج و زوال کا جائزہ لیتی ہے اور مختلف ادوار میں کشمیر کی سیاسی و سماجی زندگی پر روشنی ڈالتی ہے۔

یونیسکو کی پہچان سری نگر میں اور نیشنل ریسرچ لائبریری کی اہمیت کو بھی واضح کرتی ہے، جس نے اس مخطوطہ کو خطے کے دستاویزی ورثے کے حصے کے طور پر محفوظ کر رکھا ہے۔

اندرا گاندھی نیشنل سینٹر فار دی آرٹس نے تینوں ہندوستانی اندراجات کے لیے نامزدگی کے دستاویزات کی تیاری میں مدد کی۔

لیفٹیننٹ گورنر منوج سنہا اور وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے یونیسکو کے رجسٹر میں راج ترنگنی کو شامل کیے جانے کا خیر مقدم کیا اور اسے جموں و کشمیر کے لیے فخر کی بات قرار دیا۔

ایکس پر ایک پوسٹ میں، سنہا نے کہا کہ یہ اعزاز جموں و کشمیر کے بھرپور ثقافتی ورثے کا جشن منانا ہے اور ہندوستان کی تہذیبی روایات اور انسانیت کے لیے ان کے لافانی پائیدار اہمیت پر دوبارہ زور دیتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ اس بین الاقوامی پہچان نے آنے والی نسلوں کے لیے ملک کے تاریخی علم کے تحفظ اور فروغ کی ذمہ داری کو بھی اجاگر کیا ہے۔ وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے جموں و کشمیر کے لوگوں کو اس کامیابی پر مبارکباد دی۔ ایکس پر ایک پوسٹ میں،

کریلے کھانے کے یہ فوائد جانتے ہیں؟



ڈاکٹر شمس الحق

کریلوں کی سبزی عام طور پر کم عمر افراد کو اچھی نہیں لگتی، تاہم کچھ بڑی عمر کے لوگ بھی اس سبزی کے کڑوے پن کی وجہ سے اسے پسند نہیں کرتے۔ اگرچہ کریلوں کو اچھی طرح پکایا جائے تو پکنے کے بعد بھی ان میں کڑواہٹ رہتی ہے لیکن اگر کوئی ماہر شخص انہیں تیار کرے تو لوگ انگلیاں چاٹنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ کریلوں کو کھانے والے افراد جہاں خود کو بابا محسوس کرتے ہیں، وہیں انہیں کھانے سے کئی طرح کے حیران کن طبی فوائد بھی ہیں۔ ماہرین صحت اور غذائیت کے مطابق کریلوں میں آئرن، کیلشیم، پوٹاشیم، وٹامن سی، کیلشیم، فاسفورس، زنک اور دیگر اجزا اچھی خاصی مقدار میں پائے جاتے ہیں، جس وجہ سے اس سبزی کے حیران کن فوائد ہوتے ہیں۔

وزن کم کرنے اور نظام ہاضمہ کے لیے بہتر

فائبر، سیلولوز اور زنک جیسے اجزا سے بھرپور ہونے کی وجہ سے کریلا نظام ہاضمہ کے لیے اچھی بائیوٹک کی دوا کا کام کرتا ہے۔ کریلا قبض سے نجات دلانے سمیت نظام ہاضمہ کو بہتر بنانے کے علاوہ پیٹ میں پیدا ہونے والے گیزوں اور قبض کا سبب بننے والے انفیکشنز کا خاتمہ کرتا ہے۔

شوگر میں کمی

غذائی ماہرین کے مطابق کریلوں میں گلوکوسائیڈ، چائنین، ولیسین، کیوکوربیسائیڈز، اور پولی پیپٹائڈ پی (پلانٹ انسولین) کی بھاری مقدار ہونے کی وجہ سے یہ بلڈ شوگر کو نارمل سطح پر رکھنے میں مدد فراہم کرتا ہے جب کہ کریلے مسلسل کے سیوں کو بھی نارمل رکھنے میں مدد فراہم کرتے ہیں۔

جگر کی صفائی

ماہرین کے مطابق کریلوں کو ایک اہم کام جگر کی صفائی کرنا بھی ہے، اس میں شامل اجزا جہاں جگر کی صفائی کرتے ہیں، وہاں یہ جگر اور پتوں کے علاوہ دیگر جسمانی چربی کو بھی بنانے میں مفید ہے۔

جسمانی وزن میں کمی

کریلے اینٹی آکسائیڈنٹس سے بھرپور سبزی ہے جو کہ میٹابولزم اور نظام ہاضمہ کو بہتر کرتی ہے جس سے جسمانی وزن میں جلد کمی لانے میں مدد ملتی ہے۔

جسمانی توانائی بڑھائے

کریلے کا جوس اکثر پینا جسمانی اعضا بہتر کرتا ہے جبکہ جسمانی توانائی کو بھی بڑھاتا ہے اور ہاں اس کا استعمال خون کا معیار بھی بہتر کرتا ہے۔

خون کی صفائی

جراثیم کش اور اینٹی آکسائیڈنٹس سے بھرپور ہونے کی وجہ سے کریلے کا جوس خون کی صفائی میں بھی مدد گار ثابت ہوتا ہے اور جسم سے زہریلے مواد کا اخراج کر کے خون کی گردش کو بہتر کرتا ہے۔

مٹر کے نئے طبی و غذائی فوائد سامنے آ گئے



ڈاکٹر مبشر خان

دنیا بھر کے ماہرین غذائیت مزید ار مٹر کھانے کا مشورہ دے رہے ہیں کیونکہ اس میں نت نئے طبی اور غذائی فوائد سامنے آتے رہتے ہیں اور اب مزید طبی پہلو سامنے آئے ہیں۔ موسم سرما میں مٹر ہر جگہ دکھائی دیتے ہیں۔ داڑھوں کے خاندان کے خوشنما اور خوش ذائقہ مٹر پھلیوں اور بڑوں میں یکساں مشہور ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ مٹر بہت سے کھانے کا حصہ ہیں۔ تاہم اس کے نئے طبی فوائد سامنے آئے ہیں جو مٹروں کی اہمیت مزید بڑھاتے ہیں۔ مٹروں میں ایسے مرکبات پائے جاتے ہیں جو خصوصی موسم سرما میں امنیاتی نظام مضبوط بنا کر کئی سردیوں کی بیماریوں سے بچاتے ہیں۔ مٹروں میں فائبر، پروٹین، معدنیات، وٹامن، فائٹو نیوٹرینٹس اور اینٹی آکسیڈنٹس پائے جاتے ہیں۔ ماہرین کہتے ہیں کہ مٹر کھانے سے چار بڑے طبی فوائد سامنے حاصل ہوتے ہیں جو درج ذیل ہیں۔

ذیابیطس میں مفید

مٹر کھانے سے خون میں شکر کی مقدار قابو میں رہتی ہے کیونکہ اس کا گلائسیمک انڈیکس بہت کم ہوتا ہے۔ دوسری جانب مٹروں میں ریشہ (فائبر) بڑی مقدار میں پایا جاتا ہے جو ہاضمے کو بہتر بناتا ہے اور خون میں شکر کی مقدار قابو میں رکھتا ہے۔

جلد کے لیے مفید

مٹروں میں ہماری جلد کے لیے انتہائی مفید اجزا پائے جاتے ہیں۔ ان میں سب سے اہم وٹامن بی 6، وٹامن سی اور فولیٹ یعنی فولک ایسڈ کی بڑی مقدار پائی جاتی ہے۔ یہ تینوں اجزا مل کر نہ صرف اندرونی جسمانی سوزش (انفلیمیشن) کم کرتے ہیں۔ ان کی بدولت بدن میں فری ریڈیکلز کم بنتے ہیں اور ان کا نقصان بھی کم ہوتا ہے۔ اس طرح جلد کی لچک اور چمک برقرار رہتی ہیں۔

پروٹین کا خزانہ

مٹروں میں پروٹین کی بہتات ہوتی ہے اور سبز پیداتی پروٹین کا یہ اہم ترین ماخذ بھی ہے۔ یاد رہے کہ ہم گوشت، انڈوں اور دودھ وغیرہ سے پروٹین حاصل کرتے ہیں۔ لیکن ان غذاؤں سے ہٹ کر مٹر ہمیں بہترین پروٹین فراہم کرتے ہیں۔ اگر آپ صرف سبزیاں کھاتے ہیں تو پروٹین کی کمی مٹروں سے پوری ہو سکتی ہے۔

کولیسٹرول کم کرے

مٹر کا باقاعدہ استعمال نیاسین نامی اجزا سے بھرپور ہوتا ہے جو مضر کولیسٹرول اور چکناہٹوں کو بڑھنے سے روکتا ہے۔ اس طرح مضر کولیسٹرول کم ہوتا ہے اور مفید کولیسٹرول میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس طرح کہا جا سکتا ہے کہ مٹر امراض قلب اور بلڈ پریشر کے خطرات کو کم کر سکتے ہیں کیونکہ یہ کولیسٹرول کو قابو میں رکھنے کی بھرپور صلاحیت رکھتے ہیں۔

پیٹ پھولنے کی 5 بڑی وجوہات کیا ہیں؟



ڈاکٹر سلیم

ماہرین غذائیت کا کہنا ہے کہ پیٹ پھولنے (انتفاخ) کی وجہ صرف کھانا یا مشروبات نہیں ہوتے بلکہ ہارمونز، ذہنی دباؤ اور نظام ہاضمہ سے متعلق کئی عوامل بھی اس کا سبب بن سکتے ہیں۔ برطانوی اخبار ڈیلی میل کی رپورٹ کے مطابق ماہر غذائیت ڈاکٹر ایما ڈربی شائر نے بتایا کہ پیٹ پھولنے کی 5 بڑی اقسام میں گیس، جسم میں پانی جمع ہونا، ہارمونز سے متعلق انتفاخ، بعض غذاؤں سے حساسیت اور ہاضمے کی سستی شامل ہیں۔ ڈاکٹر ایما ڈربی شائر کے مطابق پیٹ پھولنے کی عام وجوہات میں جسم میں پانی کا جمع ہونا، بعض ذہنی دباؤ، جلدی جلدی کھانا اور ہاضمے کے دوران ہارمونز میں تبدیلی شامل ہیں، جو پانی کے اجتماع اور چکنائی والی غذاؤں کی خواہش میں اضافہ کر سکتی ہیں۔ انہوں نے بتایا کہ پھلیاں، گیس والے مشروبات، دودھ سے بنی اشیا، گلوٹن والی غذائیں، مصنوعی مٹھاس، فاسٹ فوڈ اور بند گوبھی، پھول گوبھی جیسی سبزیاں بھی بعض افراد میں پیٹ پھولنے کا باعث بن سکتی ہیں۔ ماہرین کے مطابق اس کیفیت سے فوری آرام کے لیے مناسب مقدار میں پانی پینا، پودینے کی چائے استعمال کرنا، پیدل چہل قدمی کرنا، پیٹ پر نیم گرم پانی رکھنا، تنگ لباس سے گریز کرنا اور اپنی غذائی عادات کا ریکارڈ رکھنا مفید ثابت ہو سکتا ہے۔ طویل المدتی بچاؤ کے لیے ماہرین آنتوں کی صحت بہتر بنانے، ذہنی دباؤ کم کرنے، گہری سانس لینے کی مشق، پاکعل سے پرہیز، مناسب مقدار میں پانی پینے، کم مقدار میں لیکن وقفے وقفے سے کھانا کھانے اور روزانہ جسمانی سرگرمی اپنانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ اگر پیٹ پھولنے کی شکایت طویل عرصے تک برقرار رہے یا بار بار ہو خصوصاً اگر اس کے ساتھ پیٹ میں شدید درد، بخار، پاخانے میں خون یا بھوک میں نمایاں کمی جیسی علامات بھی موجود ہوں تو فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے کیونکہ یہ کسی سنگین بیماری کی علامت بھی ہو سکتی ہیں۔

سیب کے سرکے کے وزن میں کمی اور شوگر لیول کیلئے ممکنہ فوائد

ڈاکٹر وجیہا بیگ

سیب کا سرکہ جسے عام طور پر اے سی وی بھی کہا جاتا ہے، خمیر کے عمل سے تیار ہوتا ہے اور اس میں موجود ایسیٹک ایسڈ اس کے ممکنہ صحت بخش اثرات کا اہم جزو سمجھا جاتا ہے۔ تحقیق کے مطابق کھانے کے ساتھ یا کھانے سے کچھ دیر پہلے سرکہ استعمال کرنے سے کھانے کے بعد خون میں شوگر اور انسولین کے اضافے کو معمولی حد تک کم کیا جا سکتا ہے۔ ایک تحقیق میں سرکے میں موجود ایسیٹک ایسڈ کے اثر کو اس وقت زیادہ نمایاں دیکھا گیا جب سرکہ غذاء کے ساتھ استعمال کیا گیا جبکہ ایک جائزے میں کھانے کے بعد خون میں شوگر اور انسولین کے ردعمل میں کمی دیکھی گئی۔

وزن کم کرنے میں کتنا مؤثر؟

تحقیق سے معلوم ہوتا ہے کہ سرکہ وزن کم کرنے میں معمولی مدد دے سکتا ہے۔ 2009ء میں 175 افراد پر ہونے والی 12 ہفتوں پر مشتمل تحقیق میں روزانہ سرکہ استعمال کرنے والے افراد کے وزن، جسمانی وزن کے اشاریے اور جسم میں چربی میں معمولی کمی دیکھی گئی تاہم ماہرین کا کہنا ہے کہ سرکہ چربی پگھلانے یا پیٹ کی چربی ختم کرنے کا کوئی فوری حل نہیں، اس کا ممکنہ فائدہ متوازن غذا اور صحت مند طرز زندگی کے ساتھ ہی دیکھا جا سکتا ہے۔

سیب کا سرکہ اور آنتوں کی صحت

سیب کے سرکے کے آنتوں اور نظام ہاضمہ پر اثرات کے بارے میں ابتدائی تحقیق موجود ہے تاہم زیادہ تر شواہد جانوروں پر ہونے والی تحقیقات سے حاصل ہوئے ہیں۔ انسانوں میں تحقیق ابھی محدود ہے، اس لیے یہ کہنا قبل از وقت ہوگا کہ سیب کا سرکہ آنتوں کو ٹھیک یا جراثومی نظام کو بحال کرتا ہے۔

سیب کے سرکے کے استعمال کا بہترین وقت

غذائی ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر مقصد کھانے کے بعد خون میں شوگر کے اضافے کو کم کرنا ہو تو تحقیق کے مطابق سرکہ کھانے کے ساتھ یا کھانے سے کچھ دیر قبل، خصوصاً کاربوہائیڈریٹ والی غذا کے ساتھ استعمال کرنا زیادہ مناسب ہو سکتا ہے تاہم عام غذائی استعمال کے لیے سیب کے سرکے کا کوئی مخصوص بہترین وقت ثابت نہیں ہوا۔

کتنی مقدار استعمال کریں؟

ابتداء کے لیے 1 چائے کا مچھ سیب کا سرکہ ایک بڑے گلاس پانی میں اچھی طرح ملا کر استعمال کیا جا سکتا ہے۔ بعض تحقیقات میں اس سے زیادہ مقدار بھی استعمال ہوئی ہے لیکن زیادہ سرکہ استعمال کرنے سے زیادہ فائدہ حاصل ہونا ثابت نہیں۔

احتیاط: سرکہ کبھی بھی براہِ راست نہ پئیں

طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ سیب کا سرکہ تیزابی ہوتا ہے، اسے بغیر پانی ملائے پینے سے گلے میں جلن ہو سکتی ہے اور مسلسل استعمال دانتوں کی بیرونی حفاظتی تہہ کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ ماہرین کا مشورہ ہے کہ تیزابی مشروب کو دانتوں کے زیادہ دیر تک رابطے میں رکھنے، منہ میں گھمانے یا فوراً کرنے سے گریز کیا جائے اور استعمال کے بعد پانی سے منہ دھو لیا جائے، سیب کا سرکہ پینے کے لیے اسٹرا کا استعمال ضروری ہے۔ سیب کے سرکے کو پانی میں ملا کر پینا زیادہ محفوظ طریقہ ہے جبکہ اسے سلاد کی چٹنی، کھانے یا گوشت کے مصالحے میں شامل کرنا بھی بہتر متبادل ہو سکتا ہے۔



روزانہ فروٹ جوس اور میٹھے مشروبات بچوں میں ہائی بلڈ پریشر کا خطرہ بڑھا سکتے ہیں



ڈاکٹر مریم

امریکی طبی ماہرین کی ایک نئی تحقیق میں انکشاف ہوا ہے کہ بچپن میں فروٹ جوس، سافٹ ڈرنکس اور دیگر میٹھے مشروبات کا زیادہ استعمال مستقبل میں ہائی بلڈ پریشر کے خطرے میں نمایاں اضافہ کر سکتا ہے۔ تحقیق کے دوران 25 ہزار سے زائد بچوں کی تقریباً 25 برس تک صحت کا جائزہ لیا گیا۔ نتائج کے مطابق جو بچے روزانہ دو یا اس سے زیادہ میٹھے مشروبات پیتے رہے، ان میں جوانی میں ہائی بلڈ پریشر کا خطرہ 52 فیصد تک زیادہ پایا گیا۔ مطالعے میں یہ بھی سامنے آیا کہ روزانہ تقریباً ڈیڑھ گلاس فروٹ جوس پینے والے بچوں میں بھی ہائی بلڈ پریشر کا خطرہ 35 فیصد زیادہ دیکھا گیا۔ ماہرین کے مطابق بیک شدہ فروٹ جوس میں شکر کی زیادہ مقدار اور فائبر کی کمی صحت پر منفی اثرات مرتب کر سکتی ہے۔ انہوں نے والدین کو مشورہ دیا ہے کہ بچوں کو میٹھے مشروبات کے بجائے پانی، دودھ اور تازہ پھل استعمال کرنے کی عادت ڈالیں تاکہ مستقبل میں ہائی بلڈ پریشر اور دل کی بیماریوں کے خطرات کو کم کیا جا سکے۔



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

روزنامہ
صورت حال

پرائیویٹ ہسپتالوں کی بھرمار
سرکاری ہسپتالوں کا نظام درہم برہم

انسانی زندگیوں کو بچانے اور راحت پہنچانے کی خاطر سرکار کی جانب سے سرکاری ہسپتالوں کا قیام عمل میں لائے جانے کے ساتھ ساتھ اسپتالوں کو جدید طرز کی مشینریوں سے لیس کیا جاتا ہے لیکن بدقسمتی سے ریاست بھر میں پرائیویٹ ہسپتالوں کی بھرمار سے سرکاری ہسپتالوں کا نظام درہم برہم ہو کر رہ گیا ہے۔ جسکے نتیجے میں غریب عوام کو زبردست دشواریوں کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ سی این ایس کے مطابق سرکاری ہسپتالوں میں تعینات نیم اور طبی عملے کو اگرچہ سرکاری خدمات کے مطابق 10 بجے اپنی ڈیوٹی پر حاضر ہونا پڑتا ہے لیکن بدقسمتی سے پرائیویٹ ہسپتالوں میں کام کر رہے سرکاری ملازمین ساڑھے گیارہ بجے تک اپنی ڈیوٹی پر حاضر نہیں ہو پاتے ہیں۔ اکثر لوگوں کا یہی ماننا ہے کہ محکمہ صحت کے ملازمین چاہئے ڈاکٹر ہو یا دیگر عملہ ہو یہ لوگ پیسے کی خاطر اپنے فرائض انجام دینے کے بجائے ریاست میں قائم پرائیویٹ اسپتالوں کے ساتھ ساتھ چھوٹے بڑے کلنکوں کو چلانے میں پیش پیش رہتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اسپتالی عملہ مقررہ اور صحیح وقت پر اپنی ڈیوٹی پر پہنچ نہیں پاتا ہے۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ سرکاری اسپتالوں سے زیادہ نگہداشت پرائیوٹ اسپتالوں میں ہونے کے ساتھ ساتھ ڈاکٹروں کی حاضری بھی یقینی ہوئی ہے۔ اور یہ ڈاکٹرلوگ ہوتے ہیں یہ کوئی اور نہیں یہ سرکاری خزانے سے تنخواہ حاصل کرنے والے ڈاکٹر اور اپنے آپ کو کہنے والے قوم کے خادم ہوتے ہیں۔ یہی ایک خاص وجہ ہے کہ ریاست بھر کے سرکاری اسپتالوں میں اسپتالی عملہ ساڑھے گیارہ بجے سے لیکر 3 بجے تک اپنی ڈیوٹی انجام دیتے ہیں۔ ریاست بھر کے سرکاری اسپتالوں میں اکثر یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ اسپتالوں میں جدید طرز کی طبعی جانچ کرانے والی مشینری موجود ہونے کے باوجود بھی اکثر ڈاکٹر لوگ مریضوں کو پرائیویٹ ڈائیگاسٹک سینٹروں میں جانچ کرانے کی خاطر بھیج دیتے ہیں۔ عوامی حلقوں کا یہ بھی کہنا ہے کہ سرکاری اسپتالوں میں ڈاکٹر صاحبان چند منٹوں کے اندر اندر سرسری طور درجنوں مریضوں کا طبی معاینہ کرتے ہے جبکہ یہی ڈاکٹر لوگ پرائیویٹ اسپتالوں یا ذاتی کلینکوں میں گھنٹوں کے دوران چند ہی مریضوں کا طبی معاینہ کرتے ہیں جسکے نتیجے میں ریاست بھر میں اکثر مریض سرکاری اسپتالوں کے بجائے پرائیویٹ کلنکوں کا رخ کرتے ہیں ریاست بھر کے اسپتالوں کا نظام سنوارنے اور ڈاکٹروں کے ساتھ ساتھ دیگر عملے کی حاضری کو یقینی بنانے کی غرض سے اگرچہ کئی حکومتوں نے اقدامات اٹھائے لیکن اس میں کامیاب نہیں ہو پائے۔

علامہ اقبالؒ ..... بت نہیں حقیقت



چند روز قبل "علامہ محمد اقبال اور ان کا بت" کے عنوان سے ایک بلاگ نظر سے گزرا۔ بلاگ پڑھ کر تعجب ہوا کہ لکھنے والے نے بصغیر پاک و ہند کے عوام کو انتہا پسند ثابت کرنے کی ہر ممکن کوشش کی ہے۔ میری ان صاحب سے گزارش ہے کہ اگر برصغیر کے باسیوں میں یہ جوش نہ ہوتا تے جناب نے انتہا پسندی کہہ کر اپنے آبا و اجداد کو تختہ کا نشانہ بنایا ہے تو آج شاید آپ اس آزاد وطن کی آزاد فضاؤں میں سانس نہ لے رہے ہوتے۔ عین ممکن تھا کہ آج آپ بھی جیل میں اسیری کے دن کاٹ رہے ہوتے اور آپ کو ہر ذاتی اجازت نہ ہوتی کہ آپ اپنے ہی اسلاف پر نکتہ چینی کے لیے قلم اٹھا لیں۔ ہندوؤں کے ظلم و ستم کی منہ بولتی تصویر، انگاروں میں جلتا کشمیر اور بھارت میں ہندوؤں کے مسلمانوں پر مظالم آج بھی آپ کے سامنے موجود ہیں۔

مریم فاطمہ

معروف نظم "اب پہ آتی ہے دعا میرے تمنا میری" اقبال کی نہیں بلکہ ماخوذ ہے۔ لیکن خود اس بات سے ناواقف نظر آتے ہیں کہ بلاگ دو ماہ میں شامل متعدد کمنٹس ماخوذ ہیں، اور ان تمام کمنٹوں پر باقاعدہ طور پر ماخوذ لکھا گیا ہے؛ جن میں ایک بچے کی دعا "اب آتی ہے دعا بن کے تمنا میری" کے علاوہ ایک پہاڑ اور گلہری (ماخوذ از ایمرسن)، ہمدردی (ماخوذ از ولیم کوپر) آفتاب (ترجمہ گائتری) وغیرہ شامل ہیں۔

گویا اقبال اپنی کلیات میں اس کا واضح طور پر ذکر کر رہے ہیں۔ یقیناً یہ ہماری، آپ کی کوتاہی ہے کہ اس بات سے اب تک ناواقف رہے، نہ کہ اقبال کی کوتاہی۔ ماخوذ ادب لکھنا کسی طور بھی عیب تصور نہیں کیا جا سکتا، کیوں کہ یہ بھی معیاری ادب کے زمرے میں آتا ہے اور دنیا کی ہر زبان میں ایسا ادب موجود ہے۔

مصوف لکھتے ہیں کہ اقبال کی مشہور و

اگر آپ نے اقبال پر یہ اعتراض اٹھایا ہے تو پاکستان کو معرض وجود میں آئے ستر برس بیت چکے ہیں مگر آج تک ایسا ایک بھی شعر کوئی اور کہیں نہ لکھ سکا۔ گویا ایک نظم کو بنیاد بنا کر اقبال کی فارسی شاعری کی پانچ کتابوں، اردو شاعری کی چار کتابوں، سات خطبات، تحریک پاکستان میں ان کے کردار اور دیگر تمام کارناموں پر سرے سے پانی ہی پھیر دیا۔

موصوف اپنے بلاگ میں لکھتے ہیں کہ اقبال بھی قادیانیت سے متاثر رہے، لیکن موصوف اس بات کا کوئی ٹھوس ثبوت دینے سے قاصر ہے۔ محض یہ کہہ دینا کہ یہ بات اقبال نے اپنے خطوط میں کہا ہے، اقبال پر الزام تراشی کے لیے کافی نہیں۔

جناب کا کہنا ہے کہ اقبال کو ہم نے بلاوجہ کا بت بنا رکھا ہے، ہمیں چاہیے کہ ہم اقبال کو فرشتہ سمجھنے کی بجائے خطا کار انسان سمجھیں۔ تو جناب والا کے گوش گزار کرتی چلوں کہ یقیناً کامل ذات تو رب تعالیٰ کی ہے، لیکن عظیم قوموں کا یہ شعار ہوتا ہے کہ وہ اپنی آنے والی نسلوں کو اپنے رہنماؤں کے عظیم کارناموں سے روشناس کرواتی ہیں۔ اپنی نوجوان نسل کو گھوراں، مدرسوں، یونیورسٹیوں میں اپنے اسلاف کے عظیم کارناموں سے واقف بنایا جاتا ہے تاکہ وہ ان کو اپنا آئیڈیل بناتے ہوئے ان کے بتائے ہوئے سنہری اصولوں کو اپنی زندگی کا حصہ بنائیں؛ تب جا کر عظیم قومیں تشکیل پاتی ہیں۔ مگر افسوس ہماری یونیورسٹیاں تو ایک مخصوص ایجنڈے پر کام کرنے میں سرگرداں نظر آتی ہیں، جہاں نامور یونیورسٹیوں کے پروفیسر حضرات کا ایک مخصوص طبقہ چار کنال ایجنڈے پر کام کر رہا ہے جس کے مطابق:

طلبہ کو باقاعدہ بے راہ روی کا شکار کرنا؛
پڑھائی کی بجائے بے مقصد باتوں میں وقت کو ضائع کر دینا؛
اسلام کے خلاف شکوک و شبہات پیدا کرنا؛
اور ایک لبرل طبقہ پیدا کرنا جو نہ اقبال سے عقیدت رکھتا ہو نہ قائد کے متعلق کچھ جانتا ہو۔

افسوس کہ موصوف بھی اپنے بھولے پن اور لاعلمی کی وجہ سے اسی ایجنڈے کا بھرپور شکار نظر آتے ہیں۔

جناب لکھتے ہیں کہ اقبال طویل عرصے تک وطن پرستی کے قائل نظر آتے ہیں۔ تو جناب والا! ہر محب وطن شہری یقیناً اپنے وطن سے محبت کرتا ہے، غالباً آپ بھی کرتے ہوں گے۔ بحیثیت مسلمان اقبال کی پیش کردہ قوم کی تعریف بہترین تعریف ہے۔ کیونکہ اس کے مطابق تمام مسلمان ایک قوم ہیں جو ملک کی سرحدوں سے آزاد ہیں۔ گویا دنیا میں جہاں جہاں بھی مسلمان آباد ہیں، وہ تمام اپنے ملک میں رہتے ہوئے مسلم امہ کی تشکیل کرتے ہیں۔ اور یہی درس ہمیں حدیث میں بھی نظر آتا ہے کہ تمام مسلمان بھائی بھائی ہیں۔ یہاں یہ بیان نہیں کیا گیا کہ صرف ایک ملک میں رہنے والے مسلمان آپس میں بھائی بھائی ہیں۔

بلاگ پڑھنے کے بعد نا جانے کیوں بار بار ایک کہاوت میرے ذہن میں گھوم رہی تھی۔ یوں گمان ہو رہا تھا کہ اس کہاوت کا موصوف کے بلاگ سے کوئی گہرا تعلق ہے۔ کہاوت کچھ یوں ہے:

ایک مصور نے اپنی تمام تر صلاحیتیں اور زندگی کا تمام تجربہ استعمال کرتے ہوئے ایک پینٹنگ تیار کی، جسے اس نے اپنا شاہکار قرار دیا۔ اگلے سال اس نے تخلیق کردہ کے بعد اس کے لیے اس کی جانچ کرنا مشکل ہو رہا تھا۔ اسے ایک ترکیب سوجھی۔ اس نے اپنی پینٹنگ کو چوراہے میں لگا دیا اور اس کے ساتھ ہی جملہ لکھ دیا: برائے مہربانی اس پینٹنگ میں موجود خامیوں کی نشاندہی کیجیے۔ اگلی صبح وہ اپنی پینٹنگ دیکھ کر حیران رہ گیا، پوری کی پوری پینٹنگ خامیوں کی نشاندہی سے سرخ ہو چکی تھی۔ وہ یہ دیکھ کر بہت پریشان ہوا اور ایک دوست سے مشورہ لیا۔ دوست نے مشورہ دیا کہ اس تصویر کو دوبارہ چوراہے میں لگاؤ، مگر اس بار پہلے والے جملے کی جگہ یہ جملہ لکھنا: پینٹنگ میں موجود خامیوں کی نشاندہی کرنے کے لئے شکریہ۔ صبح وہ شخص اپنی پینٹنگ دیکھ کر ایک بار پھر حیران ہو گیا کہ پینٹنگ پر ایک بھی نشان موجود نہ تھا۔

بچوں کے مسائل آپ کی سوچ سے زیادہ سنگین ہیں



گزشتہ دنوں "میں اپنے بچوں کو کھانا کھلاؤں یا تعلیم دلاؤں" کے عنوان سے انسانی حقوق کی تنظیم "نیشنل رئیس واچ" نے ۱۱۱ صفحات پر مشتمل تحقیقی رپورٹ جاری کی۔ رپورٹ پاکستانی بچیوں میں تعلیم حاصل کرنے کے رجحان میں کمی پر ایسی مایوس کن صورتحال کی تصویر کشی کر رہی ہے جس کا ہر پہلو اصلاح طلب ہے۔

رپورٹ کے مطابق پاکستان میں تقریباً ڈھائی کروڑ بچے اسکولوں میں تعلیم حاصل کرنے سے محروم ہیں جن میں بڑی تعداد بچیوں کی ہے۔ پرائمری اسکول جانے والی عمر کی 32 فیصد بچیاں اسکول سے باہر ہیں اور نویں جماعت تک پہنچتے پہنچتے طالبات کی تعداد 13 فیصد رہ جاتی ہے۔

اسکول نہ جانے کی کئی وجوہ میں نمایاں ترین اسکولوں کی تعداد میں کمی، منتخبی تعلیم، سرکاری اسکولوں میں فرنیچر، بجلی، پانی اور اساتذہ کی کمی یا غیر تربیت یافتہ اساتذہ کی بھرتی، طلبا پر تشدد، زبان کا مسئلہ، بچیوں کے ساتھ جنسی تفریق اور غربت قابل ذکر ہیں۔

حکومتی تخمینے کے مطابق 5.29 فیصد آبادی خط غربت کے نیچے زندگی بسر کر رہی ہے۔ بڑھتی غربت و مہنگائی کے باعث جہاں گداگری میں اضافہ ہو رہا ہے، وہیں غریب خاندانوں میں ایک طرف بچیوں پر تعلیم کے دروازے بند کر کے انہیں گھریلو کام کاج پر مامور کیا جاتا ہے تو دوسری جانب حصول تعلیم کے خواہشمند بچے کھیتوں اور فیکٹریوں میں محنت کرنے پر مجبور ہیں۔

فیکٹریوں کے غیر محفوظ ماحول میں انہیں نہ صرف جسمانی تشدد کا نشانہ بننے کا خدشہ لاحق ہوتا ہے بلکہ انتہائی کٹھن حالات میں روزانہ دس دس گھنٹے سے زائد کام بھی کرنا پڑتا ہے؛ اور اگر ان کا واسطہ کیمیائی مادوں سے پڑتا ہے تو طبی پیچیدگیوں کا شکار ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح گرمیوں کی تپتی دھوپ، سردیوں کی ٹھٹھرتی صبحوں اور بعض اوقات راتوں میں کھیتوں کو سیراب کرنے کا کام کرنے والے بچے کھلیانوں پر کھڑی جا نے والی زہریلی دواؤں کے باعث جلدی متعدد بیماریوں کا شکار ہو جاتے ہیں۔

یہ بھی ایک تلخ حقیقت ہے کہ خوشحال گھرانوں میں کام کرنے والے غریب بچے اور بچیاں غذائی قلت کا شکار ہیں۔ کام کے نظام الاوقات مقرر نہ ہونے کی وجہ سے ان بچوں کو اوسطاً 9 گھنٹے سونے کو ملتے ہیں جبکہ 7 سال سے 14 سال کی عمر کے بچوں کو یومیہ کم از کم 9 سے 12 گھنٹے نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ گھروں میں کام کرنے والے بچوں کا ایک المیہ یہ بھی ہے کہ یہ بچے برائے نام معاوضوں پر طویل گھنٹوں تک روزانہ کام کرتے ہیں؛ اور اگر انہیں معاوضہ ملتا بھی ہے تو ان کے والدین یا وارث آ کر لے جاتے ہیں۔

جن حالات میں یہ بچے کام کرتے، جس طرح کے استحصال سے گزرتے اور جیسے لوگوں کا سامنا کرتے ہیں، وہ سب کچھ ان کی شخصیت اور رویوں کی شدت انداز میں تغیر کے بجائے مختلی طور پر تخریب کا ذریعہ بنتا ہے۔ اس لیے یہ بچے بالخصوص توجہ کے طالب ہیں کیونکہ آگے چل کر یہی رویے اور مزاج، معاشرے میں ان کے کردار کی صورت میں اچھے برے نتائج کا ذریعہ بنتے ہیں۔

ایسے خوش قسمت بچے جنہیں اسکول جانے کا موقع مل جاتا ہے، وہ اساتذہ کی جانب سے زیادتیوں کا شکار ہونے کے ساتھ ساتھ دیگر نفسیاتی دباؤ کا شکار رہتے ہیں۔ رٹا اور نقل کا رواج عام ہونے کی وجہ سے پرفیشنز کا فقدان ہے۔ سیاسی یا سفارشی وابستگی کی بنیاد پر اپنے اساتذہ کا تقرر جن کی مصروفیات میں تعلیم و تدریس سرے سے شامل ہی نہیں، بچوں کی ذہنی صلاحیتوں کو مفلوج کرنے کے مترادف ہے۔

اس حقیقت کا ثبوت، اس بات سے بہ آسانی ملتا ہے کہ اعلیٰ تعلیم یافتہ نوجوان اردو یا انگریزی میں درخواست لکھنے سے قاصر ہوتے ہیں۔ ایسی پسماندگی جرائم اور کرپشن کو فروغ دیتی ہے۔

ایوان صنعت و تجارت کے قائم مقام صدر جاوید اقبال چوہدری کا کہنا ہے کہ ہمارے پاس کام کرنے کے لیے جدید ٹیکنالوجی کی تربیت سے آراستہ، ہنرمند افرادی قوت موجود نہیں اور اس کا سبب یہ ہے کہ گزشتہ 70 برس کے دوران ہمارے حکمرانوں کے مقابلے میں کئی عشروں بعد آزاد ہونے والے ممالک میں خواندگی کی شرح پاکستان سے کہیں بہتر ہے۔ اس ضمن میں سنگاپور اور چین بہترین مثالیں ہیں۔ 1965 میں جب سنگاپور نے ملائیشیا سے آزادی حاصل کی تو انتشکی کا غریب ترین ملک تھا۔ آج اس کے تعلیمی نظام کو ستائش کی نظر سے دیکھا جاتا ہے۔

اس کے طالب علم "آرگنائزیشن فار اکنامکس اینڈ ڈیولپمنٹ" کے تحت ہونے والے امتحانات میں اعلیٰ درجہ لیتے ہیں۔ اسی طرح چین، جسے بیسویں صدی کے نصف اوّل تک ساری دنیا "اپنی قوم" کے نام سے جانتی تھی، آج دنیا کی سپر پاور میں شمار ہوتا ہے۔

اس بات کا اندازہ فی الفور تو نہیں لگایا جا سکتا کہ تعلیمی حوالے سے ناانصافی اور محرومی کے شکار کئی ملین بچوں کو ان کے جائز حقوق ملنے میں ابھی مزید کتنے برس لگیں گے، مگر قلیل وقت میں تعلیمی اداروں کو لائق اساتذہ فراہم کرنے، اداروں کی ضروریات پوری کرنے، سستی تعلیم فراہم کرنے اور غربت میں کمی کی حتی المقدور کوشش تو کی جا سکتی ہے، کیونکہ لائق اساتذہ کی وجہ سے بچوں کی بنیاد مضبوط ہو جاسکتی ہے۔ اس کے علاوہ انسانی سرمائے (ہیومن کیپیٹل) کو پروان چڑھنے سے بچانے کے لیے تکنیکی تعلیمی ادارے قائم کیے جائیں تاکہ انہیں صنعت اور طبقے سے قطع نظر، ان کی صلاحیتوں کے مطابق تعلیم و ہنر سے آراستہ و پیراستہ ہونے کے مواقع فراہم کیے جائیں؛ کیونکہ جب قوموں کے بڑھتے لکھتے، باشعور لوگ نوکری کے ہاتھوں محتجوبہ کریں تو ملک سے انصاف ختم ہو جاتا ہے۔

سوتے میں بڑبڑانے کے بعد اب نیند میں میسج کرنے کا مرض عام



پسلو ایاز! اگر آپ کے دوست کی جانب سے آپ کو ٹیکسٹ کچھ اس طرح موصول ہو تو زیادہ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں کیونکہ یہ ایک نفسیاتی کیفیت کا شاخسانہ ہو سکتا ہے۔ اس نہ سمجھ آنے والے ٹیکسٹ میسج کو ایک نئے مرض سے تعبیر کیا جا رہا ہے جسے مین نیند میں باتیں کرنے کی طرح نیند میں ٹیکسٹ کرنے کی ایک کیفیت کے طور پر پیش کیا جا رہا ہے جس میں لوگ فون اٹھاتے ہیں، ان لاک کرتے ہیں، دوست کا انتخاب کرتے ہیں، میسج لکھ کر اسے سینڈ کر دیتے ہیں اور یہ سب کچھ نیند میں ہوتا ہے۔ اس میں میسج لکھنے والا انکھیں بھی نہیں کھولتا اور اسے سلیپ ٹیکسٹ کا نام دیا جا رہا ہے جس میں لکھا جانے والا پیغام بے معنی اور گڑبڑ ہوتا ہے۔ اگرچہ یہ عجیب بات لگتی ہے کہ لیکن آپ کو حیران کر حیرت ہوئی ہے کہ ٹیکسٹ کرنے والے کو یاد بھی نہیں رہتا کہ اس نے کسی کو کوئی پیغام بھیجا ہے۔ اسے بیرا سومنیا کی ایک قسم قرار دیا گیا ہے جس کا مطلب ہے کہ لوگ سوتے میں عجیب و غریب کام کرنے کے عادی ہوں۔ تاہم یہ کیفیت کم از کم مغربی ممالک میں ہماری توقع سے زیادہ عام ہوتی جا رہی ہے۔ اس ضمن میں پینسلوانیا میں واقع یونیورسٹی کے ماہرین نے کالج کے 372 طلبا و طالبات سے نیند اور فون کے استعمال کے بارے میں سوالات کیے تو ان میں سے 26 فیصد افراد نے کہا کہ وہ کسی موقع پر نیند میں بھی میسج بھیجتے ہیں۔ ٹیکسٹ کرنے والوں کی اکثریت رات کو فون اپنے پاس رکھ کر سوتی ہے اور ایک اس سے بچنے کے لیے بستر کے درمیان میں سوتی ہے اور فون کو دور رکھنے کی کوشش کرتی ہیں۔ ماہرین نے اس کیفیت پر مزید تحقیق کا ارادہ ظاہر کرتے ہوئے عوام کو مشورہ دیا ہے کہ وہ فون کو خود سے دور رکھیں یا فون مکمل آف کر کے سوئیں۔

روزنامہ صورتِ حال

مرغ ماہی



مزاح

یوسف ظفانی

آدمی کا پیٹ، آدمی کے جسم کا سب سے طاقتور حصہ ہے۔ آدمی کا دل و دماغ اس کی گویائی اور سماعت اور اس کا ضمیر سب پیٹ کی رعیت ہیں۔ دنیا کے آدھے سے زیادہ جرائم کی بنیاد یہی پیٹ ہے۔

فلسفہ اور منطق جیسے علوم کے علاوہ ادب اور شاعری بھی دردِ شکم ہی کی پیداوار ہے۔

آدمی کے اس پیٹ کے دیگر احوال یہ ہیں کہ یہ ہر قسم کے جانوروں، پرندوں، پھلوں اور ترکاریوں کا گودام ہے۔ ان اشیائے خوردنی میں یوں تو سبھی چیزیں آدمی کو بھاتی ہیں لیکن ان میں مرغ و ماہی اس کے بڑے شوق کی چیزیں ہیں اور آدمی کی عمر کچھ ہی کیوں نہ ہو ان دو چیزوں کے دیدار ہی پر نہیں ان کے ذکر پر بھی اس کی رال ضرور ٹپکتی ہے۔ ان دنوں میں مچھلی کو بطور غذا فوقیت حاصل ہے کیونکہ یہ ہمیشہ نہاتی دھوتی رہتی ہیں جب کہ مرغ اتنا صفائی پسند نہیں ہوتا۔

مچھلیاں عادات و اطوار کے اعتبار سے بھی مضبوط کیریکٹر کی حامل مانی گئی ہیں۔

ان کے متعلق ایسی ویسی باتیں کبھی سننے میں نہیں آئیں۔ اس کے برخلاف مرغ (یہ عام طور پر واحد ہی ہوتا ہے) اور مرغیوں کی بے تکلفی بلکہ بے حجابی عام بات ہے۔ سچ پوچھا جائے تو اب صرف مچھلیاں ہی قدیم مشرقی تہذیب کی نام لیوا رہ گئی ہیں۔

ان کی اسی خوبی اور اس خوبی کے علاوہ دیگر اوصاف حمیدہ کی بنا پر مچھلیوں کو جل ترکاری مانا گیا ہے (جل پری تو وہ ہوتی ہی ہیں) ترکاری جیسی معصوم اور بے ضرر صنف میں شامل کیے جانے کی وجہ سے ترکاری نوش لوگوں کے حلقے میں بھی مچھلی بے حد مقبول ہے۔ بلکہ ساحلی علاقے کے لوگ اسی ایک زندہ اور فعال ترکاری کے شیدائی ہیں۔ وہ سیلابوں میں بہہ جانا پسند کرتے ہیں لیکن مچھلیوں سے دور نہیں رہنا چاہتے۔

مچھلی اپنی شہرت کا خود انتظام کر لیتی ہے اور پکنے پر کسی میڈیا کی مدد لیے بغیر دور دور تک اپنی خوشبو پھیلاتی ہے۔ اس کی خوشبو سونگھ کر پڑوس میں لوگ کف افسوس ملتے ہیں کہ ہم نے کیوں اتنے اچھے پڑوسیوں سے تعلقات بگاڑ لیے۔

ہمارے تعلقات خوشگوار ہوتے تو ہم صرف اس خوشبو کے نہیں مصدر خوشبو کے بھی حق دار ہوتے۔ مرغ پر مچھلی کی فوقیت کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ مچھلی سے نمٹنے کے لیے نقلی دانت نہیں بنوانے پڑتے۔

اس لحاظ سے مرغ کافی مہنگا پڑتا ہے۔ اہل زبان لوگ مچھلی ہی کو پسند کرتے ہیں۔ مرغ کے ساتھ ایک وقت یہ بھی ہے کہ ڈش سے مرغ کی ٹانگ نکل جائے تو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ محفل کی شمع بجھ گئی۔

لیکن مچھلی کسی قسم کا غم انگیز ماحول نہیں پیدا کرتی۔ اس کا ہر حصہ بیت الغزل ہوتا ہے سر تو مطلع ہوتا ہی ہے۔ مچھلی میں کانٹے ضرور ہوتے ہیں لیکن کانٹے تو گلاب کی شاخ میں بھی ہوتے ہیں اور یوں بھی مچھلی، بوقت طعام آپ کی پوری توجہ چاہتی ہے۔ اسے کھاتے وقت اس کا مطالعہ کرنا چاہئے۔ ویسے اعلیٰ ذات کی مچھلیاں بھی ہوتی ہیں جن میں کانٹے نہیں ہوتے۔ یہ مچھلیاں اعلیٰ ذات کے آدمیوں سے بہتر ہوتی ہیں۔ یہ کوئی ضرر نہیں پہنچاتیں۔

محبوباؤں اور شاعروں کو صرف ایسی ہی مچھلی کھانی چاہئے شاعر کو اس لیے کہ اگر مچھلی کا کوئی نامعقول کانٹا ان کے حلق میں پھنس گیا تو وہ کن کلیاں میں اپنا کلام کیسے بنا سکیں گے۔ مچھلیوں کے اوصاف کی فہرست میں ایثار اور قربانی کے جذبات بھی شامل ہیں۔ مچھلیاں غیر معمولی حد تک جاں نثار ہوتی ہیں اس لیے ہر چھوٹی چھلی بڑی چھلی غذا کے کام آتی ہے (مرغوں میں یہ وصف سرے سے معدوم ہوتا ہے وہ پیدائشی خود غرض ہوتے ہیں)

مچھلیاں ہمیشہ پانی پیتی ہیں لیکن مرغ عام طور پر صرف ذبح ہوتے وقت پانی پیتے ہیں۔ زندگی میں بھی پیتے ہوں گے لیکن ان کی زیادہ توجہ کھانے ہی کی طرف ہوتی ہے۔ مچھلیاں پانی کے ذائقے کی بھی پروا نہیں کرتیں۔ وہ پانی سے افلاطونی عشق کرتی ہیں۔ پانی میٹھا ہو یا کھارا وہ کسی بھی پانی کے ساتھ گزارا کر لیتی ہیں۔

یہ شرافت کی نشانی ہے اور مرغیاں ہیں کہ نمکین پانی کا ایک قطرہ نہیں سہہ سکتیں۔ شاید وہ جانتی ہیں کہ نمکین پانی سے صرف غرارہ کیا جاتا ہے۔ مچھلی بہت خاموش اور پر سکون شخص ہوتی ہے۔ یہ بولتی ہی نہیں۔ جانتی ہے اس نقار خانے میں کس کی آواز سنی جاتی ہے جو اس کی سنی جائے گی۔ مرغیاں اس معاملے میں داد و بیداد سے بے نیاز ہوتی ہیں۔ بولے چلی جائیں گی۔

جس گھر میں مرغیاں موجود ہوں اس گھر میں شور کے لیے بچوں کی ضرورت نہیں ہوتی۔ مرغیوں کے شور سے بچنے کے لیے لوگ فلمی گانوں کے ریکارڈ اور لاؤڈ اسپیکر کا انتظام کرتے ہیں۔ مرغیاں دوپہر کے وقت خاص طور پر بہت بولتی ہیں اور اونچا بولتی ہیں۔ کسی کو قیلولہ نہیں کرنے دیتیں۔

مچھلی کی برتری اس سے بھی ثابت ہوتی ہے کہ مچھلی کا شکار ایک معزز شغل ہے جب کہ مرغ کو پکڑنا شکار نہیں سمجھا جاتا۔ اس کی حیثیت دال برابر ہوتی ہے۔ شرفاء مچھلی کے شکار میں اس بات کا خاص خیال رکھتے ہیں کہ کوئی مچھلی جلد نہ پھنسے۔ ان میں سے زیادہ شریف لوگ تو شام کے وقت خالی ہاتھ لوٹنا پسند کرتے ہیں۔ یہ اور بات ہے کہ گھر میں داخل ہونے سے پہلے دو باسی مچھلیاں بازار سے خرید لیتے ہیں۔ یہ گھر میں داخل ہونے کا اجازت نامہ ہوتا ہے۔

صوری اعتبار سے بھی مرغیوں کے مقابلے میں مچھلیاں زیادہ قابل دید ہوتی ہیں۔ ان کی طرف نظر بھر کر دیکھا جا سکتا ہے۔ مرغیاں حسن و جمال سے محروم ہوتی ہیں اور دیکھنے میں بھی غذا ہی دکھائی دیتی ہیں۔ مرغیاں اور مچھلیاں دونوں پالی جا سکتی ہیں لیکن دل صرف مچھلیوں سے بہلتا ہے کیونکہ پالی جانے والی مچھلیاں تو اور بھی مہ جبین ہوتی ہیں۔ یہ کہنا تو غلط ہوگا کہ خوب صورتی ان پر ختم ہو جاتی ہے۔ لیکن ان ہی میں سے چند واقعی مس ورلڈ ہوتی ہیں۔ قدرت نے ان مچھلیوں کے لیے نہایت بیش قیمت رنگ استعمال کیے ہیں۔

اور ان کے کئی دیدہ زیب ڈیزائن بنائے ہیں۔ ان کے برعکس ساری کی ساری مرغیاں ایک سی دکھائی دیتی ہیں اور ان میں سے کچھ تو صرف بھرتی کی ہوتی ہیں۔ لیکن مرغیوں میں یہ خوبی ضرور ہوتی ہے کہ یہ سب پرولتاری طبقے سے تعلق رکھتی ہیں اور ان میں بورژوائی عادتیں نہیں ہوتیں۔ یہ اپنی رہائش کے معاملے میں بہت قناعت پسند ہوتی ہیں۔ انھیں شیشے کا گھر نہیں چاہئے۔ یہ بے چاری، جھانپ یا زیادہ سے زیادہ دیوار کے بوسیدہ تختوں سے بنے ہوئے ڈربوں پر اکتفا کر لیتی ہیں۔ رہائش کے علاوہ غذا کے سلسلے میں بھی مچھلیوں کے مطالبات بہت ہیں جو سب کے سب پورے کرنے پڑتے ہیں۔ اس کے باوجود یہ ڈوب مرتی ہیں۔

لذت کام و دہن کے علاوہ، مرغیاں اہل دانش کے غور و فکر کا بھی مرکز رہی ہیں اور مفکرین ہمیشہ اس فکر میں مبتلا رہے کہ مرغی پہلے پیدا

میری بیگم کے ساتھ یہ ہوا تو خیال آیا



میاں جمشید

میری بیگم کا ایک ٹریننگ سیشن اسی اسکول میں ہونا تھا جہاں سے میں نے اپنی ابتدائی تعلیم حاصل کی تھی۔ سو خوشی خوشی انہیں وہاں چھوڑنے گیا کہ چلو ذرا گزرے تعلیمی دور کی یادیں تازہ ہو جائیں گی۔ کچھ دیر بعد ہی بیگم صاحبہ نے گیٹ کے اندر کی جانب بیٹھے سیکیورٹی والوں سے انٹری وغیرہ کروا کر ہاتھ سے "اوکے" کا اشارہ کرتے مجھے واپس جانے کا کہا۔

میں اس تمام دورانیے میں مشاہدہ کر رہا تھا کہ انہی سیکیورٹی والوں کے پاس جو بڑی عمر کے اساتذہ کا ٹولہ کھڑا دھوپ سینک رہا تھا، اس کی نظریں میری بیگم کی انٹری کے پروسیس اور اس کے ہال تک جانے کی چال پر مسلسل جمی رہیں۔ ان ہی میں میرے ایک عربی کے ٹیچر بھی شامل تھے جو اب بزرگی کے قریب ہی تھے۔ تبھی ذہن میں خیال آیا کہ کیا ان سب کا ایسا کرنا فطری ہوتا ہے؟ ایسے خواتین پر مسلسل نظریں جمائے رکھنا، دور تک دیکھتے رہنا کیا عام سی بات ہوتی ہے؟ کیا خواتین ان سب کو لائٹ لیتی ہیں؟ کیا یہ سب روٹین کی باتیں ہیں؟ کوئی فرق نہیں پڑتا، کہ صرف دیکھا ہی تو جاتا ہے؟

ایسی بات نہیں کہ میری وائف ساتھ ایسا ہوا تو ہی مجھے خیال آ رہا ہے۔ ہاں! ویسے یہ بھی ہے کہ جب اپنی ماں، بیوی، بہن یا بیٹی ساتھ ایسا ہو تب زیادہ محسوس ہوتا۔ مگر سچ کہوں تو کوئی کم عمر نوجوان گھورے یا دور تک اپنی نظریں جما کر دیکھتا رہے تو سمجھ آتی ہے کہ اس کی عمر ایسی، تربیت کی کمی وغیرہ۔ مگر جب کوئی بڑی عمر کا مرد، بال بچوں والا ایسا کرے تو بندہ کس کو قصور وار ٹھہرائے۔ خاص کر جب کوئی استاد ہو یا کسی بھی ادارے میں سینئر پوزیشن کا حامل فرد ایسی غیر اخلاقی عادتوں سے چھٹکارا حاصل نہ کر سکے تو اس کا کیا حل ہے؟ "چھوڑیں جی بس وہ ہیں ہی ایسے، آپ پروا نہیں کرو، ان کو دیکھنے دو" وغیرہ جیسی باتیں ان کے لیے کہہ کر اپنے کام میں لگ جانا کافی ہے کیا؟ چلیے اگر جس سے شکایت کی جاتی ہو وہ صاحب بھی ایسے ہی نکل آئیں تو پھر بندہ کس سے فریاد کرے؟

میں ہمیشہ ان تمام خواتین کو واقعی داد دیتا ہوں جو عمر کا لحاظ کرتے ہوئے ایسا سب سہہ جاتی ہیں۔ مگر یہ بھی المیہ ہے کہ مردوں کے اس معاشرے میں جو بول بھی پڑے، اور پھر سنوائی ہو بھی جائے تو وہ عورت بعد میں زیادہ مرکزِ نگاہ بن جاتی ہے: "اچھا! یہ ہیں وہ جنہوں نے بڑی ہمت کی تھی، ایسی دکھتی ہیں،" اور پتا نہیں کیا کیا۔ انہی باتوں کے بتنگڑ بننے کی وجہ سے چپ سادھ لی جاتی ہے۔ جملے بازی کو چھوڑیے صاحب، صرف مردانہ جنسی نظروں والی نگاہ میں خواتین کا دفاتر میں کام کرنا، چلنا پھرنا، پبلک ڈیلنگ وغیرہ یا بازار، دکان یا پبلک ٹرانسپورٹ پر یہ سب سہنا واقعی میں اتنا آسان نہیں جتنا ایسے میرا یہاں ایک مضمون میں لکھ دینا۔

مجھے جو ابھی تک عجیب یا برا لگتا ہے، وہ یہ ہے کہ چلو کوئی عام رکشہ ڈرائیور ہو، کوئی دکان والا، یا کوئی آتا جاتا غیر ایسی نگاہوں سے دیکھے تو چل جاتا کہ ابھی تعلیم و تربیت کی بہت کمی ہے۔ مگر کوئی اپنا جاننے والا، کوئی دوست، استاد یا کولیگ ایسا سب کرے تو کیوں کرے بھئی؟ یہ کیسا تجسس ہے؟ اور کیوں ہے؟ کہ اچھا دیکھوں تو سہی اس کی وائف کیسی ہے؟ بہن کیسی کی دکھتی ہے؟ کتنی ماڈرن ہے؟ مطلب کہ، کیا یہ سب نارمل ہوتا ہے؟ فطری ہوتا ہے؟ کیا ہم اس پر قابو نہیں کر سکتے؟

اچھا خیر چھوڑیے، اب بہت لمبی بات ہوگی۔ کبھی تو سمجھ میں آ ہی جائے گا۔ کبھی تو ہم مرد خود کو بدل ہی لیں گے، کبھی تو ہوگا کہ ہم مردوں کی موجودگی اور ہماری نظروں سے خواتین خود کو کمفرٹیبل محسوس کریں گی۔ کبھی تو کوئی حل نکلے گا۔

آپ کو ملے تو مجھے بھی بتائیے گا، ابھی میں ذرا اپنے ادارے میں اپنے دوست کے بچے کا ایڈمیشن کرلوں۔ اس کی کال آئی تھی کہ خود مصروف ہوں تو تمہاری بھابی آ رہی ہیں؛ اور لگتا ہے باہر استقبالیہ پر وہی موجود ہیں۔ آج میں دیکھوں تو سہی کہ بھابی لگتی کیسی کی ہیں؟

تنقید کی تلوار سے تعلقات کا سر قلم

سید محمد رضا

بلاشبہ حد سے بڑھ جانے والے اور کم رہ جانے والے خسارے میں ہیں۔ (القرآن)

دکھاوا اور کنجوسی، حد سے بڑھ کر اور ضرورت سے کم ہمیشہ ہر چیز نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔ البتہ جب کوئی اور چارہ ہی نہ ہو تو ضرورت کے مطابق اپنی یہ حس استعمال کی جا سکتی ہے۔ تاریخ میں انسانوں کو فیصلہ لینے کی حیثیت سے دو گروہوں میں تقسیم کیا جاتا ہے: ایک گروہ جو دل سے جذبات کی بنیاد پر فیصلہ کرتا ہے اور دوسرا وہ جو دماغ سے وجوہ پرکھ کر فیصلہ لیتا ہے۔ دونوں گروہوں کے لوگ زمین پر موجود ہر آبادی میں پائے جاتے ہیں۔

یہ فیصلے لوگوں سے منسوب ہوتے ہیں، ان فیصلوں کو مخصوص لوگوں سے منسوب نہیں کیا جانا چاہیے۔ البتہ ایسا ہوتا ضرور ہے جیسے عام طور پر ہمیشہ عقل کی بنیاد پر فیصلہ لینے والوں کو دانشور اور مضبوط تصور کیا جاتا ہے۔ مثلاً ایشیائی خطے کے لوگ مغرب والوں کو معقول تسلیم کرتے ہیں جبکہ ایشیائی لوگوں کو جذباتی مانا جاتا ہے کہ جو جلد باز اور کمزور لوگوں کی علامت خیال کیا جاتا ہے۔ اسی طرح یہ بھی خیال کیا جاتا ہے کہ عقل کی بنیاد پر فیصلہ کرنے والے ہی تنقیدی نظر کے مالک ہوتے ہیں۔ یہ تمام ترجیحات اور توہمات سراسر غلط ہیں۔

کوئی بھی بات یا فیصلہ محض دماغ سے یا صرف دل سے لینا شدید مضر ہے۔ انسان کی نفسیاتی، معاشی، معاشرتی، مذہبی اور سیاسی زندگی میں دونوں چیزوں میں توازن کی اشد ضرورت ہے۔ ایک انسان کی مخصوص ذہنیت ہمیشہ تربیت، ماحول اور ادب (Literature) سے پروان چڑھتی ہے اور موجودہ دور میں میڈیا بھی اس لحاظ سے ایک اُستاد بن چکا ہے۔

ہماری قوم کی پسماندگی کی ایک سب سے بڑی وجہ ہمارے ادب (لٹریچر) کا فقدان اور تاریخ و حالات کے حقائق سے بے خبری ہے۔ لیکن جو لٹریچر آج ہمارے پاس موجود ہے، افسوس کہ چند تنقیدی نقطہ نظر رکھنے والے، خاطر خواہ علم رکھنے والے لوگ اُس ادب کو بھی ترقی یافتہ ادب سے موازنے میں بے حُرمتی کا نشانہ بناتے ہیں اور زیادہ تر یہ لوگ حد سے بڑھنے والے ہوتے ہیں۔ بعض دفعہ میڈیا پر اپنے ان ذاتی اور دوسروں سے متاثر خیالات کو بیان کر کے لوگوں کی ذہنیتوں میں ہلچل مچا دیتے ہیں۔ آخر کیا فائدہ حاصل ہو سکتا ہے ایک سیاستدان کا دوسرے سے موازنہ کر کے یا ایک ادبی شخصیت کو دوسری شخصیت پر فوقیت دے کر؟ یہ چیزیں ہمیشہ تنگ نظری، شدت پسندی اور جذباتی اُبھار کا سبب بنتی ہیں۔

آج کل حالات بھی کچھ یوں ہیں کہ عوام کا بھی اس تباہی میں بھرپور کردار ہے۔ عادت کی وجہ سے ذہنیت ہی ایسی بن گئی ہے۔ سیاست میں جب تک سیاسی گروہ ایک دوسرے کو اور مذہب میں جب تک فرقے ایک دوسرے کو بلا ضرورت اور بیہودہ طریقے سے تنقید کا نشانہ نہ بنائیں، اُن کی سیاست چمکتی ہے نہ ہی فرقوں کے مذہبی جذبات میں جوش رہتا ہے۔ اور بلاشبہ پاکستان میں بڑھتی فرقہ واریت اسلام کو مرضی کے مطابق بڑھانے اور گھٹانے کی ہی وجہ سے ہے۔ اسلام میں اور اسلام پر تنقید کی وجہ سے ہی آج انسان، انسانیت دیکھنے کو ترس گیا ہے۔ سارے مسالک و ممالک میں یہی ملتی جلتی کیفیت ہے مگر اپنا ملک اسلام کے نام پر ہے جس کی وجہ سے مسلمانوں سے اصلاح کی ضرورت پر اس بلاگ کی ضرورت محسوس کی گئی۔ تنقید کرنے والوں کو ولولہ، اُمید، ہمت اور حوصلہ بھی اُنہی لوگوں میں پیدا کرنا چاہیے جنہیں اصلاح کے لیے ہی سہی، مگر ایک طرفہ طور پر تنقید کے نشانے پر رکھا جاتا ہے۔ تنقید میں صرف اچھائیاں بھی نہیں نکالنی چاہئیں اور نہ ہی صرف بُرائیاں۔

ناقدین حضرات (استاد سے لے کر اینکر پرسنز تک) کو پاکستان کے مذہبی، معاشی، اقتصادی، سیاسی اور معاشرتی پہلوؤں پر ہمیشہ دل اور دماغ، دونوں کا استعمال کرتے ہوئے حق کو اجاگر کرنا چاہیے۔ انہیں اپنا ذاتی نقطہ نظر خود تک محدود رکھنا چاہیے کیونکہ وہ اس سے دوسروں کے نظریات متاثر کر سکتے ہیں۔ ایک مشہور قول کے مطابق: غیر ضروری تنقید وہ تلوار ہے جو سب سے پہلے خوبصورت تعلقات کا سر قلم کرتی ہے۔

۷۷۷۷

کیا صرف امیر طبقہ ہی مراعت یافتہ ہوتا ہے؟



فہد ملکاپ

اگر آپ نے نسل در نسل اشرافیہ اسکول سے تعلیم حاصل کی ہے جہاں آپ کے دادا پڑھے پھر آپ کے والد نے علم حاصل کیا اور کسی دن آپ کے بچے بھی پڑھنے جائیں گے، تو آپ کے ساتھ ساتھ بڑے ہونے والے افراد نامور بیوروکریٹس، صنعت کاروں، سیاستدانوں اور زمینداروں کی اولادیں ہوتے ہیں۔

ایک مہنگی نجی تعلیم آپ کے لیے معتبر یونیورسٹی کی راہ ہموار کر دیتی ہے، جہاں موجود پروفیسرز آپ کو تجزیاتی مفکر بنانے کے لیے اپنی تمام تر صلاحیتیں بروئے کار لاتے ہیں۔ گریجویٹ ہونے تک آپ ایک ایسے خود رواں شخص بن جاتے ہیں جو ہر چیز کے بارے میں اپنے زاویہ نظر سے دیکھنے کی صلاحیت رکھتا ہے اور ہاں آپ کی جان پہچان بااثر ہم وطنوں سے ہو جاتی ہے، جو آپ کی ایک آواز پر لبیک کہہ کر ہر میدان میں آپ کے ساتھ دینے کو تیار ہوں گے۔

آپ جیسے ہی اپنی عملی زندگی کا آغاز کریں گے تو آپ محسوس کریں گے کہ ملازمت کا جھمیلا تو عام لوگوں کے لیے ہونا چاہیے آپ کے لیے نہیں۔ آپ تو اپنے والد کے کامیاب کاروبار کو وہیں سے اپنے ہاتھوں میں لے سکتے ہیں جہاں پر آپ کے والد چھوڑیں گے۔ اگر ایسا نہیں تو پھر آپ کے والد کو چند لوگوں کو فون کر کے سفارش کرنے میں کوئی دقت محسوس نہیں ہوگی۔ پھر آپ اپنی قابلیت اور درست سفارشات کے بل بوتے پر ایک ٹاپ کارپوریٹ کمپنی میں مڈل مینیجر بن جاتے ہیں، اور یوں ایگزیکٹیو سطح کا عہدہ حاصل کرنے کے لیے آپ کو کم از کم ایک دہائی کا انتظار نہیں کرنا پڑتا۔

جب آپ 40 برس کے ہو جاتے ہیں تو آپ کے پاس اتنی دولت جمع ہو جاتی ہے کہ جس کو مدنظر رکھتے ہوئے قبل از وقت ریٹائرمنٹ کا بھی سوچا جا سکتا ہے اور آپ ایسا اہم لوگوں سے مراسم بھی قائم کر لیتے ہیں جو آپ کی آئندہ نسلوں کے آگے بڑھنے کی راہ ہموار کرنے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

جہاں آپ اپنی کئی کامیابیوں سے لطف اندوز ہو رہے ہوتے ہیں وہیں آپ سے کہیں باتوں باتوں میں یہ پوچھا جاتا ہے کہ آپ کی کامیابی کا راز کیا ہے، جس پر آپ پورے فخر کے ساتھ جواب دیتے ہیں کہ، 'مجھے سب کچھ بنا بنایا نہیں ملا۔ میں نے یہاں تک پہنچنے کے لیے سخت محنت کی ہے۔'

خود کو حاصل خصوصی حیثیت یا مراعت کی ایسی فراموشی کا مظاہرہ ہمیں اکثر و بیشتر اس وقت دیکھنے کو ملتا ہے جب کوئی دوست یا رشتہ دار اپنے کریئر/زندگی کو آگے بڑھانے میں مددگار ثابت ہوئی والی ذاتی خصوصی حیثیت، سماجی سطح پر حاصل برتری کو تسلیم کرنے سے ڈرتا ہے۔

مراعت پر بات کرنا یا غور و فکر کرنا بہت ہی کٹھن کام ہے۔ ہم سمجھتے ہیں کہ مراعت کا تعلق صرف طبقاتی فرق سے ہے کہ امیر کے پاس ملازم طبقے کی نسبت زیادہ مواقع اور شارٹ کٹس دستیاب ہوتے ہیں، لیکن مراعت کا طول و عرض یہاں تک ہی محدود نہیں بلکہ یہ صنفی، نسلی، مذہبی شناخت، جنسی جھکاؤ اور جسمانی و ذہنی صحت کے معاملات تک بھی پھیلا ہوا ہے۔

اس بات کو سمجھنے کے لیے آپ مراعت اور جبر کو ایک دوسرے کا متضاد تصور کرتے ہوئے جائزہ لیجیے۔ ایک شخص کو مراعتوں کی نسبت جتنا جبر سہنا پڑتا ہے اسے گننا کافی آسان ہے، کیونکہ اکثر و بیشتر ہمارا ذہن منصفانہ رویے سے زیادہ خراب رویوں کی یاد محفوظ کرنے کا عادی ہوتا ہے۔ یوں جبر کی شدت کو سمجھنا کافی آسان ہو جاتا ہے، اب ان سوالوں کو ہی لیجیے کہ کیا آپ غریب ہیں؟ آپ کا رنگ کون سا ہے؟ کیا آپ خاتون ہیں؟ کیا آپ کا جنسی جھکاؤ معاشرے میں تسلیم کیا جاتا ہے؟ کیا آپ جسمانی یا ذہنی طور پر معذور ہیں؟

مذکورہ تمام حالات نہ صرف لوگوں کو اپنے اپنے سماجی حلقوں سے الگ کر دیتے ہیں بلکہ اس طرح ان کی شخصیت کے امتیازی پہلوؤں میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے جنہیں معاشرہ تسلیم نہیں کرتا۔ مگر وہ لوگ جنہیں معاشرہ تسلیم کرتا ہے بلکہ ہمارے خرچے پر بااختیار بناتا ہے، تو انہیں کس کھاتے میں لائیں گے؟ تو جناب یہ جبر کے متضاد مراعت کے کھاتے میں آتے ہیں۔

تو اس کا مطلب یہ ہے کہ ہم میں سے چند کے پاس مختلف وجوہات کے باعث دیگر کے مقابلے میں نمایاں برتریاں حاصل ہیں، لیکن ان وجوہات میں ہمارا عمل دخل نہیں ہوتا، مثلاً، ہم کون ہیں، ہماری جلد کا رنگ کیا ہے، ہم کہاں سے تعلق رکھتے ہیں، جب ہم بڑے ہو رہے تھے تب ہمارے پاس کس قسم کی مالی اور اخلاقی حیثیت حاصل تھی، ہم کس مذہب کی پیروی کرتے ہیں، یا چند مخصوص وہ معاملات جن کی وجہ سے ہماری زندگیاں بہتری کی جانب مائل ہوئیں، ان چھوٹے چھوٹے امتیازی فرق پر لوگوں کی نظر ہی نہیں جاتی۔

گزرتے وقت کے ساتھ دیگر کے مقابلے میں حاصل امتیازی فرق زندگی میں مددگار ثابت ہوتا رہتا ہے اور پھر ایک نکتہ آتا ہے کہ جب یہی لوگ، جو عام طور پر مراعت یافتہ حلقے میں آتے ہیں، محسوس کرنا شروع کر دیتے ہیں کہ وہ تو ہمیشہ سے ہی کامیابی کے مستحق تھے اور انہوں نے سب کچھ اپنے بل بوتے پر حاصل کیا ہے، دوسری طرف ہم سب ان کی بات تسلیم کرنا شروع کر دیتے ہیں اور معاشرے میں اپنی جگہ پر آرام سے جا بیٹھتے ہیں۔

ہم میں سے چند لوگ اس خیال سے اختلاف کر سکتے ہیں یا پھر ناراض ہو سکتے ہیں، خاص طور پر جب سخت محنت کو خاطر میں نہ لایا جائے، یہ قابل فہم بات ہے۔

لیکن اس مراعت کو حقیقی معنی میں جڑ سے اکھاڑنا ہے تو ہمیں اسے ایک منظم ڈھانچے کے طور پر تسلیم کرنا ضروری ہے جو کسی فرد کو محض اس کی شناخت کی بنیاد پر مفت میں برتری بخش دیتا ہے، جیسے دکھائی نہ دینے والے خصوصی حقوق کا چیک حاصل ہو جو جب چاہے آپ اپنی مرضی سے استعمال کریں اور انکار سے اس ڈھانچے کو تقویت بخشتا ہے۔ ویسے بھی کون یہ تسلیم کرنا چاہے گا کہ انہیں پہنے ہوئے جوتے دراصل ان کے باپ کی کمائی سے خریدے گئے ہیں جو کامیابی کا سفر جلدی طے کرنے میں ان کے لیے مددگار ثابت ہوئے؟

اگر آپ کسی طرح یہ تسلیم کرنے میں کامیاب ہو گئے کہ زندگی کی ریس کے اندر 'آپ کہاں پیدا ہوئے' یا 'آپ کیسے دکھتے ہیں'، جیسی پیدائشی امتیازی حیثیت نے مدد کی جس میں آپ کا کوئی قصور نہیں، تو پھر آپ کو جوابدہ ہونا پڑے گا۔

آپ اپنی کامیابی کے پیچھے وجوہات کی قدر و قیمت کا اندازہ لگانے پر مجبور ہو جائیں گے۔ خود کو حاصل مراعت کو تسلیم کر لینے سے آپ اپنے اندر موجود متکبر خیال کو ختم کرنے لگتے ہیں کہ آپ کے عروج کے پیچھے صرف آپ ہی ہاتھ ہے۔ چند لوگوں کے لیے اس خیال کو ہضم کرنا بہت ہی دشوار ثابت ہو سکتا ہے۔

جس دیس سے ماؤں بہنوں کو

فیض احمد فیض

جس دیس سے ماؤں بہنوں کو
اغیار اٹھا کر لے جائیں
جس دیس سے قاتل غنڈوں کو
اشراف چھڑا کر لے جائیں
جس دیس کی کورٹ کچہری میں
انصاف ٹکوں پر بکتا ہو
جس دیس کا منشی قاضی بھی
مجرم سے پوچھ کے لکھتا ہو
جس دیس کے چپے چپے پر
پولیس کے ناکے ہوتے ہوں
جس دیس کے مندر مسجد میں
ہر روز دھماکے ہوتے ہوں
جس دیس میں جاں کے رکھوالے
خود جانیں لیں معصوموں کی
جس دیس میں حاکم ظالم ہوں
سسکی نہ سنیں مجبوروں کی
جس دیس کے عادل بہرے ہوں
آہیں نہ سنیں معصوموں کی
جس دیس کی گلیوں کوچوں میں
ہر سمت فحاشی پھیلی ہو
جس دیس میں بنت حوا کی
چادر بھی داغ سے میلی ہو
جس دیس میں آٹے چینی کا
بحران فلک تک جا پہنچے
جس دیس میں بجلی پانی کا
فقدان حلق تک جا پہنچے
جس دیس کے ہر چوراہے پر
دو چار بھکاری پھرتے ہوں
جس دیس میں روز جہازوں سے
امدادی تھیلے گرتے ہوں
جس دیس میں غربت ماؤں سے
بچے نیلام کراتی ہو
جس دیس میں دولت شرفاء سے
نا جائز کام کراتی ہو
جس دیس کے عہدیداروں سے
عہدے نہ سنبھالے جاتے ہوں
جس دیس کے سادہ لوح انساں
وعدوں پہ ہی ٹالے جاتے ہوں
اس دیس کے ہر اک لیڈر پر
سوال اٹھانا واجب ہے
اس دیس کے ہر اک حاکم کو
سولی پہ چڑھانا واجب ہے

نیک و صالح بادشاہ ذوالقرنین

منور راجپوت

کفارِ مکّہ 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 نبوت کے بارے میں رائے لی جائے۔" سرداروں کو مشورہ پسند آیا اور ایک وفد مدینہ منورہ کے یہودیوں کے پاس روانہ کردیا۔ حضرت ابنِ عباسؓ بیان کرتے ہیں" قریشِ مکّہ نے علمائے یہود کے پاس پیغام بھیجا" ہمیں (حضرت) محمدؐ کے متعلق بتائیں کہ اُن کے دعوے سے متعلق تمہاری کُتب میں کوئی تذکرہ یا علامات ہیں کہ نہیں؟" اِس 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 سچّے ہیں: (1) اُس شخص کا حال بیان کیجیے، جو مشرق و مغرب میں فتوحات کرتا چلا گیا۔ (2) اُن 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 اُمّی شخص تب ہی دے سکتا ہے، جب اُس پر وحی آتی ہو۔" قریش، نبی کریمؐ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور تینوں سوالات پیش کردیئے۔ انہی سوالات کے جواب میں سورہ کہف نازل ہوئی۔" (تفسیر ابنِ کثیر، ج 3، ص 72) مولانا ابوالاعلیٰ مودودیؒ کے مطابق، تیسرا سوال رُوح نہیں، بلکہ حضرت موسیٰؑ اور حضرت خضرؑ کے واقعے سے متعلق تھا، جس کا تفصیلی جواب اِسی سورت میں دیا گیا ہے۔

ارشادِ باری تعالیٰ ہے" اور یہ لوگ تم سے ذوالقرنین کے بارے میں پوچھتے ہیں۔ کہہ دو" مَیں اُن کا کچھ حال تمھیں پڑھ کر سُناتا ہوں۔" واقعہ یہ ہے کہ ہم نے اُن کو زمین میں اقتدار بخشا تھا اور اُنھیں 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 اُنھیں دِکھائی دیا کہ وہ ایک دلدل جیسے (سیاہ) چشمے میں ڈوب رہا ہے۔ اور وہاں اُنھیں ایک قوم ملی۔ ہم نے (اُن سے) کہا" اے ذوالقرنین! (تمہارے پاس دو راستے ہیں) یا تو اِن لوگوں کو سزا دو یا پھر اِن کے معاملے میں اچھا رویّہ اختیار کرو۔" اُنھوں نے کہا" اِن میں سے جو کوئی ظلم کا راستہ اختیار کرے گا، اُسے تو ہم سزا دیں گے، پھر اُسے اپنے ربّ 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۔" اِس کے بعد وہ (ذوالقرنین) ایک اور راستے کے پیچھے چل پڑا، یہاں تک کہ جب وہ سورج کے طلوع ہونے کی جگہ پہنچے، تو اُنھوں نے دیکھا کہ وہ ایک ایسی قوم پر طلوع ہو رہا ہے، جسے ہم نے اُس (کی دھوپ) سے بچنے کے لیے کوئی اوٹ مہیّا نہیں کی تھی۔ واقعہ اِسی طرح ہوا اور ذوالقرنین کے پاس جو کچھ (ساز و سامان) تھا، ہمیں اُس کی پوری پوری خبر تھی۔ اِس کے بعد وہ ایک اور راستے کے پیچھے چل پڑے، یہاں تک کہ جب وہ دو پہاڑوں کے درمیان پہنچے، تو اُنھیں اُن پہاڑوں سے پہلے کچھ لوگ ملے، جن کے بارے میں ایسا لگتا تھا کہ وہ کوئی بات نہیں سمجھتے۔

اُنھوں نے کہا" اے ذوالقرنین! یاجوج اور ماجوج اِس زمین میں فساد پھیلانے والے لوگ ہیں۔ تو کیا ہم آپ کو کچھ مال کی پیش کش کرسکتے ہیں، جس کے بدلے آپ ہمارے اور اُن کے درمیان کوئی دیوار بنادیں؟" 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 مَیں تمہارے اور اُن کے درمیان ایک مضبوط دیوار بنادوں گا، مجھے لوہے کی چادریں لادو۔" 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 اُس (دیوار) کو لال انگارا کردیا، تو کہا کہ" پگھلا ہوا تانبا لاؤ، اب مَیں اُس پر انڈیلوں گا۔" چناں چہ (وہ دیوار ایسی بن گئی کہ) یاجوج ماجوج نہ اُس پر چڑھنے کی طاقت رکھتے تھے اور نہ ہی اُس میں کوئی سوراخ بنا سکتے تھے۔ ذوالقرنین نے کہا" یہ میرے ربّ کی رحمت ہے (کہ اُس نے ایسی دیوار بنانے کی توفیق دی) پھر میرے ربّ نے جس وقت کا وعدہ کیا ہے، جب وہ وقت آئے گا، تو وہ اِس (دیوار) کو ڈھا کر زمین کے برابر کردے گا اور میرے ربّ کا وعدہ بالکل سچّا ہے۔" (سورہ کہف، 85 تا 98، ترجمہ مفتی محمد تقی عثمانی)۔

ذوالقرنین کون تھے؟

قرآنِ پاک میں ذکر کردہ ذوالقرنین کون تھے؟ مفسّرین اور مؤرخین نے اِس حوالے سے سکندرِ اعظم، یمن کے حمیری بادشاہ اور سائرسِ اعظم کا خاص طور پر ذکر کیا ہے۔ اِس ضمن میں اہم بات یہ ہے کہ ذوالقرنین کا تعیّن قرآنِ پاک میں بیان کردہ نشانیوں کی بنیاد ہی پر کیا جاسکتا ہے۔ قرآنِ پاک کے مطابق ذوالقرنین اللہ پر ایمان رکھنے والا ایک نیک بادشاہ تھا۔ اُس نے مختلف سمتوں میں تین بڑی فوجی مہمّات 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، اِس 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 اُس 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 اِس 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 اِس قدر وسیع نہیں تھی کہ اُسے مشرق و مغرب پر حکومت سے تشبیہ دی جاسکے۔ یمن کے حمیری بادشاہوں کے لیے" ذو" کا لقب استعمال کیا جاتا تھا، جیسے ذونواس اور ذوالنون وغیرہ۔ اِس 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 اُسی بادشاہ کو ذوالقرنین بتایا گیا ہے۔

تاہم اِس رائے کو بھی قبولیت حاصل نہ ہوسکی۔ 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 عثمانیؒ سمیت بیش تر جدید مفسّرین اور مؤرخین کا سائرسِ اعظم (خورس، خسرو یا کورش) کی طرف رجحان ہے کہ قرآنِ پاک میں بیان کردہ بیش تر نشانیاں اُسی پر صادق آتی ہیں۔

یہودیوں میں حضرت دانیال کے ایک خواب کا چرچا تھا، جس میں اُنھوں 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 اِس خواب کی تعبیر یوں فرمائی کہ" مینڈھا ماد اور فارس کا بادشاہ ہے۔" یہودی اِسی بنیاد پر اُس بادشاہ کے منتظر تھے، جو اُنھیں اُن کا کھویا مقام واپس دِلا سکے۔ تاریخی طور پر یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ وہ سائرس ہی تھا، جس نے ماد اور فارس کو متحد کرکے ایک عظیم سلطنت کی بنیاد ڈالی اور پھر ایک کے بعد دوسرا علاقہ فتح کرتا چلا گیا۔ یہاں تک کہ اُس کی سلطنت بقول مولانا مودودیؒ" ایک طرف سندھ اور ترکستان سے لے کر مصر اور لیبیا تک اور دوسری طرف مقدونیہ تک وسیع ہوگئی تھی۔ شمال میں اُس کی سلطنت قفقاز اور خوارزم تک پھیل گئی تھی۔ عملاً اُس وقت کی پوری مہذّب دنیا اُس کی تابع فرمان تھی۔" سائرس نے یہودیوں کو بخت نصر جیسے ظالم و جابر بادشاہ کی غلامی سے نجات دِلائی اور اُن کے مقدّس 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 اِس 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؟ اِس حوالے سے مختلف آرا پائی جاتی ہیں، جن کے مطابق، اُس کی دو زلفیں تھیں، اِس لیے ذوالقرنین کہلائے۔ مشرق و مغرب پر حکومت کی وجہ سے یہ لقب ملا۔ سر پر سینگوں جیسے نشان تھے۔

کیا وہ نبی تھے؟

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؟ علّامہ ابنِ کثیر نے اپنی کتاب البدایہ والنہایہ میں اُنھیں 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 ہوسکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اُن 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؟ علّامہ ابنِ کثیر نے اپنی کتاب البدایہ والنہایہ میں اُنھیں 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 ہوسکتا 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 مہمّات کا ذکر ہے۔ اُنھوں 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 اُنھیں دِکھائی دیا کہ وہ ایک دَلدل جیسے سیاہ چشمے میں ڈوب رہا ہے۔" یعنی غروبِ آفتاب کا منظر کچھ ایسا تھا، جیسے وہ کسی سیاہ دَلدل میں اُتر رہا ہو۔ ذوالقرنین نے وہ علاقہ فتح کرلیا۔ اب اُس کا امتحان تھا کہ وہ شکست خوردہ قوم کے ساتھ کیسا سلوک کرتے ہیں۔" وہاں اُنھیں ایک قوم ملی۔ ہم نے (اُن سے) کہا" اے ذوالقرنین! (تمہارے پاس دو راستے ہیں) یا تو اِن لوگوں کو سزا دو یا پھر اِن 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، اِس لیے جواب دیا" اِن میں سے جو کوئی ظلم کا راستا اختیار کرے گا، اُسے تو ہم سزا دیں گے، پھر اُسے اپنے ربّ 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۔" بعدازاں، ذوالقرنین نے مشرق کی طرف رُخ کیا" یہاں تک کہ جب وہ سورج کے طلوع ہونے کی جگہ پہنچے، تو اُنھوں نے دیکھا کہ وہ ایک ایسی قوم پر طلوع ہو رہا ہے، جسے ہم نے (اُس 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۔ اِس کے بعد اُنھوں نے تیسری مہم کا آغاز کیا، جس کی سمت کا قرآنِ 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 اُنھیں 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 اِس زمین میں فساد پھیلانے والے لوگ ہیں۔

تو کیا ہم آپ کو کچھ مال کی پیش کش کرسکتے ہیں، جس کے بدلے آپ ہمارے اور اُن کے درمیان کوئی دیوار بنادیں؟" اللہ تعالیٰ نے ذوالقرنین کو اپنے خزانوں سے بہت کچھ عطا کیا تھا، لہٰذا اُنھوں 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 مَیں تمہارے اور اُن کے درمیان ایک مضبوط دیوار بنادوں گا۔ مجھے لوہے کی چادریں لادو۔" یوں دیوار کی تعمیر کا کام شروع ہوگیا" جب اُنھوں نے (درمیانی خلا کو پاٹ کر) دونوں پہاڑی سروں کو ایک دوسرے سے ملا دیا، تو کہا" اب آگ دہکاؤ۔" یہاں تک کہ جب اُس (دیوار) کو لال انگارا کردیا، تو کہا" پگھلا ہوا تانبا لاؤ، اب مَیں اُس پر انڈیلوں گا۔" چناں چہ (وہ دیوار ایسی بن گئی کہ) یاجوج ماجوج نہ اُس پر چڑھنے کی طاقت رکھتے ہیں اور نہ اُس 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 اِس قدر لمبے ہیں کہ ایک اوڑھنے اور دوسرا بچھانے کے کام آتا ہے۔ اِسی طرح یہ بات بھی مشہور ہے کہ یہ حضرت آدمؑ کی اولاد تو ہیں، مگر اماں حوا 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، ھُن 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 اُن کے پڑوسی" موگ" اور" یوچی" کہتے تھے۔

یونانیوں نے اُنھیں میک یا میگاگ اور یوگاگ کہا، بعدازاں یہ الفاظ عربی اور عبرانی میں یاجوج اور ماجوج ہوگئے۔" ان کا اصل وطن منگولیا اور اُس کے اطراف کا علاقہ ہے، جہاں سے بہت سے قبائل مہذّب دنیا کی طرف نقل مکانی کرتے رہے اور اُنھوں نے نئے نئے نام پائے، جب کہ یاجوج ماجوج کا نام صرف اُنھیں اُجڈ اور وحشی قبائل کے لیے مختص ہوگیا، جو اب بھی اُس 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؟ اِس میں خاصا اختلاف ہے۔ یہ دیوار شمال میں بنائی گئی تھی، مگر مسئلہ یہ ہے کہ اِن علاقوں میں ابھی تک کئی ایسی دیواریں سامنے آچکی 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 اُس کا ذکر کیا ہے۔ تیسری دیوار، داغستان میں ہے۔

یہ بھی دربند اور باب الابواب کے نام سے مشہور ہے۔ چوتھی دیوار، اِسی باب الابواب سے کچھ فاصلے پر کوہِ قاف (قفقاز) میں ایک درّے کو بند کرتی ہے، جو" درّہ داریال" کے نام سے مشہور ہے۔ یہ درّہ، پہاڑ کی دو بلند چوٹیوں سے گھرا ہوا ہے۔ عباسی بادشاہ، واثق باللہ نے ایک رات خواب میں دیکھا کہ سدِّ ذوالقرنین ٹوٹ گئی ہے، تو اُس نے تحقیق کے لیے جو وفد بھیجا، وہ بھی اِسی دیوار کو دیکھنے آیا۔ اِس وفد نے یہ بھی بتایا کہ وہ دیوار لوہے اور پگھلے ہوئے تانبے سے بنائی گئی ہے۔ بیش تر مفسّرین اِسی دیوار کو" سدِّ ذوالقرنین" قرار دیتے ہیں۔

خروجِ یاجوج ماجوج

جب ذوالقرنین دیوار کی تعمیر سے فارغ ہوئے، تو بولے" یہ میرے ربّ کی رحمت ہے (کہ اُس نے ایسی دیوار بنانے کی توفیق دی) پھر میرے ربّ نے جس وقت کا وعدہ کیا ہے، جب وہ وقت آئے گا، تو وہ اِس (دیوار) کو ڈھا کر زمین کے برابر کردے گا اور میرے ربّ کا وعدہ بالکل سچّا ہے۔" اِس آیت کی تفسیر میں مفتی محمد تقی عثمانی نے لکھا ہے کہ" قرآنِ کریم سے یہ بات یقینی طور پر معلوم نہیں ہوتی کہ یہ دیوار قیامت تک قائم رہے گی، بلکہ اِس 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 اُن کا آخری ریلا قیامت سے کچھ پہلے نکلے گا۔" مفسّرین نے یہ بھی لکھا ہے کہ یاجوج ماجوج کے جو قبائل دیوار کے ذریعے اِس طرف آنے سے روک دیئے گئے ہیں، وہ قیامت کے بالکل قریب تک اِسی 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 ہوجائے گی اور وحشی یاجوج ماجوج دنیا پر ٹوٹ پڑیں گے۔ اُن کے آخری ہلّے 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" (سورۃ الانبیاء، 96) یعنی اُن کی تعداد اتنی زیادہ ہوگی اور وہ اِس تیزی سے حملہ آور ہوں گے کہ یوں لگے گا، جیسے پہاڑوں سے پھسل پھسل کر آرہے ہیں۔ حضرت عیسیٰ علیہ السّلام بہت سے مسلمانوں کو لے کر کوہِ طور پر پناہ گزین ہوجائیں گے اور باقی لوگ بھی محفوظ مقامات میں بند ہوکر اپنی جانیں بچائیں گے۔ پھر حضرت عیسیٰؑ کی دُعا سے یاجوج ماجوج ایک وبائی مرض میں مبتلا ہوکر مرجائیں 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 کرکے اپنی زندگی تیاگ دیتی ہے۔

لیکن! شادی کے بعد لڑکا صرف ایک حیثیت کے دائرہ میں آجاتا 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 ہوجاتی 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 مدِ نظر 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 ہوگئی؟ وہ کیوں زبان کی تلخ، کپڑے لتے سے بےفکر ہوگئی، جو ملا کھا لیا، ہر وقت کی جلدی میں کیوں رہتی ہے، تک 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 زمہ 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 جاکے "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 جاسکتا 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 جاسکتی

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 وغیرہ جن کی اولاد میں یہ ہے (۲) اور اپنی اولاد بیٹا بیٹی، پوتا پوتی، نواسا نواسی وغیرہ کو زکوٰۃ نہیں دے سکتا۔ اگرچہ کاروبار مشترک ہے، لیکن دونوں اپنے اپنے اَموال 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 کررہے 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 کرلی 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 ج۱ ص۸۰۵۔ ط۔س۔ ج۱ ص۵۴۴)

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 ربّنا لک الحمد کہے اور جب سلام پھیرے تو امام جیسے کلمات کہے۔ (بدائع الصنائع، کتاب الصلاۃ، بیان سنن الصلاۃ، 1/۲۰۲)

☆☆☆

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 ہوجاتی ہے۔ اس صورتِ حال سے بچنے کے لیے کامیاب لوگ چھوٹے فیصلوں کو اپنے روزمرہ کا حصہ بنالیتے 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 کرلیں 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 ہوجائے گا بلکہ اس کے بہتر نتائج بھی برآمد ہوں گے۔ ایک فیصلہ لینے کے ممکنہ معیارات کچھ اس طرح ہوسکتے ہیں: یہ فیصلہ مجھے کس طرح فائدہ پہنچائے گا؟

مجھے اس کا ممکنہ نقصان کیا ہوسکتا 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 کرپاتے 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 سوجائیں۔ اگلی صبح تک آپ کے تمام جذبات ٹھنڈے ہوچکے ہوں گے اور آپ کسی بھی جذبات یا تعصب کے بغیر خالص میرٹ پر فیصلہ کرنے کے قابل ہوچکے ہیں۔ اکثر جلدبازی کے فیصلے جذبات کا شکار ہوجاتے 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 اُترنے کا انتظار نہیں کرتے بلکہ ایک حقیقت پسندانہ ٹائم لائن بناتے ہیں، جس کے مطابق انھیں بروقت فیصلے لینے ہوتے ہیں۔

خودکو 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 کردیتا 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 ہوچکا 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 کثیرالجہتی 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 نقطہ نظر کی روشنی میں وہ اپنے فیصلوں میں جذباتی اور غیر منطقی پہلوؤں کو الگ کرتے ہوئے درست فیصلے کرپاتے ہیں۔

کیا آپ کو ڈیجیٹل ڈی ٹوکس کی ضرورت ہے؟

فاروق احمد انصاری

کیا آپ صبح جاگتے ہی اپنا موبائل فون چیک کرتے ہیں؟ کام ختم کرنے کے بعد بھی لیپ ٹاپ سے چپکے رہتے ہیں؟ سفر کے دوران بھی آئی پیڈ کو ساتھ رکھتے ہیں؟ اگر ایسا ہے تو آپ کو ڈیجیٹل ڈی ٹوکس کی سخت ضرورت ہے۔

سب سے پہلے یہ جانتے ہیں کہ ڈی ٹوکس کہتے کسے ہیں؟

ڈی ٹوکسیفیکیشن اس پروسیس کو کہا جاتا ہے، جس کے ذریعے جسم کے زہریلے مواد کو باہر نکالا جاتا ہے یا اس سے چھٹکارا پایا جاتا ہے اور اس پروسیس کی وجہ سے جسم صحت مند ہو جاتا ہے۔

اب واپس آتے ہیں گیجٹس کی طرف! ہو سکتا ہے کہ آپ کے گیجٹ کی بیٹری ختم نہ ہوئی ہو اور وہ تھکا نہ ہو لیکن اسے استعمال کرتے ہوئے آپ کی گردن میں اکڑن پیدا ہو گئی ہو، ہاتھ سن ہو گئے ہوں یا پھر سر درد کا آغاز ہو چکا ہو اور آپ کو مجبوراً وقفہ لینے کی ضرورت پڑ گئی ہو۔

اگر آپ اپنے جسم کو بند کر دیں یا اسے سائیڈ پر رکھ کر باہر نکل جائیں تو آپ کو زندگی کا اصل لطف مل سکتا ہے، جو کہ مکمل طور پر یہ گیجٹس آپ سے چھین رہے ہیں۔ ہو سکتا ہے شروع شروع میں گیجٹس سے دوری آپ کے دل و دماغ پر بھاری گزرے لیکن لوگوں سے ملنا جلنا اور ان سے بات کرنا آپ کے دل و دماغ تک کو روح کو بھی تازہ دم کر سکتا ہے اور آپ کی طبیعت پر اچھا اثر ڈال سکتا ہے۔



بنا گیجٹس کے زندگی گزارنا ایسا ہی ہے، جیسے آپ نئی زندگی کی شروعات کر رہے ہوں۔ بالکل ایسے ہی جیسے کوئی بچہ پہلی بار چلنا سیکھتا ہے کیونکہ یہ گیجٹس ہماری زندگی میں ایسے رچ بس گئے ہیں کہ لگتا ہے کہ ان کے بغیر جینا محال ہے۔ آپ کے ساتھ بھی ایسا ہی معاملہ ہے تو چند مشورے حاضر خدمت ہیں:

کورس اور سیمینار

آپ کو ڈیجیٹل چیزوں کی عادت ہے یا ان کی محبت میں رہنا پسند ہے تو پھر آپ کوئی سے کورسز یا سیمینارز میں شرکت کرنے کی ضرورت ہے، جو ڈیجیٹل ڈی ٹوکس کے بارے میں بات کرتے ہیں، یہاں تک کہ وہ ٹرینٹ پروگرامز بھی آفر کرتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کو اس کی فیس گراں گزرے لیکن اس کا فائدہ آپ کو بہت ہوگا۔

اسکرین سے ہٹ کر تفریح

ضروری نہیں کہ آپ کرکٹ اور فٹبال کو اسکرین پر ٹیم کی صورت کھیل کر یا دیکھ کر تفریح حاصل کریں۔ گھر سے باہر نکلیں، اگر آپ کھیل نہیں سکتے تو دوسروں کو یہ کھیل کھیلتا ہوا دیکھیں، یقین مانیں کچھ دیر خاموش کھڑے ہو کر زندگی کی ہلچل دیکھنے سے بھی آپ خود کو ہلکا ہوا محسوس کریں گے۔ اگر آپ نے مراقبہ بھی کرنا ہے تو اسے بھی بغیر کسی ایپ کے کریں۔ ڈیجیٹل دنیا سے باہر نکل کر اصل دنیا میں گہری سانسیں لیں، یقین جانیں آپ کو اچھا محسوس ہوگا۔

رات میں اسکرین سے دور رہیں

رات کو موبائل کی اسکرین آف کر کے آسمان پر چمکتے ستاروں کا مشاہدہ کریں، آپ کی آنکھیں آپ کا شکریہ ادا کریں گی۔ گھر سے باہر پہل قدمی آپ کے جسم کے ساتھ ساتھ دماغ کو بھی سکون دے گی۔ کوئی اچھی سی کتاب بھی آپ کے دماغ کو روشن کر سکتی ہے۔ یقیناً ہماری معیاری نیند اور موڈ کی خرابی کا باعث بن رہے ہیں اور یہ سبھی جانتے ہیں کہ نیند پوری نہ ہونے کے باعث صحت کے مسائل پیدا ہونے لگتے ہیں۔ اس کا حل یہی ہے کہ اپنے کمرے میں مکمل اندھیرا کریں، ایئر پوڈز اشیا بند کریں اور بھرپور نیند لیں۔

پرانے دوستوں سے ملاقات

ذہن کے ساتھ ساتھ آپ کی آنکھوں، کانوں اور انگلیوں کو بھی آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ نیلے رنگ کی روشنی کو اپنے آپ سے دور کر کے حقیقی معنوں میں اپنے پرانے دوستوں سے ملنے چلے جائیں اور خوب گپ شپ کریں۔ آپ کا قلم اور کاغذ بھی آپ کے پرانے دوستوں میں سے ہوتے ہیں۔ کاغذ لیں اور اس پر کچھ بھی لکھنا شروع کر دیں۔ کوئی شعر، کوئی بات یا کوئی یاد اس کاغذ پر لکھیں اور پھر اسے پڑھیں۔ اس کے علاوہ اونچا بنانے کی کوشش کریں، جو چیز سامنے ہو اسے ماڈل بنا کر اسے کاغذ پر نقل کرنے کی کوشش کریں۔

ڈیجیٹل رابطے ختم کریں

فیس بک، ٹوئٹر، انسٹاگرام اور سوشل میڈیا کی دیگر اقسام شیطان کی آنت کی طرح ہیں، آپ اسکرولنگ کرتے چلے جائیں یہ کبھی ختم نہیں ہوتیں۔ ہم یہ سمجھتے ہیں کہ ایک بڑی لیونی کا حصہ ہیں لیکن ایسا نہیں ہے، بڑی کیونی میں ادھر اُدھر وقت گزارنے سے ذہن زیادہ بھٹکتا ہے اور بھٹکتے ہوئے جب آپ تھک جاتے ہیں تو آپ اپنے سر میں درد محسوس کر رہے ہوتے ہیں۔ اس لئے اس ڈیجیٹل زندگی کا دورانیہ کم کریں اور اصل زندگی سے رابطہ جوڑیں۔ ہر وقت اس دنیا میں رہنے سے بہتر ہے کہ وہ ای کی طرح صبح، دوپہر اور شام سے چیک کر لیں تو کافی افاقہ ہوگا۔

گھڑی پہنیں

ایک سادہ سی گھڑی بھی آپ کو موبائل سے دور رکھ سکتی ہے۔ اکثر ہم ٹائم دیکھنے کیلئے موبائل نکالتے ہیں اور پھر اس ایسے گم ہو جاتے ہیں کہ ٹائم کا پتہ ہی نہیں چلتا۔

ان معمولی بیجوں کو کھانے کے یہ فوائد جانتے ہیں؟



کیا آپ نے کبھی خشخاش کے دانے کھائے ہیں؟ اگر نہیں تو آپ اس عام دستیاب چیز سے حاصل ہونے والے متعدد فوائد سے خود کو محروم کر رہے ہیں۔ جی ہاں آپ کو یقیناً ان دانوں کے فوائد معلوم نہیں ہوں گے۔ یہ بیج متعدد ممالک میں استعمال کیے جاتے ہیں اور پاکستان میں بھی عام ملتے ہیں جبکہ ان کا تیل بھی نکالا جاتا ہے۔ اس کی مختلف اقسام ہیں سفید اور گہرے رنگت والے بیج، جن کے فوائد مدرج ذیل ہیں۔

نظام ہاضمہ بہتر کرے: خشخاش کے بیج فائبر کے حصول میں مدد دیتے ہیں جس سے نظام ہاضمہ بہتر ہوتا ہے، یہ قبض کے خلاف مفید ثابت ہو سکتے ہیں کیونکہ فائبر آنتوں کے افعال کو درست کرنے میں مدد دینے والا اجز ہے۔

بے خوابی کا علاج: ایک تحقیق کے مطابق خشخاش کے بیجوں کا مشروب جسم میں تناؤ کا باعث بننے والے ہارمون کورٹیسول کی سطح کم کرتا ہے، جس سے جسم کو سکون ملتا ہے، اس کے علاوہ اس میں موجود اجزا بھی اچھی نیند کے حصول میں مدد دیتے ہیں، تاہم بچوں کو اس کا استعمال ڈاکٹر کے مشورے کے بغیر نہ کرائیں۔ سونے سے قبل خشخاش کی چائے بنا لیتے ہی نیند میں مدد دے سکتا ہے، اس مقصد کے لیے ان بیجوں کو پیس کر پیسٹ بنائیں اور اسے گرم دودھ میں مکس کر لیں، سونے سے قبل اس کا ایک کپ پی لیں۔

منہ کے چھالوں کا علاج: خشخاش منہ کے چھالوں اور زخموں کے علاج میں بھی مدد دے سکتا ہے، یہ بیج جسم کو ٹھنڈک پہنچاتے ہیں اور اسی وجہ سے منہ کے چھالوں سے نجات میں کردار ادا کر سکتے ہیں، اس مقصد کے لیے پسا ہوا کھوپرا، شوگر کینڈی یا پاؤڈر اور خشخاش کو پیس کر مکس کریں اور اسے چبا لیں۔

توانائی بڑھائے: اس میں موجود پیچیدہ کاربوہائیڈریٹس کی بہت زیادہ مقدار جسمانی توانائی کو بڑھانے میں مدد دیتے ہیں، یہ بیج میگنیشیم کو جذب کرنے میں بھی مدد دیتے ہیں جس میں مداخلت تھکاوٹ کا باعث بنتی ہے۔

دماغی صحت: بہتر بنائے: دماغ کو اپنے افعال کے لیے مختلف اجزا جیسے میگنیشیم، آئرن اور کاپر وغیرہ کی ضرورت ہوتی ہے اور خشخاش کے بیج ان سے بھرپور ہوتے ہیں، جن سے دماغی افعال میں بہتری آتی ہے۔

ہڈیاں مضبوط بنائے: یہ بیج میگنیشیم اور کاپر سے بھرپور ہوتے ہیں جو کہ ہڈیوں کی صحت بہتر بنانے کے لیے ضروری ہوتے ہیں۔ خشخاش میں موجود فاسفورس میگنیشیم کے ساتھ ملکر ہڈیوں کے ٹشوز کو بہتر کرتا ہے جبکہ مینگنیز سے جسم میں کولیگن بناتے ہے جو کہ ہڈیوں کو شدید نقصان سے تحفظ فراہم کرتا ہے۔

ذیابیطس کے علاج میں مددگار: یہ بیج فائبر سے بھرپور ہوتے ہیں تو ذیابیطس کے شکار افراد کی غذا میں ان کا اضافہ فائدہ مند ثابت ہو سکتا ہے، اس میں موجود اجزا ذیابیطس کو کنٹرول میں رکھنے میں مدد دیتے ہیں۔

ان بیجوں میں موجود زنک بینائی کو صحت مند رکھنے میں مدد دیتا ہے جبکہ عمر بڑھنے سے آنے والی کمزوری کی روک تھام کرتا ہے، اس کے علاوہ خشخاش میں موجود اینٹی آکسیڈنٹس بھی آنکھوں کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں۔

گردوں کی پتھری کا علاج

خشخاش میں پوٹاشیم بھی ہوتا ہے اور یہ منرل گردوں کی پتھری سے بچانے بلکہ علاج میں بھی مدد گار ثابت ہوتا ہے۔ مرکزی یلیم یرین کے مطابق ان بیجوں کا استعمال اعتدال میں کرنا چاہیے ورنہ ان میں موجود آکسیلیٹس کی زیادہ مقدار اکٹھی ہو کر گردوں کی پتھری کا خطرہ بڑھا سکتی ہے۔

شفاف جلد کا حصول: دو چائے کے چمچ خشخاش کو دہی میں مکس کریں، اس پیسٹ کو نرمی سے چہرے اور گردن پر رگڑیں اور یہ عمل 10 منٹ تک جاری رکھیں۔ اس کے بعد روئی سے چہرہ پونچھ کر دھو لیں۔ اس سے جلد شفاف اور چمکدار لگنے لگتی ہے۔

''گڑ'' کے بے شمار فوائد

رابعہ شیخ

سردیوں کی سوغات کی بات جائے تو ذہن میں گاجر کا حلوہ، مونگ پھلی، جلیبی سے اور دیگر میوہ جات ذہن میں آتے ہیں۔ سردیوں کی سوغاتیں ذائقہ دار تو ہوتی ہیں لیکن مٹھاس کی وجہ سے نقصان کا اندیشہ بھی رہتا ہے۔ تاہم، گڑ ایک ایسی سوغات ہے جو نہ صرف سستا اور ذائقہ دار ہے بلکہ کئی فوائد سے بھی مالا مال ہے۔ گڑ کو غذائی اشیا میں بطور مٹھاس چینی کی جگہ استعمال کیا جاتا رہا ہے کیونکہ اسے صحت کے لیے مضر ہونے کے بجائے صحت بخش اور مفید تصور کیا جاتا ہے۔ دور جدید میں چینی کا بے تحاشا استعمال بڑھ گیا ہے لیکن موسم سرما کا آغاز ہوتے ہی لوگ گڑ کی افادیت کے باعث اسے استعمال کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ پاکستان میں مختلف اقسام کے گڑ کی تیاری، اس کی قدر، قیمت اور مانگ میں اضافہ کر دیتی ہے۔ لڑ دیے تو بے حد شوق سے کھایا جاتا ہے لیکن عام طور پر بیشتر افراد گڑ کے طبی فوائد سے ناواقف ہوتے ہیں۔ اگر آپ بھی گڑ کے صحت بخش فوائد کے بارے میں لاعلم ہیں تو یہ مضمون آپ کی معلومات میں قابل قدر اضافہ کرے گا۔

نظام ہاضمہ کی بہتری: انڈیا میں فاسٹ فوڈ یا روٹین غذا میں کھانے کے بعد گڑ کا استعمال لازمی سمجھا جاتا ہے کیونکہ ماہرین کے مطابق گڑ میں خوراک کو ہضم کرنے کی خصوصیات موجود ہوتی ہیں۔ کھانے کے بعد کھایا گیا گڑ معدے انزائم اور فنکشن کو متحرک کرتا ہے۔ یہ عمل ہاضمے کے نظام کو بہتر اور فعال بناتا ہے، جس کے سبب کھانا جلد ہضم ہو جاتا ہے۔

جسم سے زہریلے ڈی ٹاکسیفائر: عام طور پر چینی یا کسی بھی مٹھاس کو باڈی کلینزنگ ایجنٹ کے طور پر استعمال نہیں کیا جا سکتا لیکن سائنسی تحقیق کی روشنی میں گڑ کے طبی فوائد باڈی کلینزنگ ایجنٹ کے طور پر بخوبی ثابت شدہ ہیں۔ گڑ خون کی صفائی کے ذریعے انسانی جسم کو صحت مند اور تندرست رکھنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ دوسری جانب یہ نظام تنفس، پھیپھڑوں، معدہ، آنتوں حتیٰ کہ جگر کی صفائی کر کے لیورین پروسیس کو مکمل طور پر درست رکھتا ہے۔

توانائی بحال رکھنا: گڑ توانائی کو بحال رکھنے کی صورت میں بھی جسم کے لیے فائدہ مند ہے۔ ہم جانتے ہیں کہ ہماری غذا میں موجود کاربوہائیڈریٹ توانائی کے فروغ میں اہم کردار ادا کرتے ہیں اور اسی وجہ سے یہ بے حد ضروری قرار دیے جاتے ہیں۔ انتطلیت اور ایسے افراد جو صد درجہ تھکاوٹ کا شکار رہوں، وہ توانائی بڑھانے کے لیے گڑ کو ایک بہترین غذا کے طور پر استعمال کر سکتے ہیں جبکہ چینی یا گلوکوز کا استعمال بلڈ پریشر، بے چینی اور دل کے امراض میں اضافہ کا سبب بن سکتا ہے۔

''مٹر'' چھوٹے سے دانے کے بڑے فائدے



لب قوت علی جتوئی

مٹر بظاہر ایک عام سی پھلی یا سبزی ہے، جس میں ہرے رنگ کے چھوٹے چھوٹے گول دانے ہوتے ہیں۔ مٹر میں قدرت نے بے شمار خوبیاں اور فوائد جمع کر رکھے ہیں۔ مٹر ایک مشہور ترکاری ہے، جو دنیا کے ہر خطے میں کھائی جاتی ہے۔ اس کے دانوں کو بطور سلاد بھی کھایا جاتا ہے۔ گوشت اور قیمہ کے ساتھ بھی مٹر پکائے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ مٹر آلو کا سالن تقریباً ہر گھر میں ہی پکایا جاتا ہے۔ مٹر قدرت کی ایک زبردست نعمت ہے۔ یہ سستی اور باآسانی دستیاب ہونے والی سبزی ہے، تاہم اس کے شاندار فوائد کے باعث اسے 'پاور فوڈ' بھی کہا جاتا ہے۔ مٹر میں کئی غذائی اجزاء موجود ہوتے ہیں، جو کہ انسانی صحت اور تندرستی کے لیے بے حد ضروری ہیں۔ اس کے اجزا میں فولاد، نشاستہ، پروٹین، وٹامن اے، ایچ، بی، ای اور سی شامل ہیں۔ جدید تحقیقات کے مطابق اس میں پروٹین 2 3 فیصد، کاربوہائیڈریٹس 50 فیصد، جبکہ وٹامن بی کافی مقدار میں پایا جاتا ہے۔ اس میں سلفر نیتی گندھک اور نائٹروس بھی دیگر اجزا کی نسبت زیادہ ہوتے ہیں۔ مٹر طبی لحاظ سے دوسرے درجے میں گرم اور خشک ہوتے ہیں۔ اسے کسی بھی طریقہ سے پکا کر کھایا جائے، یہ جسم کو غذائیت بہم پہنچاتا ہے۔ سرد مزاج والے اشخاص کے پٹھوں اور اعصاب کو طاقت دیتا ہے۔ مٹر کے چند فوائد اور خصوصیات درج ذیل ہیں:

خون میں اضافہ

مٹر کو اپنے کھانے کا حصہ بنانے سے کئی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ مٹر کا سب سے بڑا فائدہ ان مریضوں کو ملتا ہے، جن کے جسم میں خون کی کمی ہوتی ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق مٹر نیا خون بنانے میں بھی مدد دیتا ہے زیادہ موثر کردار ادا کرتے ہیں۔ مٹر کھانے سے جسم میں نشاستہ کی پوری ہو جاتی ہے۔ یہ جسم میں پروٹین اور فولاد کی کمی کو بھی پورا کرتے ہیں۔ مٹر کھانے سے خون میں صرف اضافہ ہی نہیں ہوتا بلکہ صاف اور صالح خون پیدا ہوتا ہے۔ کمزور اور ناتواں جسم کے لیے یہ انتہائی فائدہ مند ہے، اسے کھانے سے جسم فربہ ہوتا ہے۔ برے کولیسٹرول کو کم کرتا ہے

مٹر میں فیٹ یا چربی بہت کم ہوتی ہے۔ ایک کپ میں 100 کیلوریز ہوتی ہیں جبکہ پروٹین، فائبر اور مائیکرو نیوٹرینٹس بڑی مقدار میں موجود ہوتے ہیں۔ اس کے استعمال سے وزن نہ زیادہ بڑھتا ہے نہ ہی کم ہوتا ہے، بلکہ اس میں توازن برقرار رہتا ہے۔

معدے کے کینسر سے بچاتا ہے

مٹر میں کومیسٹرول نامی ایک غذائی جزو موجود ہوتا ہے، جو صحت کے لیے بے حد فائدہ مند ہے۔ میکسیکو میں ہونے والی ایک تحقیق کے مطابق، اگر جسم کو 2 ملی گرام کومیسٹرول حاصل ہو جائے تو معدے کے کینسر کا خطرہ کافی حد تک کم ہو جاتا ہے۔ مٹر کے ایک کپ میں 10 ملی گرام کومیسٹرول پایا جاتا ہے۔

انزائم اور گٹھیا کے مرض سے بچاتا ہے

مٹر میں ایٹی آکسیڈنٹ یعنی سوزش دور کرنے والی خصوصیات پائی جاتی ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ جو جسمی مختلف سوزش کا شکار ہو، ایسے افراد کے لیے مٹر کی نعمت سے کم نہیں۔ سوجن بڑھنے سے کینسر، امراض قلب اور بڑھتی عمر کے اثرات تیزی سے ظاہر ہونے کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ، مٹر میں اومیگا تھری فیٹی ایسڈز، وٹامن سی اور وٹامن ای کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے، جن سے انزائمز کے مریضوں کو بے حد فائدہ پہنچتا ہے۔ اس کے علاوہ، مٹر میں پایا جانے والا وٹامن بی، گٹھیا کے خطرات کو کم کرتا ہے۔

ذیابیطس میں فائدہ مند

مٹر میں پروٹین اور فائبر بڑی مقدار میں موجود ہوتا ہے۔ یہ پروٹین اور فائبر جب جسم میں داخل ہوتا ہے تو اس کے بعد یہ شوگر کو خون میں آسانی سے شامل نہیں ہونے دیتا۔ مٹر انسولین انٹظیمٹری (سوزش کش) ہونے کے ساتھ ساتھ اینٹی آکسیڈنٹ بھی ہے، جس کے باعث ذیابیطس کے مریضوں کے لیے یہ بہترین غذا تصور کی جاتی ہے۔

ہڈیوں کی مضبوطی

مٹر کا ایک کپ کھانے سے ہماری وٹامن 'کے' کی روزانہ کی 44 فیصد ضرورت پوری ہو جاتی ہے۔ 'کے' (K) وہ وٹامن ہے، جو ہڈیوں میں کیلشیم کو اسٹور کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ جس طرح، ٹیبلٹس اور وٹامن ڈی ہڈیوں کے لیے بہت اہمیت کے حامل ہوتے ہیں، اسی طرح وٹامن 'کے' کو بھی ہڈیوں کی مضبوطی کے لیے ایک انتہائی اہم سمجھا جاتا ہے۔

ماحول دوست

ماحول دوست ہونا مٹر کی ایک اور زبردست خوبی ہے، جو اسے کئی دیگر سبزیوں سے منفرد بناتی ہے۔ مٹی میں موجود بیکٹیریا کے ساتھ مل کر مٹر وہ اہم وٹامن موجود نائٹروجن مٹی میں جذب کر لیتے ہیں، جس سے زمین کو ایک قدرتی فرٹیلائزر حاصل ہوتا ہے اور ساتھ ہی آب و ہوا سے نائٹروجن بھی صاف ہو جاتی ہے، جو کہ انسانی صحت کے لیے مضر ہے۔

جلد کے امراض کی اکسیر

مٹر کھانے کے علاوہ چہرے پر لگانے کے لیے بھی استعمال کیا جا سکتا ہے، جس کے اپنے کئی بہترین فائدے ہیں۔ مٹر کو سکھانے کے بعد پیس کر، اس سے بنے آٹے کا ابٹن چہرے پر لگانے سے داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں۔

جلے پر: مٹر کو پیس کر جلے والے حصے پر لگانے سے جلن ٹھیک ہوتی ہے۔

چہرے کے لیے: مٹر کے بُھنے دانوں اور سنگترے کے چھلکوں کو دودھ میں پیس کر چہرے پر لگانے سے جلد کی رنگت میں نکھار آتا ہے۔



اینٹی بائیوٹکس اور قوت مدافعت

سلیم انور عباسی

اینٹی بائیوٹکس اور قوت مدافعت: اینٹی بائیوٹکس کو الیگزینڈر فلیمنگ نے 1928ء میں پینسلین کے ذریعے متعارف کروایا تھا، جو بیکٹیریا سے ہونے والے انفیکشن کے علاج کے لیے استعمال کی جاتی ہیں۔ مختلف طرح کے انفیکشنز کے علاج معالجے کے لیے مارکیٹ میں کئی اینٹی بائیوٹکس موجود ہیں۔ ہمارا جسم اچھے اور برے بیکٹیریا کا مسکن ہے۔ اچھے بیکٹیریا ہمارے جسم کو صحت مند رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ اینٹی بائیوٹکس کے بیجا اور غیر مناسب استعمال سے اگر اچھے بیکٹیریا زائل ہو جائے تو ہماری صحت بہت زیادہ متاثر ہو سکتی ہے۔

اینٹی بائیوٹکس کا محتاط استعمال

متعدی بیماریوں کے علاج میں لاپرواہی، پینے کے صاف پانی کی عدم دستیابی، نکاسی آب کی نامناسب سہولیات، مختلف بیماریوں مثلاً ملیریا، ڈینگی، خسرہ، ہیپاٹائٹس وغیرہ کے پھیلنے کا باعث ہیں۔ مریض جتنا زیادہ ایک جیسی اینٹی بائیوٹکس استعمال کرتے جائیں گے، وقت کے ساتھ یہ ادویات غیر موثر ہوتی جاتی ہیں، اس پر مستزاد وہ معالج خواتین و حضرات مریضوں کو مزید اینٹی بائیوٹکس تجویز کرتے ہیں۔ اینٹی بائیوٹکس کے جادوئی اثر رکھنے میں کوئی دو آرا نہیں، تاہم ان کا استعمال معالج کے مشورے سے مخصوص بیکٹیریا کے حملے کی صورت میں کرنا چاہیے ورنہ ان کے منفی اثرات بیکٹیریا کو ختم کرنے کی بجائے ان کی قوت مدافعت پر کاری ضرب لگا سکتے ہیں۔ اینٹی بائیوٹکس کی 100 سے زیادہ اقسام ہیں۔ ہر ایک دوا مخصوص انفیکشن کو دیکھ کر بنائی جاتی ہے، جو بیکٹیریا کو ختم کرکے اسے بڑھنے سے روکتی ہے، تاہم کچھ اینٹی بائیوٹکس ضنضاد، اپر ریسپائریٹری انفیکشنز، الرجیز، کان کے درد اور گلے کی سوجن جیسے بہت سے وائرل انفیکشنز کو بڑھنے سے روک نہیں پاتیں۔ اینٹی بائیوٹکس کا محتاط استعمال اس لیے بھی ناگزیر ہو جاتا ہے کہ یہ برے بیکٹیریا کے ساتھ جسمانی صحت کو برقرار رکھنے والے اچھے بیکٹیریا کو بھی مار دیتی ہیں۔ یہ بہت سنجیدہ نوعیت کی ادویات ہیں، جن کا استعمال معالج کے مشورے سے کرنا چاہیے۔ واضح رہے کہ بیشتر بائیوٹکس صرف بیکٹیریل انفیکشن کے لیے کارگر ہیں۔ وائرل یا فنگل انفیکشن میں ان کا کوئی کردار نہیں ہوتا۔

مخصوص قوت مدافعت: دوسرے کے خون کے سفید خلیات، جن کو لمفوسائٹس کہا جاتا ہے مخصوص مدافعتی ردعمل کے لیے ضروری ہیں۔ لمفوسائٹس بون میرو میں پیدا ہوتے ہیں اور پختہ ہو کر متعدد ذیلی قسموں میں سے ایک بن جاتے ہیں۔ ان میں دو سب سے عام ہیں بی سیلز اور ٹی سیلز۔ اینٹی جن ایک خارجی مٹیریل ہوتا ہے جو بی سیلز اور ٹی سیلز کے ردعمل کو متحرک کرتا ہے۔ انسانی جسم میں بی اور ٹی سیلز ہیں، جن کا تعلق لاکھوں مختلف اینٹی جن سے ہے۔ ہم عام طور پر انٹی جن کو خوردبینی جرثومہ کا حصہ سمجھتے ہیں، تاہم انٹی جن دیگر جگہوں میں بھی موجود ہو سکتے ہیں۔ مثلاً اگر کسی فرد کو ایسا خون چڑھایا گیا ہے جو اس کے خون کی قسم سے میچ نہیں کرتا تو اس کی وجہ سے ٹی اور بی سیلز حرکت میں آ سکتے ہیں۔ ٹی سیلز وقت فعال ہوتے ہیں جب کوئی مخصوص فیگوسائٹس ایسے انٹی جن نمایاں کرتے ہیں، جن کے لئے ٹی سیل مخصوص ہو۔ جب یہ فعال ہو جاتے ہیں تو مختلف متاثرہ جسم کے خلیات کی پہچان کرکے انہیں ہلاک کرتے ہیں۔ ریگولیٹری ٹی سیلز مدافعتی ردعمل کو کنٹرول کرنے میں مدد کرتے ہیں اور حملے کو روکنے کے لیے سگنل چھوڑتے ہیں۔ مدافعتی نظام میں شریک اعضا اور نشوونمائی مس، بون میرو، لمف نوڈس، اسپلین، اپینڈیکس، ہاسلز اور پیئر کے پیچز (چھوٹی آنت میں) شامل ہیں۔

غیر مخصوص مدافعت: انسان کے مدافعتی نظام میں مخصوص اور غیر مخصوص قوت مدافعت کی دو سطحیں ہیں۔ غیر مخصوص یا فطری قوت مدافعت میں انسانی جسم نقصان دہ جرثوموں سے اپنی حفاظت کرتا ہے، جنہیں پیتھوجین کہا جاتا ہے۔ خون کے کچھ سفید خلیات (فیگوسائٹس) ان پیتھوجین کا مقابلہ کرتے ہیں، جو خارجی مدافعت سے بچ کر نکل جاتے ہیں۔ فیگو سائٹس ایک انفیکشن اور بیماری/انفیکشن اس وقت ہوتا ہے، جب کوئی پیتھوجین جسم کے خلیات پر حملہ اور تولید کرتا ہے۔ انفیکشن عام طور پر ایک مدافعتی ردعمل کا سبب بنتے ہیں گا۔ اگر ردعمل فوری اور موثر ہو تو انفیکشن کا خاتمہ ہو جائے گا یا قابو میں آ جائے گا، اتنی جلدی کہ بیماری واقع نہیں ہوتی۔ بیماری اس وقت ہو سکتی ہے جب قوت مدافعت کم ہو یا خراب ہو جائے، جیسے پیتھوجین کی زہریلی تاثیر بہت زیادہ ہو یا جب جسم میں پیتھوجین کی تعداد بہت زیادہ ہو۔ بخار انفیکشن کا ایک عام ردعمل ہوتا ہے، لہٰذا اس علامت کے پاتے ہی فوری معالج سے رابطہ کرنا چاہیے۔



سپورٹس صورت حال





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

خواتین کے ورلڈ کپ کی جیت کو ایک سال مکمل

پرتیکا راول اور شیفالی ورما نے یادگار لمحات شیئر کیے

(مانیٹرنگ ڈیسک)

بھارتی خواتین کرکٹ ٹیم کے عالمی چیمپئن بننے کا کئی دہائیوں پرانا انتظار بالآخر 2 نومبر 2025 کو ختم ہوا تھا۔ اس دن بھارتی خواتین ٹیم نے پہلی مرتبہ ون ڈے ورلڈ کپ کا خطاب اپنے نام کیا تھا۔ اس تاریخی کامیابی کے ایک سال مکمل ہونے پر جیو اسٹار کے خصوصی پروگرام ''سیلیبریٹنگ دی چیمپئنز'' میں بھارتی ٹیم کی کھلاڑی پرتیکا راول اور شیفالی ورما نے ورلڈ کپ سے جڑی اپنی یادگار باتیں اور تجربات شیئر کیے۔ پرتیکا راول نے زمبابوے کے خلاف حال ہی میں اسی تاریخ کو سنچری بنانے کی دلچسپ کہانی سنائی، جس تاریخ کو انہوں نے 2025 کے ورلڈ کپ میں بھی سنچری بنائی تھی۔ اس کے علاوہ انہوں نے بنگلہ دیش کے خلاف میچ کے دوران زخمی ہونے اور ورلڈ کپ سے باہر ہونے کے مشکل وقت کو بھی یاد کیا۔ وہیں شیفالی ورما نے ٹورنامنٹ کے درمیان اچانک ٹیم میں شامل کیے جانے کے تجربے کے بارے میں بتایا۔ بھارتی بلے باز پرتیکا راول نے گزشتہ 23 اکتوبر کو زمبابوے کے خلاف ون ڈے سیریز کے پہلے میچ میں سنچری بنانے کے پیچھے کی دلچسپ کہانی بیان کی۔ انہوں نے بتایا کہ جب وہ بلے بازی کے لیے میدان میں اترنے والی تھیں، اس وقت ٹی وی پر 2025 ویمنز ورلڈ کپ میں بھارت اور نیوزی لینڈ کے درمیان کھیلے گئے میچ کی جھلکیاں دکھائی جا رہی تھیں۔ پرتیکا کے مطابق، ٹی وی پر ایک تاریخ کا ذکر دیکھ کر انہیں یاد آیا کہ اسی دن انہوں نے ورلڈ کپ میں بھی سنچری بنائی تھی۔ پرتیکا نے بتایا کہ ''میں اس بارے میں امرتی دیدی اور امول سر (کوچ) کے ساتھ بات کر رہی تھی۔ ہم نے اسی لمحے اس کارنامے کو دوبارہ دہرانے کا فیصلہ کیا۔ اس کے بعد میں نے زمبابوے کے خلاف میچ میں سنچری بنائی۔ ایک ہی تاریخ پر دوبارہ سنچری بنانا میرے لیے انتہائی خاص تجربہ تھا۔'' پرتیکا راول نے بنگلہ دیش کے خلاف میچ کے دوران لگی چوٹ اور اس کے نتیجے میں ورلڈ کپ سے باہر ہونے کے مشکل وقت کو بھی یاد کیا۔ انہوں نے کہا کہ ''جب میں بنگلہ دیش کے خلاف میچ کے دوران گری، اسی وقت مجھے احساس ہو گیا تھا کہ کچھ گڑبڑ ہے۔ میں اپنے جسم کو اچھی طرح سمجھتی ہوں اور چوٹ کا اثر معمول کے مطابق نہیں لگ رہا تھا۔ ایکسرے میں فریکچر کی تصدیق ہوئی، جس کے بعد میرا ورلڈ کپ کا سفر ختم ہو گیا۔'' انہوں نے کہا کہ ''ورلڈ کپ کے دوران زخمی ہونا انتہائی افسوسناک تھا۔ تاہم سیمی فائنل اور فائنل میں بھارتی ٹیم کو کھیلتے دیکھنا میرے لیے شاندار تجربہ رہا۔ میں نے اپنے والد کے ساتھ ہوٹل کے کمرے میں بیٹھ کر سیمی فائنل کا مقابلہ دیکھا اور ٹیم کی جیت کے لیے دعا کی۔ یہ میرے لیے جذبات سے بھرا وقت تھا، لیکن آس پاس موجود لوگوں کے تعاون نے مجھے ہمت دی۔'' وہیں، شیفالی ورما نے بتایا کہ انہیں ویمنز ورلڈ کپ 2025 کے دوران بھارتی ٹیم میں شامل کیے جانے کی خبر ملی تھی۔



غیر قانونی کان کنی اور معدنیات کی نقل و حمل کے خلاف کارروائی

گاندربل اور اونتی پورہ میں پولیس نے 25 گاڑیاں ضبط کر لیں

(سرینگر)

غیر قانونی کان کنی اور معدنیات کی غیر قانونی نقل و حمل کے خلاف جاری مہم کے تحت جموں و کشمیر پولیس نے گاندربل اور اونتی پورہ میں کارروائی کرتے ہوئے مجموعی طور پر 25 گاڑیاں ضبط کر لی ہیں۔ گاندربل میں پولیس نے ایک ہفتے کے دوران 24 گاڑیاں ضبط کیں، جن میں 12 ٹریکٹر اور 12 ٹپر شامل ہیں۔ گاڑیاں ضلع بھر میں معدنی معدنیات کی غیر قانونی کھدائی اور نقل و حمل میں ملوث پائی گئیں۔ پولیس کے مطابق گاڑیاں مقررہ ضابطوں کی خلاف ورزی کرتے ہوئے قانونی اجازت نامے کے بغیر کان کنی کا مواد نکالنے اور منتقل کرنے میں مصروف تھیں۔ پولیس نے تمام گاڑیوں کو موقع پر ہی ضبط کر لیا اور معاملہ متعلقہ محکمہ ارضیات و کان کنی کے سپرد کیا، جس نے قانون کی متعلقہ دفعات کے تحت ضروری جرمانے عائد کیے۔ ادھر اونتی پورہ میں پولیس نے ناکہ چیکنگ کے دوران ترال کے منڈک پال علاقے میں ایک ڈمپر زیر نمبر JK03-6088 ضبط کیا۔

میکسویل نے بین الاقوامی کرکٹ سے ریٹائرمنٹ کا اعلان کر دیا

(ہندوستھان سماچار)

آسٹریلیا کے تجربہ کار آل راؤنڈر گلین میکسویل نے بین الاقوامی کرکٹ سے ریٹائرمنٹ کا اعلان کر دیا ہے۔ 38 سالہ میکسویل کا بین الاقوامی کیریئر تقریباً 14 سال پر محیط رہا۔ انہوں نے آخری مرتبہ آئی سی سی مینز ٹی 20 ورلڈ کپ 2026 میں عمان کے خلاف مقابلے میں حصہ لیا تھا۔ اپنی ریٹائرمنٹ کا اعلان کرتے ہوئے گلین میکسویل نے 'دی فائنل ورڈ' پوڈکاسٹ پر کہا کہ یہ فیصلہ کچھ افسوسناک ضرور ہے، لیکن وہ بین الاقوامی کرکٹ سے کنارہ کشی اختیار کرنے کا اعلان کر رہے ہیں۔ سلیکٹرز کے ساتھ ہونے والی بات چیت کا ذکر کرتے ہوئے میکسویل نے کہا کہ ٹی 20 ورلڈ کپ سے پہلے اور اس کے بعد ان کی کئی مرتبہ بات چیت ہوئی تھی۔ یہ گفتگو کافی کھلی اور واضح رہی۔ اپنے کیریئر کے بارے میں انہوں نے کہا کہ وہ اس بات کے شکر گزار ہیں کہ انہیں اپنے ملک کی نمائندگی کرنے کا موقع ملا۔ میکسویل کے مطابق اگر 2009 کے آس پاس، جب انہوں نے پہلی مرتبہ وکٹوریہ کے ڈریسنگ روم میں قدم رکھا تھا، کسی نے انہیں ایسے کیریئر کی پیشکش کی ہوتی تو وہ خوشی خوشی اسے قبول کر لیتے۔ گلین میکسویل کی ریٹائرمنٹ کے ساتھ ہی آسٹریلیائی کرکٹ کا ایک یادگار باب ختم ہو گیا ہے۔ جارحانہ بلے بازی، شاندار فیلڈنگ اور کارآمد گیند بازی کے ذریعے انہوں نے دنیا بھر کے کرکٹ شائقین میں اپنی الگ پہچان بنائی۔ میکسویل نے اپنے بین الاقوامی کیریئر میں آسٹریلیا کی تینوں فارمیٹس میں نمائندگی کی۔ انہوں نے 149 ون ڈے، 130 ٹی 20 انٹرنیشنل اور 7 ٹیسٹ میچ کھیلے۔



اس دوران وہ آسٹریلیا کی 2015 اور 2023 کے ون ڈے ورلڈ کپ اور 2021 کے ٹی 20 ورلڈ کپ جیتنے والی ٹیموں کا حصہ رہے۔ سفید گیند کی کرکٹ میں میکسویل کی کارکردگی غیر معمولی رہی۔ اپنی دھواں دار بلے بازی کے لیے مشہور میکسویل نے کئی مواقع پر آسٹریلیا کو مشکل حالات سے باہر نکالا۔ خاص طور پر 2023 کے ون ڈے ورلڈ کپ میں افغانستان کے خلاف ان کی تاریخی دوہری سنچری کرکٹ کی یادگار اننگز میں شمار ہوتی ہے۔ اس مقابلے میں انہوں نے زخمی ہونے اور انتہائی مشکل حالات کے باوجود ناٹ آؤٹ دوہری سنچری بنا کر آسٹریلیا کو کامیابی دلائی تھی۔ میکسویل کے ون ڈے کیریئر پر نظر ڈالیں تو انہوں نے 149 میچوں میں 3990 رن بنائے۔ ٹی 20 انٹرنیشنل کرکٹ میں ان کے بلے سے 2897 رن نکلے اور ان کا اسٹرائیک ریٹ 4.154 رہا۔ سات ٹیسٹ میچوں میں انہوں نے 339 رن بنائے۔ اس کے علاوہ میکسویل نے اپنے بین الاقوامی کیریئر میں مجموعی طور پر 10 سنچریاں بنائیں اور 136 وکٹیں بھی حاصل کیں۔

نیوزی لینڈ اے کیخلاف، یشسوی جیسوال اور ییش راٹھوڑ کی سنچریاں

(یو این آئی)

انڈیا اے اور نیوزی لینڈ اے کے درمیان کھیلا گیا دوسرا غیر سرکاری ٹیسٹ میچ ڈرا ہو گیا۔ مقابلے کے آخری دن ہندوستانی بلے باز یشسوی جیسوال اور ییش راٹھوڑ نے شاندار سنچریاں بنا کر ٹیم کو مشکل صورت حال سے باہر نکالا۔ جیسوال 155 رن اور راٹھوڑ 100 رن بنا کر ناٹ آؤٹ رہے۔ دونوں کے درمیان تیسری وکٹ کے لیے اہم شراکت داری ہوئی، جس کے بعد دونوں ٹیموں نے میچ ڈرا کرنے پر اتفاق کیا۔ بتاتے چلیں کہ اول، کرائسٹ چرچ میں کھیلے گئے اس چار روزہ مقابلے میں انڈیا اے نے پہلی اننگز میں 346 رن بنائے تھے۔ اس کے جواب میں نیوزی لینڈ اے نے مچل ہے کی 110 رن کی شاندار اننگز اور ڈین فاکس کرافٹ کے 93 رن کی مدد سے 424 رن بنائے اور پہلی اننگز کی بنیاد پر 78 رن کی برتری حاصل کر لی۔ ہندوستان کی جانب سے کملیش ناگرکوٹی نے بہترین گیند بازی کرتے ہوئے 87 رن دے کر 5 وکٹیں حاصل کیں، جبکہ محمد سراج نے 4 کھلاڑیوں کو آؤٹ کیا۔ 78 رن سے پیچھے رہ جانے کے ساتھ دوسری اننگز میں اتری انڈیا اے کی شروعات اچھی نہیں رہی۔ نیوزی لینڈ اے کے گیند بازوں نے دن کے آغاز میں ہی سائی سدرشن اور دیودت پڈیکل کو پویلین بھیج دیا۔ پڈیکل نے پہلی اننگز میں 80 رن بنائے تھے، لیکن دوسری اننگز میں وہ اپنا کھاتہ بھی نہیں کھول سکے۔ اس کے بعد یشسوی جیسوال اور ییش راٹھوڑ نے ذمہ داری سنبھالی اور نیوزی لینڈ کے گیند بازوں کا ڈٹ کر مقابلہ کیا۔ دونوں نے تیسری وکٹ کے لیے ناقابل شکست شراکت داری قائم کرتے ہوئے ہندوستانی اننگز کو سنبھالا۔ جیسوال نے 162 گیندوں پر 155 رن بنائے، جس میں 15 چوکے اور 5 چھکے شامل تھے۔ دوسری جانب ییش راٹھوڑ نے 122 گیندوں پر 100 رن کی ناٹ آؤٹ اننگز کھیلی۔ راٹھوڑ نے اننگز کے دوران اپنی فرسٹ کلاس کرکٹ کی 11 ویں سنچری بھی مکمل کی۔ ان دونوں کی شاندار بلے بازی کے باعث ہندوستانی ٹیم نے دوسری اننگز میں 282 رن پر 2 وکٹیں گنوائیں اور 204 رن کی مجموعی برتری حاصل کر لی۔ اس کے بعد دونوں ٹیموں نے میچ ڈرا کرنے کا فیصلہ کیا۔

پھلوں کا سیزن شروع ہوتے ہی کشمیر میں جعلی کیڑے مار ادویات کا انکشاف

کاشتکاروں نے باغبانی اور زراعت کے محکموں پر زور دیا ہے کہ وہ فعال اقدامات



(ٹی ای این)

پھلوں کا سیزن قریب آنے کے ساتھ ہی، کشمیر بھر کے باغبانوں نے غیر معیاری اور جعلی کیڑے مار ادویات اور کھادوں کی بے لگام فروخت پر شدید تشویش کا اظہار کرتے ہوئے حکام پر زور دیا ہے کہ وہ فصلوں کو خطرے میں ڈالنے سے پہلے کوالٹی کنٹرول کے سخت اقدامات کو نافذ کریں۔ باغبانی، جسے وسیع پیمانے پر کشمیر کی معیشت کی ریڑھ کی ہڈی کے طور پر جانا جاتا ہے، لاکھوں خاندانوں کی براہ راست اور بالواسطہ مدد کرتی ہے۔ سیب کے باغات سے لے کر چیری، ناشپاتی اور اخروٹ کی کاشت تک، یہ شعبہ دیہی آمدنی کو برقرار رکھنے اور خطے کی معیشت میں نمایاں کردار ادا کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ تاہم، کاشتکار خبردار کرتے ہیں کہ کیڑوں، بیماریوں، اور غیر قابل اعتماد فارم کی آدانوں کی وجہ سے بڑھتی ہوئی غیر یقینی صورتحال اس اہم شعبے کو دباؤ میں ڈال رہی ہے۔ کسانوں کا کہنا ہے کہ ہر گزرتے سال کے ساتھ نئے کیڑوں کے حملے اور پودوں کی بیماریاں ابھر رہی ہیں جس سے باغات کا انتظام مزید پیچیدہ اور مہنگا ہو رہا ہے۔ ان خطرات کی بدلتی ہوئی نوعیت نے بہت سے کاشتکاروں کو اپنانے کی جدوجہد میں چھوڑ دیا ہے۔ پلوامہ کے باغبانوں نے کہا کہ پہلے انہیں عام کیڑوں اور ان پر قابو پانے کے بارے میں اچھی طرح سے سمجھ تھی لیکن اب ہر موسم ایک نیا چیلنج لے کر آتا ہے۔ مناسب رہنمائی اور معیاری کیڑے مار ادویات تک رسائی کے بغیر، ہمارے باغات کی حفاظت کرنا انتہائی مشکل ہو جاتا ہے۔ ماہرین اس بڑھتے ہوئے رجحان کی وجہ موسمیاتی تبدیلیوں اور موسم کی بے ترتیبی کو قرار دیتے ہیں۔ غیر موسمی بارشیں، درجہ حرارت میں اچانک اتار چڑھاؤ اور طویل خشک منتر نے کیڑوں اور بیماریوں کے پھیلنے کے لیے سازگار حالات پیدا کیے ہیں، جو اکثر پیداوار اور پھلوں کے معیار کو کم کر دیتے ہیں۔ کاشتکاروں کا الزام ہے کہ مارکیٹ میں غیر معیاری، جعلی یا غلط لیبل والی کیڑے مار ادویات اور کھادوں کی وسیع پیمانے پر دستیابی سے صورتحال مزید خراب ہو رہی ہے۔ بہت سے کسانوں کا دعویٰ ہے کہ چھڑکاؤ اور علاج میں بھاری سرمایہ کاری کرنے کے باوجود، وہ ناقص معیار کی مصنوعات کی وجہ سے مطلوبہ نتائج حاصل کرنے میں ناکام رہتے ہیں۔ ایک اور کاشتکار نے کہا کہ ہم ہر موسم میں ہزاروں سپرے پر خرچ کرتے ہیں۔ اگر کیڑے مار دوا جعلی یا بے اثر نکلے تو پوری فصل کو خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ ان مصنوعات کی مارکیٹ میں پہنچنے سے پہلے ان کی سخت جانچ ہونی چاہیے۔ غیر رجسٹرڈ ڈیلرز اور یہاں تک کہ آن لائن پلیٹ فارمز کے ذریعے غیر مجاز اور جعلی زرعی کیمیکل فروخت کیے جانے کی اطلاعات کے درمیان ریگولیشن کے مطالبے میں فوری اضافہ ہوا ہے۔ صنعت کے اسٹیک ہولڈرز نے اس مسئلے کو بار بار ابھارا ہے، اور مضبوط نفاذ اور جوابدہی کے طریقہ کار پر زور دیا ہے۔ ماہرین زراعت نے خبردار کیا ہے کہ غیر تصدیق شدہ کیڑے مار ادویات کا اندھا دھند استعمال نہ صرف فصلوں کو نقصان پہنچاتا ہے بلکہ اس سے انسانی صحت، زمین کی زرخیزی اور وسیع تر ماحولیاتی نظام کو بھی شدید خطرات لاحق ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ کمزور نگرانی اور انضباطی نفاذ میں خامیاں بدستور غیر محفوظ طریقوں کو برقرار رکھنے کی اجازت دیتی ہیں۔ پھلوں کے کاشتکاروں نے باغبانی اور زراعت کے محکموں پر زور دیا ہے کہ وہ فعال اقدامات

شوپیاں میں ماہی گیری کو فروغ دینے کے لیے آئس بکس تقسیم



(ٹی ای این)

ماہی گیری کے شعبے کو مضبوط کرنے اور مقامی ماہی گیروں کی مدد کرنے کی کوشش میں ایڈیشنل ڈسٹرکٹ ڈیولپمنٹ کمشنر شوپیاں، ڈاکٹر ناصر احمد لون نے منگل کو شوپیاں کے منی سیکرٹریٹ میں جموں و کشمیر مسابقتی بہتری پروجیکٹ کے تحت مستفید ہونے والوں میں 37 آئس بکس تقسیم کیے۔ ماہی گیری کے محکمے کے اس اقدام کا مقصد ماہی گیروں اور مچھلی کاشتکاروں کو اپنی پیداوار کو زیادہ مؤثر طریقے سے محفوظ کرنے اور نقل و حمل میں مدد فراہم کرنا ہے، تاکہ مچھلی کے بہتر معیار کو یقینی بنایا جا سکے اور کٹائی کے بعد ہونے والے نقصانات کو کم کیا جا سکے۔ حکام نے کہا کہ اس اقدام سے اس شعبے سے وابستہ افراد کے لیے مارکیٹ کے منافع میں بہتری کی امید ہے۔ 65 سال سے زیادہ عمر کے ہندوستانی ان نئے آلے کو سماعت کے آلات سے تبدیل کر رہے ہیں۔ اس موقع پر خطاب کرتے ہوئے ڈاکٹر لون نے ماہی گیری کو مضبوط بنانے اور اس تجارت سے وابستہ لوگوں کی آمدنی میں بہتری کے لیے جدید سہولیات اور حکومت کے تعاون سے کیے گئے اقدامات کی اہمیت پر روشنی ڈالی۔ انہوں نے کہا کہ اس طرح کے اقدامات کا مقصد پائیدار معاش کے مواقع کو فروغ دینا اور ضلع میں ماہی گیری برادری کو بہتر مدد فراہم کرنا ہے۔

کھاد کی فراہمی کے خدشات، ماہرین زراعت نے جموں و کشمیر کے کسانوں کو پیشگی تیاری کا مشورہ دیا

(نیوز ڈیسک)

مغربی ایشیا میں بڑھتی ہوئی کشیدگی اور آبنائے ہرمز میں ممکنہ رکاوٹ کے خدشات نے خلیجی ممالک سے بھارت کو کھاد کی فراہمی کے بارے میں نئی تشویش پیدا کر دی ہے۔ تازہ اعداد و شمار کے مطابق بھارت اپنی کھاد کی ضروریات پوری کرنے کے لئے بڑی حد تک درآمدات پر انحصار کرتا ہے۔ فرٹیلائزر ایسوسی ایشن آف انڈیا کے مطابق ملک یوریا، ڈائی امونیم فاسفیٹ اور دیگر پیچیدہ کھادوں کا ایک بڑا حصہ بیرون ملک سے منگواتا ہے۔ سرکاری اعداد و شمار بتاتے ہیں کہ اپریل تا نومبر 2025 کے دوران بھارت نے تقریباً 7.17 ملین ٹن یوریا درآمد کیا، جو گزشتہ سال کے اسی عرصے میں درآمد کیے گئے 3.26 ملین ٹن سے دوگنا سے بھی زیادہ ہے۔ صنعتی اندازوں کے مطابق بھارت اپنی یوریا کی ضرورت کا تقریباً 20 سے 25 فیصد، فاسفیٹ کھادوں کی ضروریات کا 50 سے 60 فیصد درآمد کرتا ہے۔ درآمد شدہ کھاد اور اس کے بنیادی خام مال جیسے سلفر اور امونیا کا بڑا حصہ مشرق وسطیٰ اور خلیجی ممالک سے آتا ہے۔ ایران، سعودی عرب، متحدہ عرب امارات، قطر اور عمان سلفر اور کھاد سازی میں استعمال ہونے والے دیگر اجزا کے اہم برآمد کنندگان ہیں۔ اطلاعات کے مطابق بھارت کی کل سلفر درآمدات کا تقریباً 76 فیصد حصہ قطر، یو اے ای، عمان سے آتا ہے، جو ڈی اے پی اور سنگل سپر فاسفیٹ کی تیاری کے لیے نہایت اہم جز ہے۔ 2025 تک، آبنائے ہرمز سے گزرنے والی خلیجی درآمدات بھارت کی تیار شدہ کھاد کی مجموعی فراہمی کا تقریباً 33 سے 45 فیصد بنتی ہیں، جو ایک اہم تزویراتی انحصار کی نشاندہی کرتی ہیں۔ وزارت کیمیکلز اینڈ فرٹیلائزرز اور مالی سال 2024-25 کی تجارتی رپورٹس کے مطابق بھارت نے تقریباً 47.56 لاکھ میٹرک ٹن یوریا درآمد کیا، جس میں سے تقریباً 62 فیصد خلیجی ممالک سے آیا۔ ان میں عمان (26.13 لاکھ میٹرک ٹن)، سعودی عرب (5.38 لاکھ میٹرک ٹن) اور قطر (3.70 لاکھ میٹرک ٹن) شامل ہیں۔ اسی طرح میوریٹ آف پوٹاش کی تقریباً 42 فیصد درآمدات خلیج سے ہوئیں، جن میں سعودی عرب سرفہرست رہا، جبکہ تقریباً 15 فیصد این پی کے کمپلیکس کھاد بھی اسی خطے سے فراہم کی گئی۔

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,