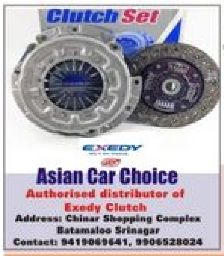
The daily
Surathal
Srinagar
سرینگر
e-paper: surathal.in
https://surathal.in

روزنامہ صورت حال

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

Postal Registration No:JKNP-189/SKGPO- 2018-2020/RNI NoJKURD/2012/48314
Vol: 17 Issue No: 214 Sunday 06 September 2026 - 23 Rabi ul Awwal 1447 Pages: 08 Price Rs0.50/-



علم سے آراستہ کرنے کے ساتھ ساتھ اپنی روایتی اقدار اور ثقافتی ورثے سے بھی وابستہ رکھنے کی ضرورت

موجودہ دور میں بھگوان شری کرشن کی تعلیمات کی اہمیت بڑھ گئی ہے/کھٹانہ

نوجوان نسل کو روایتی اقدار، ثقافتی ورثے اور ٹیکنالوجی کے مثبت و تعمیری استعمال سے جوڑنے کی ضرورت پر زور

(ادھمپور)

بی جے پی کے سینئر رہنما اور رکن پارلیمنٹ راجیہ سبھا، انجینئر غلام علی کھٹانہ نے کہا ہے کہ بھگوان شری کرشن کی تعلیمات موجودہ دور میں نہایت اہم اور موثر ہیں، جنہیں نوجوان نسل تک پہنچانے کی ضرورت ہے۔ وہ جنم اشٹمی کے مقدس موقع پر ایور گرین اسکول، چنینی میں منعقدہ ایک تقریب سے خطاب کر رہے تھے۔

اس موقع پر اسکولی بچوں نے بھگوان شری کرشن کی زندگی اور تعلیمات کو اجاگر کرتے ہوئے رنگارنگ اور بامقصد پروگرام پیش کیے۔ اجتماع سے خطاب کرتے ہوئے انجینئر غلام علی کھٹانہ نے کہا کہ بچوں کو جدید تعلیم اور علم سے آراستہ کرنے کے ساتھ ساتھ اپنی روایتی اقدار اور ثقافتی ورثے سے بھی وابستہ رکھنے کی ضرورت ہے۔

وظیفے میں اضافے کے لیے فوری تحریری حکم جاری کرنے کا مطالبہ

سنجیدہ اور غیر حساس رویے پر سخت تشویش کا اظہار کیا

بی جے پی کا انٹرن ڈاکٹروں کے تئیں وزیرِ صحت کے مبینہ غیر سنجیدہ رویے پر اظہارِ تشویش

11 سرکاری میڈیکل کالجوں میں غیر معینہ مدت کی ہڑتال پر ہیں

(جموں)

بھارتیہ جنتا پارٹی (بی جے پی) کے ریاستی ترجمان ڈاکٹر ہری دت شیشو نے جموں و کشمیر کی وزیر صحت سکینہ ایتو کے ہڑتال پر بیٹھے ایم بی بی ایس اور بی ڈی ایس انٹرن ڈاکٹروں کے ساتھ اعلیٰ سطحی اجلاس کے دوران مبینہ غیر سنجیدہ اور غیر حساس رویے پر سخت تشویش کا اظہار کیا ہے۔ انٹرن ڈاکٹر گزشتہ پانچ روز سے جموں و کشمیر کے

11 سرکاری میڈیکل کالجوں میں غیر معینہ مدت کی ہڑتال پر ہیں۔ ان کا مطالبہ ہے کہ ان کے ماہانہ وظیفے میں طویل عرصے سے زیرِ التوا اضافہ کرتے ہوئے اسے موجودہ 12 ہزار روپے سے بڑھا کر 30 ہزار روپے کیا جائے۔ ایک بیان میں ڈاکٹر ہری دت شیشو نے وزیرِ اعلیٰ کے دفتر میں منعقدہ 90 منٹ طویل اجلاس کے نتائج پر مایوسی کا اظہار کیا۔

جی ایس پی ایم آر کالج آف کامرس میں پرکرتی وندنا کا انعقاد

طلبہ نے درختوں کو راکھیاں باندھ کر فطرت سے محبت کا اظہار کیا

(جموں)

جموں کے گورنمنٹ ایس پی ایم آر کالج آف کامرس میں ایکو کلب، شعبۂ ماحولیاتی علوم اور این ایس ایس یونٹس کے اشتراک سے 'پرکرتی وندنا' کے عنوان سے ایک بامعنی پروگرام کا انعقاد کیا گیا، جس کا مقصد مادرِ فطرت کو خراجِ عقیدت پیش کرنے کے ساتھ ساتھ قدرتی ماحول کے تئیں تشکر کا اظہار کرنا تھا۔ پروگرام کا مقصد ماحولیاتی شعور کو فروغ دینے، قدرتی وسائل کے تحفظ کی حوصلہ افزائی کرنے اور انسان و فطرت کے درمیان مضبوط رشتے کو اجاگر کرنا تھا۔ تقریب کے دوران مادرِ ارضی کی برکتیں حاصل کرنے کے لیے 'بھومی پوجن' کیا گیا۔

احلاطہ وقار کا نیل ناگ میں بزرگ شہریوں کیلئے خصوصی آؤٹ ریچ پروگرام

بزرگوں کی صحت، فلاح و بہبود اور ذہنی آسودگی کو فروغ دینے پر زور

(چاڈورہ)

سینئر سٹیزنز کونسل، احلاطہ وقار چھانہ پورہ کی جانب سے بزرگ شہریوں کے لیے قدرتی حسن سے مالا مال صحت افزا مقام نیل ناگ، بڈگام میں ایک خصوصی آؤٹ ریچ اور آگاہی پروگرام کا انعقاد کیا گیا۔ پروگرام کا مقصد قدرتی ماحول کی اہمیت اور اس کے صحت بخش فوائد کے بارے میں آگاہی پیدا کرنے کے علاوہ بزرگ شہریوں کو قدرتی ماحول میں سماجی، ثقافتی اور بامقصد میل جول کا موقع فراہم کرنا تھا۔ تقریب کے مہمان خصوصی معروف شاعر اور قلمکار ظریف احمد ظریف تھے۔ تقریب میں نامور شاعرہ اور سابق ڈائریکٹر ریڈیو کشمیر رخسانہ جبین، اسلامک ریلیف اینڈ ریسرچ ٹرسٹ کے چیئرمین ایڈووکیٹ عبدالرشید ہانجورہ، سابق ڈائریکٹر دوردرشن کشمیر شبیر مجاہد، سماجی کارکن قرۃ العین، پروفیسر شفیقہ پروین، پروفیسر حواشیر، عارفت جان اور ڈاکٹر سجان کور بھی موجود تھے۔

راجوری میں جنم اشٹمی کی تقریبات منعقد

ڈپٹی کمشنر نے عقیدت مندوں کے ساتھ تقریبات میں شرکت کی

(راجوری)

راجوری قصبے اور ضلع کے دیگر علاقوں میں جنم اشٹمی کی تقریبات اور مذہبی جلوس بھرپور عقیدت، مذہبی جوش و خروش اور تہواری ماحول میں منعقد ہوئے۔ ڈپٹی کمشنر راجوری ابھیشیک شرما نے ڈی آئی جی راجوری-پونچھ رینج سندیپ وزیر، ایس ایس پی نریش سنگھ، ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر روی کمار سنگھ، اسسٹنٹ کمشنر ریونیو محمد جہانگیر خان اور دیگر افسران کے ہمراہ عقیدت مندوں کے اجتماع میں شرکت کی۔ جنم اشٹمی کا مذہبی جلوس راجوری قصبے کے اہم علاقوں سے گزرا، جس میں عقیدت مندوں نے مذہبی جوش اور بھرپور عقیدت کے ساتھ شرکت کی۔

کٹھوعہ میں عوامی شکایات کے ازالے کیلئے کیمپ منعقد

(کٹھوعہ)

بلاک بلاور کے بھڈو میں آج عوامی شکایات کے ازالے کے لیے ایک کیمپ کا انعقاد کیا گیا، جس کی صدارت ڈپٹی کمشنر کٹھوعہ راجیش شرما نے کی۔ کیمپ میں بڑی تعداد میں عوامی نمائندوں اور مقامی باشندوں نے شرکت کرتے ہوئے اپنے علاقے سے متعلق مختلف مطالبات اور مسائل پیش کیے۔

نیشنل کانفرنس خواتین ونگ کا اجلاس

عوامی مسائل اور پارٹی امور پر تبادلہ خیالات

(سرینگر)

جموں و کشمیر نیشنل کانفرنس خواتین ونگ صوبہ کشمیر کا اجلاس پارٹی ہیڈکوارٹر نوائے صبح کمپلیکس میں منعقد ہوا۔ اجلاس میں کی صدارت صوبائی صدر خواتین ونگ صدر و ایم ایل اے حبہ کدل ایڈووکیٹ شمیمہ فردوس نے کی۔ اجلاس کا انعقاد خواتین ونگ انچارج صبیہ قادری نے نے کیا تھا۔ اجلاس میں خواتین ونگ سے وابستہ ضلع صدور صاحبان اور دیگر عہدیداران نے شرکت کی۔ اجلاس میں لوگوں درپیش مسائل و مشکلات، بنیادی ضرورت کی فراہمی، خواتین کو

درپیش چیلنجوں اور حکومت سے عوامی توقعات کے بارے میں تبادلہ خیالات کیا گیا۔

بھدرواہ میں کرشن جنم اشٹمی مذہبی عقیدت کے ساتھ منائی گئی

رنگارنگ جھانکیوں اور نگر پریکرما میں عقیدت مندوں کی بھرپور شرکت

(بھدرواہ)

بھدرواہ میں شری کرشن جنم اشٹمی کا تہوار مذہبی جوش و خروش، عقیدت اور روایتی انداز میں منایا گیا۔ اس موقع پر عقیدت مندوں نے مذہبی رسومات میں بھرپور شرکت کی جبکہ بھگوان شری کرشن کے یوم پیدائش کی مناسبت سے ایک پرجوش نگر پریکرما بھی نکالی گئی۔ تقریبات میں بھدرواہ کے مختلف علاقوں سے تعلق رکھنے والے عقیدت مندوں نے بڑی تعداد میں شرکت کی۔ ایڈیشنل ڈپٹی کمشنر (اے ڈی سی) سنیل کمار بھٹیال، ایڈیشنل سپرنٹنڈنٹ آف پولیس ونود کمار شرما، ایس ڈی پی او نوید شوکت قاضی، تحصیلدار کمل پریت سنگھ اور نائب تحصیلدار پرم پریت سنگھ نے بھی تقریبات میں شرکت کی۔

رنگھ مندر گھگوال میں مذہبی جوش و خروش کے ساتھ جنم اشٹمی کی تقریبات منعقد

ڈپٹی کمشنر سانبہ آیوشی سودن نے تقریبات میں شرکت کی

(سانبہ)

تاریخی رنگھ مندر گھگوال میں جنم اشٹمی کا تہوار مذہبی عقیدت، جوش و خروش اور تہوار کے بھرپور جذبے کے ساتھ منایا گیا۔ اس موقع پر دن بھر عقیدت مندوں کی بڑی تعداد مندر میں حاضری کے لیے پہنچتی رہی۔ ڈپٹی کمشنر سانبہ آیوشی سودن نے جنم اشٹمی کے مبارک موقع پر مندر کا دورہ کیا

اور تقریبات میں شرکت کی۔ انہوں نے عقیدت مندوں، مقامی دستکاروں، خواتین کاروباری شخصیات اور دکانداروں سے بھی ملاقات کی اور خطے کی روایتی دستکاریوں کے تحفظ اور مقامی روزگار کو فروغ دینے میں ان کے کردار کو سراہا۔ تقریبات کے دوران مذہبی عقیدت، ثقافتی ورثے اور عوامی شرکت کا خوبصورت امتزاج دیکھنے کو ملا۔

جی ڈی سی بھدرواہ میں دو روزہ بین الاقوامی کانفرنس اختتام پذیر

ملک و بیرونِ ملک کے ماہرین، محققین اور ماہرینِ تعلیم کی شرکت

(بھدرواہ)

گورنمنٹ ڈگری (جی ڈی سی) کالج بھدرواہ نے گورنمنٹ ڈگری کالج کلوتران کے اشتراک سے "تعلیمی تحقیق میں کثیر الجہتی نقطۂ نظر اور پائیدار ترقی کے لیے تبدیلی پر مبنی تعلیم" کے موضوع پر منعقدہ دو روزہ بین الاقوامی کانفرنس کا آج اختتام کیا۔ یہ کانفرنس جی ڈی سی کلوتران کے اشتراک اور انٹرنیشنل جیولنٹ ریسرچ فاؤنڈیشن (آئی جی آر ایف)، کولکاتا اور کنفیڈریشن آف انڈین یونیورسٹیز (سی آئی یو)، نئی دہلی کے تعاون سے منعقد کی گئی۔ کانفرنس کو محکمہ اعلیٰ تعلیم، جموں و کشمیر حکومت اور جموں و کشمیر سائنس، ٹیکنالوجی اینڈ انوویشن کونسل (جے کے ایس ٹی آئی سی) کی جانب سے اسپانسر کیا گیا۔ یہ تاریخی پروگرام پہاڑی ضلع ڈوڈہ میں اس نوعیت کی پہلی بڑی آف لائن بین الاقوامی کانفرنس تھی۔ قومی تعلیمی پالیسی (این ای پی) 2020 اور اقوام متحدہ کے پائیدار ترقیاتی اہداف (ایس ڈی جیز) کے وژن سے ہم آہنگ اس کانفرنس میں بین الاقوامی ماہرین، محققین، ماہرینِ تعلیم اور پالیسی سازوں نے شرکت کی۔ شرکاء نے ابھرتے ہوئے چیلنجز پر غور کیا اور موسمیاتی تبدیلی کے مقابلے کی صلاحیت، حیاتیاتی تنوع کے تحفظ، سبز کیمسٹری، پائیدار ترقی اور سماجی و اقتصادی تبدیلی سمیت مختلف شعبوں میں قابلِ عمل حل تلاش کرنے پر تبادلہ خیال کیا۔

راجوری میں پی ایم وشوکرما کاریگروں کیلئے آگاہی پروگرام منعقد

ڈیجیٹل ادائیگیوں اور مصنوعی ذہانت کے استعمال سے آگاہ کیا گیا

(راجوری)

وزارت مائیکرو، اسمال اینڈ میڈیم انٹرپرائزز، حکومت ہند کے تحت ایم ایس ایم ای-ڈیولپمنٹ اینڈ فیسلیٹیشن آفس (ایم ایس ایم ای-ڈی ایف او) جموں کی جانب سے گورنمنٹ انڈسٹریل انسٹی ٹیوٹ راجوری میں پی ایم وشوکرما کاریگروں کے لیے برانڈنگ اور مارکیٹنگ سے متعلق ایک آگاہی پروگرام منعقد کیا گیا۔ پروگرام کا مقصد کاریگروں اور روایتی دستکاروں میں اپنی مصنوعات کی برانڈنگ اور مارکیٹنگ، حکومتی معاونتی اسکیموں، مالی سہولیات، ہنر مندی کی ترقی، کاروباری مواقع اور جدید ڈیجیٹل و مصنوعی ذہانت (اے آئی) کے ٹولز کے بارے میں آگاہی پیدا کرنا تھا، تاکہ وہ اپنی مصنوعات کے معیار، تشہیر، رسائی اور مارکیٹ میں مسابقت کو بہتر بنا سکیں۔

ڈپٹی کمشنر کشتواڑ نے ایچ اے ڈی پی کے تحت قائم ہائی ٹیک پولی ہاؤس کا افتتاح کیا

ایک ماہ میں تقریباً 80 ہزار سے ایک لاکھ روپے کا فائدہ حاصل ہوا

(کشتواڑ)

ڈپٹی کمشنر کشتواڑ پنکج کمار شرما نے ہولسٹک ایگریکلچر ڈیولپمنٹ پروگرام (ایچ اے ڈی پی) کے پروجیکٹ نمبر 3 کے تحت قائم ایک ہائی ٹیک پولی ہاؤس کا افتتاح کیا۔ یہ پولی ہاؤس محکمہ زراعت کے تعاون سے چناب ویلی فارمر پروڈیوسر آرگنائزیشن (ایف پی او) نے قائم کیا ہے۔ یہ اقدام کسانوں میں جدید ٹیکنالوجی پر مبنی اور پائیدار زرعی طریقوں کو فروغ دینے کے لیے یو ٹی حکومت کی کوششوں کا حصہ ہے۔ چیف ایگریکلچر آفیسر کشل چندیل نے ڈپٹی کمشنر کو بتایا کہ پولی ہاؤس میں اس

وقت ٹماٹر کی فصل بھرپور مرحلے میں ہے اور یہاں روزانہ تقریباً 40 سے 50 کلوگرام نامیاتی ٹماٹر پیدا کیے جا رہے ہیں۔ انہوں نے مزید بتایا کہ ایک کنال پر قائم اس پولی ہاؤس سے ایک ماہ کے دوران تقریباً 80 ہزار سے ایک لاکھ روپے کا فائدہ حاصل ہوا ہے۔ نامیاتی طریقے سے پیدا کیے جانے والے ٹماٹر مقامی بازار میں تقریباً 40 سے 50 روپے فی کلوگرام کے حساب سے فروخت کیے جا رہے ہیں، جس سے کسانوں کے لیے آمدنی کا ایک موثر ذریعہ فراہم ہونے کے ساتھ ساتھ محفوظ اور جدید زرعی طریقوں کی معاشی صلاحیت بھی اجاگر ہوئی ہے۔

رام بن میں جوش و خروش کے ساتھ شری کرشن جنم اشٹمی منائی گئی

رام بن، بٹوت اور دیگر علاقوں میں شاندار شوبھا یاترائیں نکالی گئیں

(رام بن)

ضلع رام بن میں شری کرشن جنم اشٹمی کا تہوار مذہبی عقیدت، جوش و خروش اور خوشی کے ماحول میں منایا گیا۔ اس موقع پر رام بن، بٹوت اور ضلع کے دیگر علاقوں میں شاندار شوبھا یاترائیں نکالی گئیں، جن میں مردوں، خواتین اور بچوں سمیت ہزاروں عقیدت مندوں نے شرکت کی۔ ضلع صدر مقام رام بن میں مختلف مندروں سے شوبھا یاترائیں نکالی گئیں، جو شان کلیں، کورٹ روڈ، اپر بازار، کیفے میریا موڑ، بس اسٹینڈ، لوئر متھرا، اپر متھرا، مسجد مارکیٹ اور دیگر ملحقہ علاقوں سے گزرتی ہوئی رام ناتھ مندر، بودائی بازار میں اختتام پذیر ہوئیں۔

ثقافتی اور مذہبی روایات کے تحفظ کے لیے اپنا کردار جاری رکھیں

عقیدت مندوں کی سہولت کیلئے تمام بنیادی انتظامات کو بلا رکاوٹ یقینی بنانے کی ہدایت

(اننت ناگ)

جنم اشٹمی کے مبارک موقع پر ڈپٹی کمشنر اننت ناگ ڈاکٹر بلال محی الدین بٹ نے آج رگھوناتھ رام جی مندر، ناگ بل شیر باغ کا دورہ کیا، جہاں انہوں نے عقیدت مندوں کو مبارکباد پیش کی اور مندر میں دستیاب سہولیات اور انتظامات کا جائزہ لیا۔ اس موقع پر اسسٹنٹ کمشنر ریونیو (اے سی آر) طارق احمد ملک، تحصیلدار اننت ناگ، مختلف محکموں کے افسران اور مندر انتظامیہ کے نمائندے بھی ان کے ہمراہ تھے۔ دورے کے دوران ڈپٹی کمشنر

نے مندر انتظامیہ کے نمائندوں کے ساتھ مذہبی رسومات میں شرکت کی اور امید ظاہر کی کہ یہ تہوار عوام کی زندگیوں میں خوشحالی اور مسرت لے کر آئے گا۔ انہوں نے کہا کہ اس طرح کے تہوار مختلف برادریوں کے درمیان محبت اور باہمی احترام کے رشتوں کو مزید مضبوط بنانے کا بہترین موقع فراہم کرتے ہیں۔ مندر کی انتظامی کمیٹی کے اراکین سے بات چیت کرتے ہوئے ڈپٹی کمشنر نے کہا کہ یہ تاریخی مندر طویل عرصے سے بھائی چارے کی ایک علامت رہا ہے، جو اس خطے کے بھرپور مشترکہ ثقافتی ورثے کی عکاسی کرتا ہے۔ انہوں نے عوام کے درمیان اتحاد اور یکجہتی کے دیرینہ جذبے کو سراہتے ہوئے سبھی پر زور دیا کہ وہ علاقے کی ثقافتی اور مذہبی روایات کے تحفظ کے لیے اپنا کردار جاری رکھیں۔

عید میلاد النبی صلی اللہ علیہ وسلم کی جاری تقریبات

مختلف آستانوں اور خانقاہوں میں روح پرور سیرتی مجالس منعقد

(سرینگر)

پیغمبر آخر زماں، فخرِ موجودات، محسنِ کائنات حضرت نبی آخر زماں صلی اللہ علیہ وسلم کے یومِ ولادت باسعادت کے مقدس کی جاری تقریبات کے سلسلے میں خواجہ حبیب اللہ نوشہری فاروقی کے آستانِ عالیہ میں ایک تقریب منعقد ہوئی جس کی پیشوائی الحاج پیر غلام نبی نوشہری فاروقی نے کی اور بقعہ عالیہ کے تمام منصب دار بھی حاضر تھے۔ ادھر میر سید یعقوبؒ سونہ وار میں بھی ایک روح پرور مجلس کا انعقاد ہوا جس کی پیشوائی امام جمعہ الحاج پیرزادہ محمد حسین قادری نے کی۔ آج ہی حضرت میر سید احمد شاہ کرمانی قطب الدین پورہ نوہٹہ میں بھی ایک سیرتی مجلس کا انعقاد ہوا، جس کی پیشوائی بقعہ عالیہ کے منتظم الحاج میر سید رفیق احمد کرمانی اور مہتمم خواں حاجی فاروق احمد بابا نے کی۔ اس دوران زیارت حضرت شیخ بہاؤالدین گنج بخش کشمیریؒ واقع قطب الدین پورہ نوہٹہ اور میں بھی ایک پروقار تقریب کا انعقاد ہوا۔ وادی کے اطراف و اکناف سے آئے ہوئے عاشقانِ رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے ان تقریبات میں شرکت کی۔

قومی و بین الاقوامی خبریں

نیپال کو ۲۰ رہزار نئے گھر تعمیر کرنے ہوں گے

نیپال میں آنے والے سیلاب سے ہزاروں افراد بے گھر ہو گئے ہیں۔ حکام کا اندازہ ہے کہ متاثرہ علاقوں کے باشندوں کو دوبارہ آباد کرنے کے لئے تقریباً ۲۰ رہزار نئے گھر تعمیر کرنے ہوں گے۔ سیلاب کے باعث نیپال میں جمعہ کی شام تک تقریباً ایک ہزار ۲۵۹ رافراد ہلاک جبکہ ۵ رہزار سے زائد لاپتہ تھے۔ بجلی منصوبوں سے منسلک سرنگوں میں پھنسے مزدوروں کی تلاش کے لئے امدادی ٹیمیں سرگرم ہیں۔

نیپال کی 'نیشنل ڈیزاسٹر رسک ریڈکشن اینڈ مینجمنٹ اتھارٹی' (این ڈی آر آر ایم اے) کے سربراہ دھرم راج اپریتی نے کہا، "ہمارا ابتدائی اندازہ ہے کہ ۷ رہزار ۵ رسو گھر مکمل طور پر تباہ ہو گئے ہیں، بہہ گئے ہیں یا ملبے اور کیچڑ میں دب گئے ہیں۔ جو گھر اب بھی کھڑے ہیں، وہ بھی رہنے کے قابل نہیں ہیں۔"

حکام کا اندازہ ہے کہ تقریباً ۲۰ رہزار گھروں کو مختلف محفوظ مقامات پر دوبارہ تعمیر کرنا ہوگا۔ وزیر خارجہ شیشیر کھنال نے کٹھمنڈو میں غیر ملکی سفیروں سے کہا کہ دوبارہ تعمیر کے لئے بڑے پیمانے پر وسائل درکار ہوں گے۔

وزیر اعظم بالندر شاہ کی کابینہ نے فیصلہ کیا ہے کہ تباہی کے ۱۳ ویں روز یعنی ۷ ستمبر کو نیپال میں قومی سوگ منایا جائے گا۔ ہندو روایات کے مطابق ۱۳ رواں دن روایتی طور پر سوگ کی مدت کے باضابطہ اختتام کی علامت سمجھا جاتا ہے۔

نیپال حکومت نے یہ بھی بتایا ہے کہ تبت میں پھنسے ہوئے ۱۱۴ رنیپالی شہریوں کو بچا لیا گیا ہے اور ان کی بحفاظت وطن واپسی کا انتظام کیا جا رہا ہے لیکن تبت کے کیرونگ بارڈر پوائنٹ پر اب بھی تقریباً ایک ہزار ۴ رسو نیپالی شہری پھنسے ہوئے ہیں۔ دوسری جانب نیپال میں تقریباً ۵۸۳ رغیر ملکی شہری لاپتہ ہیں۔ ایک فوجی افسر نے بتایا کہ ہندوستان، جنوبی کوریا اور چین کے ماہرین کے تعاون سے بجلی منصوبوں سے متعلق سرنگوں میں پھنسے تقریباً ۹ رسو افراد کی تلاش جاری ہے۔

اس دوران نیپال میں ہندوستانی سفیر نوین سریواستو نے جمعرات کو سیابروبیسی کا دورہ کیا اور سرنگ میں ہندوستان اور نیپال کی مشترکہ ٹیم کی جانب سے جاری

دنیا کو ملا نیا نقشہ، افریقہ ہوا بڑا، دیکھیے کہاں پر ہے بھارت؟

نئی دہلی: اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی نے دنیا کے روایتی نقشے کو تبدیل کر کے ایک ایسا نقشہ اپنانے کے لیے ووٹ دیا ہے جو افریقہ کے سائز (حجم) کو زیادہ درست طریقے سے ظاہر کرتا ہے۔ ٹوگو کی جانب سے پیش کی گئی اور افریقی یونین (AU) کے اراکین کی حمایت یافتہ کریکٹ دی میپ (نقشہ درست کریں) قرارداد کو فرانس اور برطانیہ سمیت 164 ممالک کی حمایت حاصل ہوئی۔

اقوام متحدہ کی اس قرارداد نے نئے نقشے کو ایکول ارتھ کارٹوگرافک پروجیکشن کا نام دیا ہے۔ ان کے مطابق اس سے دنیا کی نقشہ سازی کی درستگی کو بہتر بنایا گیا ہے۔ امریکہ واحد ملک تھا جس نے اس کے خلاف ووٹ دیا، جب کہ چھ ممالک نے ووٹنگ میں حصہ نہیں لیا۔ اقوام متحدہ کا یہ ووٹ لازمی (قانونی طور پر پابند) نہیں ہے، لیکن یہ حکومتوں اور اداروں کو روایتی مرکیٹر نقشے کا استعمال بند کرنے کی ترغیب دے گا۔

مرکیٹر نقشہ، جو 16 ویں صدی سے عام طور پر استعمال ہو رہا ہے، طویل عرصے سے تنقید کا نشانہ رہا ہے کیونکہ یہ افریقہ کو گرین لینڈ کے سائز کے برابر دکھاتا ہے، جب کہ حقیقت میں افریقہ اس سے 14 گنا بڑا ہے۔ ناقدین کا کہنا ہے کہ اس تحریف کی وجہ سے خط استوا (Equator) کے قریب واقع ممالک کی ترقیاتی ضروریات اور ان کی حقیقی صلاحیتوں کو کم تر سمجھا جاتا ہے۔

مرکیٹر پروجیکشن میں زمین کے حصوں کے سائز (حجم) اور زاویوں کو صحیح طریقے سے دکھانے پر زور دیا گیا، لیکن ان کا باہمی سائز اکثر غلط ہوتا تھا۔ ایسا بنیادی طور پر اس لیے ہوتا تھا کیونکہ تین جہتی (3D) کرہ ارض کو دو جہتی (2D) نقشے پر دکھانا ایک بڑا چیلنج تھا۔ اس نے شمالی علاقوں کو بڑا اور خط استوا (Equator) کے قریب کے علاقوں کو چھوٹا دکھایا، جس سے یوروپ اور شمالی امریکہ بہت بڑے لگنے لگے، جب کہ افریقہ اور جنوبی امریکہ چھوٹے دکھائی دینے لگے۔

مرکیٹر نقشہ 1569 میں فلیمش کارٹوگرافر (نقشہ بنانے والے) جیراڈس مرکیٹر نے بنایا تھا تاکہ یوروپی مہم جو اس کو دنیا بھر میں بحری سفر (نیویگیشن) کرنے میں مدد مل سکے۔ یہ نقشہ قطبین (Poles) کے قریب واقع ممالک کو ان کے اصل سائز سے کہیں زیادہ بڑا دکھاتا ہے۔ ان کے نقشے میں یہ خرابی اس لیے ہے کیونکہ زمین کی گول سطح کو ٹو-ڈائمینشنل (سطح مستوی) چارٹ پر بالکل درست دکھانا ناممکن ہے۔

اس خامی کو دور کرنے کی کوشش میں، 2018 میں نقشہ سازوں (کارٹوگرافرز) کی ایک ٹیم نے مساوی رقبے والا ایک نقشہ تیار کیا جسے ایکول ارتھ پروجیکشن کہا گیا۔ یہ براعظموں کے باہمی سائز کو زیادہ درست طریقے سے ظاہر کرتا ہے۔ فروری میں، افریقی یونین کے 54 رکن ممالک نے اسے باضابطہ طور پر اپنایا اور کہا کہ یہ تمام براعظموں، خاص طور پر افریقہ کے سائز کو بالکل درست شکل میں پیش کرتا ہے۔

ووٹنگ سے پہلے، ٹوگو کے وزیر خارجہ رابرٹ ڈسی نے میڈیا سے بات کرتے ہوئے کہا کہ ایک منصفانہ دنیا کا آغاز ایک منصفانہ نقشے سے ہوتا ہے۔ اقوام متحدہ کی ایک بریفنگ میں، مسٹر ڈسی نے کہا کہ نقشہ کبھی بھی غیر جانبدار نہیں ہوتا۔ یہ لوگوں کی سوچ کو شکل دیتا ہے اور اس بات پر اثر ڈالتا ہے کہ دنیا میں لوگوں اور براعظموں کی جگہ کو کیسے سمجھا جاتا ہے۔

کئی ممالک نے اس فیصلے کا خیر مقدم کیا اور ایکول ارتھ نقشے کو اپنانے کی اپیل کی۔ ووٹنگ کے بعد، فرانس کے وزیر خارجہ جین نوئل بیروٹ نے ایکس پر کہا، نقشہ بدلنے سے ظاہر ہے کہ دنیا نہیں بدلتی۔ لیکن دنیا کو غلط طریقے سے دکھانے والے نقشے کو درست کرنا سچ کی طرف ایک قدم ہے۔ انہوں نے کہا ہے کہ وہ مرکیٹر نقشے کا استعمال بند کرنے کا منصوبہ بنا رہے ہیں۔ تاہم، امریکہ نے اقوام متحدہ میں ہونے والے ووٹ کی تنقید کرتے ہوئے کہا کہ جنرل اسمبلی کو زیادہ سنگین عالمی مسائل پر توجہ دینی چاہیے۔ مہم چلانے والوں کا کہنا ہے کہ نقشے صرف مسافروں کے لیے رہنما نہیں ہوتے، بلکہ وہ یہ بھی طے کرتے ہیں کہ الگ الگ علاقوں کو سیاسی اور معاشی نقطہ نظر سے کیسے دیکھا جائے۔ جنرل اسمبلی میں ووٹ کی وضاحت کرتے ہوئے، اقوام متحدہ میں بھارت کے مستقل مشن کے فرسٹ سیکرٹری، راگھو پوری نے کہا کہ بھارت زیادہ درست اور نمائندہ نقشہ سازی کے طریقوں کو فروغ دینے کے لیے اس قرارداد کے پیچھے موجود مقصد کا خیر مقدم کرتا ہے۔

بنگلورو پولیس نے اتراکھنڈ بی جے پی لیڈروں کے خلاف زیرو ایف آئی آر درج کی

بنگلورو: بنگلورو میں ودھانا سودھا پولیس نے اتراکھنڈ بی جے پی ممبران اور دیگر کے خلاف زیرو ایف آئی آر درج کی ہے۔ یہ معاملہ ہلدوانی کے رام لیلا میدان میں کانگریس صدر ملکارجن کھرگے کے ذریعہ خطاب کرنے والی ایک ریلی کے بعد انجام دی گئی مبینہ شدھی کرن کی رسم سے متعلق ہے۔

انڈین نیشنل کانگریس کے شیڈولڈ ٹرائب (ایس ٹی) ڈپارٹمنٹ کے سابق وائس چیئرمین ٹی آر راما یا کی شکایت پر 31 اگست کو ایف آئی آر درج کی گئی تھی۔

شکایت کے مطابق، راجیہ سبھا میں اپوزیشن لیڈر کھرگے نے آٹھ اگست کو نینیتال ضلع کے ہلدوانی کے رام لیلا گراؤنڈ میں ایک جلسہ عام سے خطاب کیا۔ شکایت کنندہ نے اس ریلی کو ایک پرامن اور قانونی جمہوری اسمبلی قرار دیا۔ الزام ہے کہ 10 اگست کو بی جے پی کے ارکان اور عہدیداروں نے اسی مقام پر "شدھی کرن کی رسم" ادا کی۔

شکایت کنندہ کا الزام ہے کہ اس رسم کا مقصد یہ بتانا تھا کہ کھرگے کی موجودگی کی وجہ سے مقام ناپاک ہو گیا ہے، کیونکہ کھرگے درج فہرست ذات برادری سے تعلق رکھتے ہیں۔ شکایت میں اس عمل کو توہین آمیز اور اچھوت کی ممانعت کے قوانین کے تحت ایک جرم قرار دیا گیا ہے۔ شکایت میں اتراکھنڈ بی جے پی کے صدر مہیندر بھٹ کا نام بھی لیا گیا ہے، جن پر عوامی تنقید کے بعد شدھی کرن کی رسم کا دفاع اور حمایت کرنے کا الزام ہے۔

پولیس نے پروٹیکشن آف سول رائٹس ایکٹ '1955 کی مختلف دفعات کے تحت مقدمہ درج کیا ہے۔ اس میں ایس سی ایس ٹی (مظالم کی روک تھام) ایکٹ، '1989 کی دفعہ (1)(3)یو)، اور بھارتیہ نیائے سنہتا، '2023 کی دفعہ (1)(196)بی) شامل کی گئی ہیں۔ چونکہ یہ مقدمہ زیرو ایف آئی آر کے طور پر درج کیا گیا ہے، اس لیے اسے دائرہ اختیار کی حدود سے قطع نظر کسی بھی پولیس اسٹیشن میں درج کیا جا سکتا ہے۔ ودھانا سودھا پولیس نے بتایا کہ ایف آئی آر کو مزید تفتیش کے لیے ہلدوانی، اتراکھنڈ کے متعلقہ تھانے میں منتقل کیا جائے گا۔ ایک اہلکار نے بتایا کہ بنگلورو پولیس اس معاملے کی تحقیقات نہیں کرے گی۔ انہوں نے یہ بھی بتایا کہ اس واقعے کے سلسلے میں ملک بھر میں کم از کم آٹھ مقامات پر اسی طرح کی ایف آئی آر درج کی گئی ہیں۔ اس پیش رفت نے کانگریس اور بی جے پی کے درمیان سیاسی محاذ آرائی کو جنم دیا ہے۔

یوکرین جنگ ختم کرانے کی کوشش، امریکی ایلچی کیف جائیں گے

ساڑھے ۴ رسال سے زائد عرصے سے جاری یوکرین جنگ کو ختم کرنے کی کوششیں تیز ہو گئی ہیں۔ روس کے صدر ولادیمیر پوتن کی جانب سے امن معاہدے کی امید ظاہر کئے جانے کے بعد امریکی صدر ڈونالڈ ٹرمپ کے خصوصی ایلچی اسٹیو وٹکوف اور جیرڈ کشنر جلد ہی یوکرین کا دورہ کرنے والے ہیں۔ یوکرین کے صدر ولادیمیر زیلنسکی نے اس دورے کی تصدیق کی ہے لیکن روسی صدر کے دفتر نے اس دورے کے بارے میں کوئی تبصرہ کرنے سے انکار کیا ہے۔ بشکیک میں وزیر اعظم نریندر مودی نے روسی صدر ولادیمیر پوتن کے ساتھ حالیہ ملاقات میں کہا تھا کہ جنگ کسی مسئلے کا حل نہیں ہے اور انہوں نے امن کی اپیل کی تھی۔ اس کے بعد وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے یوکرین کا دورہ کیا تھا اور صدر زیلنسکی سے ملاقات کی تھی۔ ذرائع کے مطابق وٹکوف اور کشنر پہلے یوکرین جائیں گے اور اس کے بعد ممکنہ طور پر روس کا دورہ بھی کر سکتے ہیں۔ امن کی کوششوں کے سلسلے میں وٹکوف اس سے قبل بھی روسی صدر سے کئی مرتبہ ملاقات کر چکے ہیں۔ جنوری میں ماسکو میں ان کی پوتن

بلوچستان میں سیکیورٹی فورسز نے 48 دہشت گردوں کو ہلاک کر دیا

اسلام آباد: پاکستان کے شورش زدہ صوبہ بلوچستان میں متعدد فوجی کارروائیوں میں 40 سے زیادہ دہشت گرد مارے گئے۔ پاک فوج کے میڈیا ونگ انٹر سروسز پبلک ریلیشنز (آئی ایس پی آر) کے مطابق گزشتہ دو تین دنوں کے دوران صوبے کے مستونگ، کوئٹہ، قلات اور سبی کے اضلاع میں بڑے پیمانے پر انسداد دہشت گردی کی کارروائیاں کی گئیں۔ جمعہ کو ضلع مستونگ میں آپریشن کے دوران سیکیورٹی فورسز نے خفیہ اطلاع پر کارروائی کرتے ہوئے دہشت گردوں کا مقابلہ کیا، مقابلے میں چھ دہشت گرد مارے گئے۔

آئی ایس پی آر نے ایک بیان میں کہا کہ بلوچستان بھر میں گزشتہ 48 سے 72 گھنٹوں کے دوران کم از کم 48 دہشت گرد مارے گئے ہیں۔ بیان میں مزید کہا گیا ہے کہ ان سے برآمد ہونے والے گولہ بارود اور دیسی ساختہ بموں کے ذخیرے کو موقع پر ہی تباہ کر دیا گیا۔ ایک اور واقعے میں بلوچستان کے دارالحکومت کوئٹہ کے علاقے شعبان میں خفیہ اطلاعات کی بنیاد پر آپریشن کیا گیا۔

آئی ایس پی آر نے بتایا کہ سیکیورٹی فورسز نے فتنہ الخوارج گروپ کے چار ٹھکانوں کی نشاندہی کی اور فائرنگ کے تبادلے کے بعد 26 دہشت گردوں کو ہلاک کر دیا۔ فتنہ الخوارج کی اصطلاح تحریک طالبان پاکستان (ٹی ٹی پی) سے وابستہ دہشت گردوں کی وضاحت کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔

فوج کے مطابق ضلع قلات میں آپریشن کے دوران سیکیورٹی فورسز نے دہشت گردوں کے ٹھکانے پر چھاپہ مار کر دو دہشت گردوں کو ہلاک کر دیا۔ بیان میں کہا گیا ہے کہ جمعہ کو سیکیورٹی فورسز اور مقامی لوگوں کی فوری کارروائی نے دہشت گردوں

ایران کی شادی کی تقریب پر حملے کو امریکی نائب صدر نے 'حادثہ' قرار دیا

امریکی نائب صدر جے ڈی وینس نے ایران کے کوہستک میں شادی کی تقریب پر حملے کی تحقیقات کے درمیان امریکی فوج کا دفاع کیا ہے۔ وینس نے وہائٹ ہاؤس میں نامہ نگاروں کو بتایا، "امریکہ کبھی بھی جنگ میں شہریوں کو نشانہ نہیں بناتا۔ ہم ایسا کبھی نہیں کریں گے۔" انہوں نے عام شہریوں کی ہلاکتوں کو محض حادثہ قرار دیتے ہوئے کہا، "بعض اوقات یہ چیزیں ہو جاتی ہیں۔"

ایران کے سرکاری نشریاتی ادارے پریس ٹی وی کے مطابق حملے میں ایک رہائشی گھر کو نشانہ بنایا گیا جہاں شادی کی تقریب جاری تھی۔ ۴ رسالہ بچے سمیت ۵ رافراد جاں بحق اور بچوں سمیت ۶۸ رافراد زخمی ہو گئے۔ امریکہ نے یکم ستمبر کو ایرانی وقت کے مطابق رات ساڑھے ۹ ربجے (ہندوستانی وقت کے مطابق رات ساڑھے ۱۱ ربجے) فضائی حملہ کیا۔ ایران نے اس حملے کو جنگی جرم قرار دیتے ہوئے اقوام متحدہ سے باضابطہ احتجاج درج کرایا ہے۔

ایرانی وزارت خارجہ کے ترجمان اسماعیل بقائی نے اس حملے کی شدید مذمت کرتے ہوئے اسے ایران کے خلاف امریکی اسرائیلی جارحیت کے دوران شہریوں پر امریکی حملوں کے وسیع سلسلے کا ایک حصہ قرار دیا۔ انہوں نے کہا کہ ایران کے خلاف امریکی مظالم کا کیٹلاگ اب مکمل ہو گیا ہے۔ نائب صدر وینس کا یہ بیان ۲۸ رفروری کو میناب کے شجرہ طیبہ اسکول پر امریکی حملے کے چند ماہ بعد سامنے آیا ہے۔ ایرانی حکام کے مطابق اس حملے میں ۱۲۰ رطلبا اور ۲۶ راساتذہ سمیت ۱۶۸ رافراد ہلاک ہوئے۔

نیپال کے تباہ کن سیلاب: 275 بھارتی شہری تاحال لاپتہ، 166 کو بچا لیا گیا

نئی دہلی: نیپال میں 26 اگست کو آنے والے تباہ کن سیلاب اور اچانک طغیانی کے بعد 275 بھارتی شہری اب بھی لاپتہ ہیں، جبکہ 166 بھارتی شہریوں کو بچا لیا گیا ہے۔ وزارت خارجہ (ایم ای اے) نے جمعہ کو بتایا کہ مزید 1,907 بھارتی شہری چین سے بحفاظت نیپال پہنچ چکے ہیں۔

وزارت خارجہ کے ترجمان رندھیر جیسوال نے باقاعدہ پریس بریفنگ میں کہا کہ بھارت نیپال حکومت کے ساتھ مسلسل رابطے میں ہے اور لاپتہ بھارتی شہریوں کی تلاش اور امدادی کارروائیوں میں ہر ممکن تعاون فراہم کر رہا ہے۔ انہوں نے کہا، "ہماری معلومات کے مطابق 275 بھارتی شہری اب بھی لاپتہ ہیں۔ ہم نیپال حکومت کے ساتھ قریبی رابطے میں ہیں اور اس سلسلے میں نیپالی حکام کی کوششوں کو قدر کی نگاہ سے دیکھتے ہیں۔"

جیسوال کے مطابق اب تک 166 بھارتی شہریوں کو ریسکیو کیا جا چکا ہے، جبکہ 1,907 بھارتی شہری چین سے بحفاظت نیپال میں داخل ہو چکے ہیں۔ وزارت خارجہ نے چین کی جانب سے موصول ہونے والی سرکاری معلومات کا حوالہ دیتے ہوئے کہا کہ چین کے تبت خود مختار خطے میں اس وقت کوئی بھارتی مسافر پھنسے ہوئے نہیں ہیں۔

ترجمان نے کہا کہ بھارتی حکام نیپال میں موجود اپنے شہریوں سے متعلق معلومات حاصل کرنے اور انہیں محفوظ مقامات تک پہنچانے کے لیے نیپالی حکومت کے ساتھ مسلسل رابطے میں ہیں۔ انہوں نے یقین دلایا کہ بھارت نیپال کی ضروریات کے مطابق امدادی سرگرمیاں جاری رکھے گا اور اگر نیپال کی جانب سے مزید کسی مخصوص سامان یا تکنیکی مدد کی درخواست کی جاتی ہے تو اسے بھی فراہم کرنے کی کوشش کی جائے گی۔

رندھیر جیسوال کے مطابق بھارت نے سیلاب کے بعد اب تک سات طیاروں کے ذریعے تقریباً 95 ٹن امدادی سامان نیپال بھیجا ہے۔ یہ امدادی سامان سیلاب سے متاثرہ علاقوں میں جاری ریسکیو، بحالی اور انسانی امداد کی سرگرمیوں کے لیے استعمال کیا جا رہا ہے۔ بھارت نے نیپال کو مزید ضروری سامان فراہم کرنے کی بھی پیشکش کی ہے۔

نیپال میں بدھ مت کے پیروکار لاپتہ کنبہ کے افراد کی علامتی آخری رسومات کر رہے ہیں ادا

نواکوٹ: نیپال میں 26 اگست کو آنے والے تباہ کن سیلاب کا مشاہدہ پوری دنیا نے کیا۔ اس تباہ کن قدرتی آفت میں اب تک 1,259 افراد لقمہ اجل بن چکے ہیں جب کہ 5,000 سے زائد لاپتہ بتائے جاتے ہیں۔ اتنے عرصے سے اپنے پیاروں کے بارے میں کوئی اطلاع نہ ملنے پر ان کے اہل خانہ نے اب علامتی جنازے ادا کرنا شروع کر دیے ہیں۔

ماتھے کی اپنے لاپتہ کنبہ کے افراد سے ملنے کی امید اب ٹوٹ چکی ہے۔ یہاں، نیپال میں بدھ مت کے پیروکار سیلاب میں لاپتہ ہونے والے خاندان کے افراد کی آخری رسومات ادا کر رہے ہیں۔ ہاتھ میں ایک لاٹھی، کامیش سنگھ تمانگ نے افسوس سے کپڑے کے چھوٹے بنڈلوں کے ڈھیر کی طرف دیکھا جو احتیاط سے ایک دوسرے کے اوپر رکھے ہوئے تھے اور اسے جلایا جا رہا تھا۔ وقتاً فوقتاً، انہوں نے چھڑی کے ساتھ ڈھیر کو آہستہ سے ایڈجسٹ کیا تا کہ اسے گرنے سے بچایا جا سکے، اور آگ جلتی رہے۔ یہ کوئی عام آگ نہیں ہے۔ یہ ایک چتا ہے۔ یہاں، کامیش اپنے خاندان کے 17 افراد کو الوداع کہہ رہا ہے جو 26 اگست کو نیپال میں تباہ کن سیلاب میں لاپتہ ہو گئے تھے۔ چتا کے شعلے بھڑکتے اور اٹھتے ہیں۔ لواحقین، اپنے لاپتہ پیاروں کو مردہ سمجھ کر، ان کی روح کو آخری الوداع دینے کے لیے پانی کے چند قطرے یا کولڈ ڈرنک، بسکٹ، چپس اور دیگر نمکین پیش کرتے ہیں۔ چتا کو جلانے والے گھر والے دھیمی آواز میں کچھ کہہ رہے ہیں۔ ان کی آنکھیں نم ہیں اور وہ اپنے پیاروں کو یاد کر رہے ہیں۔ نیپال تبت سرحد کے قریب 26 اگست کو برف اور چٹانوں کے برفانی تودے کی وجہ سے آنے والے سیلاب نے شمالی اور وسطی نیپال کے کئی قصبوں اور دیہاتوں میں بڑے پیمانے پر تباہی مچا دی۔ اس خوفناک آفت کے دن، ایک 40 سالہ شخص کچھ پھل دار درختوں کی دیکھ بھال کر رہا تھا اور پہاڑوں میں کھیتی باڑی کر رہا تھا۔ جب سیلاب کا پانی نیپال-تبت سرحد کے قریب راسووا ضلع میں واقع اس کے گاؤں تیرو میں آیا تو اس کے خاندان کے بیشتر افراد پانی کے تیز بہاؤ میں بہہ گئے۔ اس خوفناک قدرتی آفت سے صرف وہی لوگ بچے جو اونچی جگہ پر تھے۔ ای ٹی وی بھارت کے ساتھ اپنا دکھ بانٹتے ہوئے، کامیش نے کہا، میرے بھائی، بہنیں، بیٹے، بیٹیاں، بھانجے، بھانجی، اور ایک بہو سب غائب ہو گئے ہیں، یعنی وہ لاپتہ ہیں۔ میرے خاندان کے سترہ افراد، جن کی عمریں 11 سے 45 سال کے درمیان ہیں، لاپتہ ہیں۔ ہم نے گزشتہ 9 دنوں سے دریائے ترشولی کے کنارے ان کو تلاش کیا لیکن ہماری قسمت اتنی خراب ہے کہ ہمیں ان کی لاشیں بھی نہیں مل سکیں۔ کامیش نے یہاں جو کہا وہ دل دہلا دینے والا ہے۔ اس نے کہا کہ میں اپنے خاندان کے چھوٹے بچوں کو بسکٹ ویفرز، آلو کے چپس،

زیادہ اسکرین ٹائم بچوں کے دل کیلئے خطرناک
نئی تحقیق نے والدین کو خبردار کر دیا

ڈاکٹر مبشر خان

ایک تازہ مطالعے میں بتایا گیا ہے کہ بچوں کے ہر اضافی گھنٹے کے تفریحی اسکرین ٹائم سے ان کے دل اور میٹابولک نظام کے امراض کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ تحقیق کے مطابق، نیند کی کمی اس خطرے کو مزید بڑھا دیتی ہے۔

نیند اور اسکرین کا تعلق

ماہرین کا کہنا ہے کہ جو بچے رات کو دیر سے سوتے ہیں یا کم سوتے ہیں، ان میں اسکرین ٹائم کے نقصانات کئی گنا زیادہ ہوتے ہیں۔ تحقیق نے ثابت کیا کہ اچھی نیند اس نقصان کو کسی حد تک کم کر سکتی ہے۔

والدین کے لیے انتباہ

تحقیق اگرچہ ڈنمارک میں ہوئی لیکن اس کے نتائج خطے کے بچوں پر بھی لاگو ہوتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق، آن لائن کلاسز اور موبائل کے بڑھتے استعمال کے باعث بچوں میں موٹاپا اور دل کے امراض تیزی سے بڑھ رہے ہیں۔

والدین کے لیے عملی تجاویز

والدین کے لیے ماہرین نے چند عملی تجاویز پیش کی ہیں۔ ان کے مطابق بچوں کا روزانہ اسکرین ٹائم 2 گھنٹے سے کم ہونا چاہیے، جبکہ سونے سے کم از کم ایک گھنٹہ پہلے تمام اسکرینیں بند کر دینی چاہئیں۔ گھر میں ایسے اسکرین فری علاقے بنائے جائیں، جیسے کھانے یا نماز کے وقت، جہاں فون یا ٹی وی کا استعمال نہ ہو۔ والدین کو چاہیے کہ وہ بچوں کے ساتھ جسمانی کھیلوں یا مشترکہ سرگرمیوں کو فروغ دیں، اور خود بھی مثال بنیں، یعنی فون کا استعمال کم کریں تاکہ بچے ان کی پیروی کریں۔ بچوں کے لیے متوازن نیند، محدود اسکرین ٹائم اور صحت مند غذا طویل المدت دل کی صحت کی ضمانت ہیں۔

ٹوتھ برش ایک کروڑ جراثیم کا مسکن، کب تبدیل کر لینا چاہیے؟

ڈاکٹر وجیہا بیگ

ہم میں سے اکثر دن میں 2 بار دانت صاف کرنے کے لیے جو ٹوتھ برش استعمال کرتے ہیں وہ حقیقت میں بیکٹیریا، وائرس اور فنگس کا ایک چھوٹا مگر بدبودار مسکن ہو سکتا ہے۔ بی بی سی کی ایک رپورٹ کے مطابق اگرچہ یہ سن کر حیرانی ہو سکتی ہے لیکن سچ یہ ہے کہ ہمارا ٹوتھ برش ایک مکمل خوردبینی حیاتیاتی میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ ماہرین کے مطابق ایک عام ٹوتھ برش پر 10 لاکھ سے ایک کروڑ تک جراثیم موجود ہو سکتے ہیں جن میں مختلف اقسام کے بیکٹیریا، فنگی اور وائرس شامل ہوتے ہیں۔

یہ جراثیم کہاں سے آتے ہیں؟

جرمنی کی رائن وال یونیورسٹی آف اپلائیڈ سائنسز کے مائیکرو بایولوجسٹ مارک کیون زن کے مطابق ٹوتھ برش پر جراثیم کے 3 بنیادی ذرائع ہوتے ہیں جن میں ہمارا منہ، ہماری جلد اور ٹوتھ برش رکھا جانے والا ماحول جو عام طور پر باتھ روم ہوتا ہے شامل ہیں۔ ہمارے ٹونسلز، نزلہ زکام کے وائرس اور تھرش پیدا کرنے والے خمیر جیسے جراثیم ہمارے ٹوتھ برش پر با آسانی پنپ سکتے ہیں۔ تاہم ٹوتھ برش کو نسبتاً صاف رکھنے کے کچھ طریقے موجود ہیں۔ ٹوتھ برش کے بوسیدہ ریشے ایک نجر جھاڑی دار زمین جیسا منظر پیش کرتے ہیں جو روزانہ وقتی طور پر پانی سے تر ہو کر ایک زرخیز دلدلی علاقہ بن جاتا ہے جہاں غذائیت سے بھرپور مٹی موجود ہوتی ہے۔ ان پلاسٹک کے بلند و بالا ریشوں کے جنگل میں لاکھوں خوردبینی جاندار پروان چڑھتے ہیں۔ نئی حالت میں بھی کچھ ٹوتھ برش پہلے سے آلودہ ہو سکتے ہیں۔ برازیل میں کی گئی ایک تحقیق میں 40 نئے ٹوتھ برشوں میں سے نصف پر پہلے ہی مختلف بیکٹیریا موجود پائے گئے۔

خطرناک جراثیم بھی موجود ہوتے ہیں

اگرچہ زیادہ تر جراثیم بے ضرر ہوتے ہیں لیکن کچھ اقسام خطرناک بھی ہو سکتی ہیں جیسے اسٹریپٹوکوک اور اسٹیفلوکوکس دانتوں میں کیڑا لگنے اور مسوڑھوں کی سوزش کا باعث۔ ای کولی، سیوڈوموناس اور کلیبسیلا نیومونیا بیکٹیریا اکثر معدے اور اسپتالوں میں پھیلنے والی بیماریوں سے منسلک ہوتے ہیں۔ کینڈیڈا فنگس جو منہ میں پھپھوندی یا تھرش پیدا کر سکتی ہے۔ ہرپیز سمپلیکس وائرس جو نزلہ زخم کا باعث بنتا ہے اور ٹوتھ برش پر 48 گھنٹے تک زندہ رہ سکتا ہے۔

ٹوائلٹ فلش اور ٹوتھ برش ایک

خطرناک تعلق

تحقیقات سے پتا چلا ہے کہ جب ہم ٹوائلٹ فلش کرتے ہیں تو تقریباً 1.5 میٹر تک بیکٹیریا سے بھرپور پانی کے ذرات فضا میں پھیل سکتے ہیں جسے 'ٹوائلٹ پلم' کہا جاتا ہے۔ اگر آپ کا ٹوتھ برش قریبی جگہ پر رکھا ہوا ہے تو یہ ذرات اس پر بیٹھ سکتے ہیں۔ اسی لیے ماہرین تجویز کرتے ہیں کہ فلش سے پہلے ٹوائلٹ (کموڈ) کا ڈھکن بند کر لیا کریں۔ ٹوتھ برش کو ٹوائلٹ سے دور رکھیں۔

ٹوتھ برش صاف رکھنے کے طریقے

استعمال کے بعد اچھی طرح پانی سے دھونا، کھلی جگہ پر سیدھا کھڑا کر کے خشک کرنا (ڈھکن یا بند ڈبے میں رکھنے سے جراثیم بڑھ سکتے ہیں)، ہر 3 ماہ بعد نیا ٹوتھ برش استعمال کرنا، ماؤتھ واش میں 5-10 منٹ تک برش کو بھگو کر رکھنا خاص طور پر کلورہیکسیڈین 0.12٪ (فیصد) یا اسیٹل پائریڈینیم کلورائیڈ 0.05٪ (فیصد) والے ماؤتھ واشز۔ سرکہ کا محلول (ایک فیصد) موثر ہے مگر ذائقے کی خرابی کا خطرہ رہتا ہے۔ مائکروویو میں سینیٹائز کرنا موثر ثابت ہوا ہے مگر برسلز خراب ہونے کا خطرہ بھی موجود ہے۔

کیا سب کے لیے خطرہ ہے؟

نہیں، عام صحت مند افراد کے لیے یہ خطرہ محدود ہے۔ تاہم کمزور مدافعتی نظام والے افراد، بوڑھوں یا بچوں کے لیے یہ جراثیم کسی انفیکشن کا سبب بن سکتے ہیں خاص طور پر جب کچھ بیکٹیریا اینٹی بائیوٹک کے خلاف مزاحمت رکھتے ہوں۔

نئی تحقیق: پروبائیوٹک ٹوتھ پیسٹ

کچھ ماہرین اب ایسے ٹوتھ پیسٹ پر تحقیق کر رہے ہیں جو فائدہ مند بیکٹیریا کو فروغ دیتے ہیں جیسے اسٹریپٹوکوکس سیلی وریئس یا کیموسی لیکٹوبیسیلس ریوٹری جو نقصان دہ بیکٹیریا کا مقابلہ کر کے دانتوں کی صحت کو بہتر بناتے ہیں۔ مارک کیون زن کہتے ہیں کہ مستقبل میں پروبائیوٹک ٹوتھ پیسٹ یا بایو ایکٹیو برسلز سے ٹوتھ برش خطرے کی بجائے تحفظ کا ذریعہ بن سکتا ہے۔ تاہم وہ خبردار کرتے ہیں کہ اس حوالے سے مزید تحقیق درکار ہے۔

ٹوتھ برش کب بدل لینا چاہیے؟

اگر آپ کا ٹوتھ برش 3 ماہ سے پرانا ہے، برسلز خراب یا بکھرے ہوئے ہیں، ٹوائلٹ کے قریب رکھا ہے یا اگر آپ بیمار رہے ہیں تو نیا ٹوتھ برش لینا بہتر ہے۔

اتر ریلوے

ای۔نیلامی نوٹس

صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے سینئر ڈویژنل کمرشیل منیجر، اتر ریلوے، فیروزپور کے ذریعے نیچے دیئے گئے کام کے لئے، اہل اور رجسٹرڈ بولی دہندگان سے فیروزپور ڈویژن میں ای۔نیلامی میں طلب کیا جاتا ہے۔

نمبر شمار	کیٹلاگ نمبر	کام کا نام
		ای۔نیلامی کی تاریخ:15.09.2026
1	EAFZR-ADVT26-1	ٹرین نمبر 22488/22487 وندے بھارت ایکسپریس کے سبھی ڈبوں میں فیکٹری فیلڈ ایل ای ڈی ٹی وی اسکرین کے ذریعے سے کمرشیل اشتہار حقوق کی ٹھیکے پر الاٹمنٹ۔
		ای۔نیلامی کی تاریخ:22.09.2026
2	EAFZR-CTG26-10	کھیم کرن، کوٹکپورہ، فاضلکا اور مکھو ریلوے اسٹیشنوں پر معاہدہ پر کیٹرنگ اسٹال کو ٹھیکے پر الاٹمنٹ۔
3	EAFZR-MIS26-19	اے) امرتسر ریلوے اسٹیشن پر مسافر ہیلپ ڈیسک کا قیام اور چلانا۔ بی) امرتسر، دھنداری کلاں، پھاگواڑہ اور فیروزپور کینٹ ریلوے اسٹیشنوں پر واٹر وینڈنگ مشینوں کا قیام اور چلانا۔ سی) کالونی نمبر 10 میں جگراؤں پل کی دیوار کے ساتھ لدھیانہ ریلوے احاطہ میں فوڈ وین اور لدھیانہ ریلوے اسٹیشن پر ٹی ٹی ای ریسٹ ہاؤس کے پاس چھوٹی فوڈ وین کا قیام اور چلانا۔
		ای۔نیلامی کی تاریخ:23.09.2026
4	EAFZR-CTG26-10	ترن تارن، سلطانپور لودھی، گنگسر جیتو، گوئنی آنا بھائی جگتا، پھاگواڑہ، موگا، جگراؤں، ویرکا، کوٹکپورہ، فیروزپور شہر اور چھیرٹا / 2 ریلوے اسٹیشنوں پر کیٹرنگ اسٹال کی ٹھیکے پر الاٹمنٹ۔
5	EAFZR-MPS26-10	امرتسر اور پھاگواڑہ ریلوے اسٹیشنوں پر ویٹنگ ہال میں کثیر مقاصدی اسٹال نمبر 3 کا قیام اور چلانے کے لئے ٹھیکے کی الاٹمنٹ۔
		ای۔نیلامی کی تاریخ:24.09.2026
6	EAFZR-ADVT26-22	ٹرین نمبر 14680/79/82/81، 14622/21/26/25 & 20424/23 کے ڈبوں کے باہری حصے پر وینائل ریپنگ کے ذریعے اشتہار حقوق کی لئے ٹھیکے کی الاٹمنٹ۔
7	EAFZR-PnU26-10	بٹالہ، کوٹکپورہ اور مکتسر ریلوے اسٹیشنوں پر پے اینڈ یوز ٹوائلٹس کے چلانے اور رکھ رکھاؤ کے لئے ٹھیکے کی الاٹمنٹ۔

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

نمبر NR-FZR0COML(NFR)/18/2024 مورخہ: 04.09.2026

3054/2026

صارفین کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

نیند کی کمی دماغ کو وقت سے پہلے بوڑھا کر دیتی ہے

ڈاکٹر مریم

ایک نئی طبی تحقیق میں انکشاف ہوا ہے کہ ناقص نیند انسانی دماغ کو تیزی سے عمر رسیدہ کر سکتی ہے، اور اس کی ایک بڑی وجہ جسم میں سوزش (inflammation) میں اضافہ ہے۔ میڈیا رپورٹس کے مطابق جریدہ eBioMedicine میں شائع ہونے والی اس تحقیق کے دوران ماہرین نے برطانیہ کے 27 ہزار سے زائد درمیانی عمر اور بزرگ افراد کے دماغی اسکینز کا جائزہ لیا۔ شرکا نے اپنی نیند کے معیار سے متعلق معلومات فراہم کیں جبکہ خون کے نمونوں سے جسم میں سوزش کی سطح کو پرکھا گیا۔ ماہرین نے بتایا کہ جن افراد کی نیند خراب تھی ان کے دماغ اوسطاً اپنی اصل عمر سے ایک سال زیادہ پرانے دکھائی دیے۔ تحقیق کے سربراہ ڈاکٹر ابیگیل ڈوو (کارولنسکا انسٹی ٹیوٹ، سویڈن) کے مطابق ہر ایک پوائنٹ کی کمی کے ساتھ دماغی عمر اور اصل عمر میں فرق چھ ماہ تک بڑھ گیا۔ تحقیق میں مزید کہا گیا کہ ناقص نیند دماغ کے ویسٹ کلیئرنس سسٹم کو بھی متاثر کرتی ہے، جو نیند کے دوران فعال ہوتا ہے۔ اس نظام میں خرابی دماغ میں زہریلے مادوں جیسے امائلائیڈ بیٹا اور تاؤ پروٹینز کے جمع ہونے کا باعث بن سکتی ہے، جو الزائمر بیماری سے منسلک ہیں۔ ماہرین کے مطابق ناقص نیند دل کی صحت پر بھی برا اثر ڈالتی ہے جس سے دماغی صحت مزید کمزور ہو سکتی ہے۔ تاہم سائنسدانوں نے یہ وضاحت کی کہ یہ تحقیق صرف تعلق ظاہر کرتی ہے، براہ راست سبب اور نتیجہ ثابت نہیں کرتی۔ ڈاکٹر ڈوو کے مطابق ہمارے نتائج اس بات کی طرف اشارہ کرتے ہیں کہ نیند کا بہتر معیار اختیار کر کے دماغی بڑھاپے اور ممکنہ طور پر یادداشت کی کمی سے بچا جا سکتا ہے۔

شوگر کے مریضوں کے لیے مورنگا (سہانجنا) کے 6 حیرت انگیز فوائد

ڈاکٹر سلیم

ذیابیطس دنیا کی تیزی سے بڑھتی ہوئی بیماریوں میں سے ایک ہے۔ ماہرین کے مطابق غذا اور طرز زندگی میں چند سادہ تبدیلیاں شوگر کو قابو میں رکھنے میں مددگار ثابت ہو سکتی ہیں۔ انہی قدرتی تحفوں میں سے ایک ہے مورنگا (سہانجنا)، جو اینٹی آکسیڈنٹس اور غذائی اجزا سے بھرپور ہے۔

1: بلڈ شوگر کم کرنے میں مددگار

مورنگا کے پتے قدرتی طور پر شوگر لیول کو نیچے لانے میں مدد دیتے ہیں۔ ان میں ایسے مرکبات پائے جاتے ہیں جو گلوکوز کو خلیوں تک پہنچانے کے عمل کو بہتر بناتے ہیں۔

2: انسولین کے اثر کو بڑھائے

سائنسی تحقیق کے مطابق مورنگا انسولین ریزسٹنس کم کرتا ہے، جس سے جسم موجودہ انسولین کو زیادہ موثر طریقے سے استعمال کرتا ہے۔

3: اینٹی آکسیڈنٹس کا خزانہ

مورنگا اینٹی آکسیڈنٹس سے مالا مال ہے جو لبلبے کو سوزش سے محفوظ رکھتے ہیں اور شوگر کے مریضوں میں بیماری کو قابو میں رکھنے میں مدد کرتے ہیں۔

4: دل کی صحت کے لیے مفید

مورنگا کولیسٹرول اور بلڈ پریشر کو قابو میں رکھنے میں مدد کرتا ہے۔ یہ نہ صرف Lipid profile بہتر بناتا ہے بلکہ گردوں اور دیگر اعضاء کو ذیابیطس کے نقصانات سے بھی بچاتا ہے۔

5: معدہ اور جگر کی صفائی

یہ پودا نظام ہضم کو بہتر بناتا ہے اور جگر کو ڈیٹاکسیفائی کرتا ہے، جس سے خون میں گلوکوز کی سطح متوازن رہتی ہے۔

6: وزن کم کرنے میں معاون

مورنگا بھوک کو کنٹرول کرنے والے ہارمونز کو متوازن کرتا ہے، جس سے وزن گھٹانے میں مدد ملتی ہے۔ وزن میں کمی ذیابیطس کو قابو میں رکھنے کے لیے انتہائی ضروری ہے۔

استعمال کا طریقہ

روزانہ 1 چمچ مورنگا پاؤڈر پانی یا دہی کے ساتھ لیں۔

صبح کھانے سے پہلے یا ورزش/واک سے پہلے استعمال زیادہ موثر ہے۔

اسے اسموتھی، جوس یا ہاٹ میل میں شامل کیا جا سکتا ہے۔

مورنگا کے پتے (خشک یا تازہ) چائے یا سالن میں شامل کریں۔

پوٹاشیم: دل، پٹھوں اور اعصاب کیلئے طاقت کا خزانہ

ڈاکٹر شمس الحق

پوٹاشیم جسم کے لیے ایک اہم منرل ہے جو دل کی صحت، پٹھوں کی مضبوطی، اعصابی نظام، پانی و منرلز کے توازن اور شوگر کنٹرول میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ دل کی صحت: پوٹاشیم بلڈ پریشر کو متوازن رکھتا ہے، دل کی دھڑکن کو معمول پر لاتا ہے اور فالج کے خطرے کو کم کرتا ہے۔ پٹھوں کی مضبوطی: ورزش یا واک کے بعد ہونے والی اینٹھن (cramps) سے بچاتا ہے۔ اعصابی نظام: اعصاب کے سگنلز درست طریقے سے منتقل ہونے میں مدد دیتا ہے، جسم کی کارکردگی بہتر رکھتا ہے۔ پانی اور منرلز کا توازن: سوڈیم کے ساتھ مل کر جسم میں الیکٹرولائٹس کا توازن برقرار رکھتا ہے۔ شوگر کنٹرول: بلڈ شوگر لیول کو متوازن رکھتا ہے اور انسولین کے اثر کو بہتر بناتا ہے۔ گردوں کی حفاظت: گردوں کی کارکردگی کو سپورٹ کرتا ہے اور فاسد مادوں کے اخراج میں مدد دیتا ہے۔ پوٹاشیم سے بھرپور قدرتی کھانے: کیلا، شکر قندی، پالک اور ساگ، سفید لوبیا اور مسور، ایواکاڈو، کھجور اور خشمش، خربوزہ اور تربوز، مچھلی

استعمال کا طریقہ:

روزانہ اپنی غذا میں کم از کم ایک پوٹاشیم سے بھرپور پھل یا سبزی شامل کریں۔ بلڈ شوگر کنٹرول والے افراد اعتدال میں استعمال کریں اور شوگر مانیٹر کرتے رہیں۔

کیا نمک کم کھانا بھی بیماریوں کو دعوت دیتا ہے؟

ڈاکٹر شمس الحق

سالہا سال سے ڈاکٹروں اور ماہرین صحت کی جانب سے یہ مشورہ دیا جاتا رہا ہے کہ زیادہ نمک کھانا انسانی صحت خصوصاً دل اور بلڈ پریشر کے لیے خطرناک ہے۔ لیکن حالیہ سائنسی تحقیقات میں ایک نیا نقطہ نظر سامنے آیا ہے کہ انتہائی کم نمک کھانا بھی صحت کے لیے نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ بی بی سی کی ایک رپورٹ کے مطابق نئی تحقیق میں ماہرین کا کہنا ہے کہ صحت مند زندگی کے لیے نمک کے استعمال میں اعتدال ضروری ہے نہ بہت زیادہ اور نہ بہت کم۔

زیادہ نمک: بلڈ پریشر، فالج اور امراض قلب کا خطرہ

عالمی ادارہ صحت کے مطابق زیادہ نمک کھانے سے بلڈ پریشر بڑھتا ہے جو دنیا بھر میں فالج اور دل کے امراض کی سب سے بڑی وجوہات میں سے ایک ہے۔

کتنا نمک کھانا چاہیے؟

ایک تخمینے کے مطابق سالانہ تقریباً 18 لاکھ 90 ہزار اموات زیادہ نمک کے استعمال سے جڑی ہوتی ہیں۔ ڈبلیو ایچ او روزانہ زیادہ سے زیادہ 5 گرام نمک (تقریباً ایک چائے کا چمچ) کی سفارش کرتا ہے لیکن دنیا بھر میں اوسط کھپت 10 گرام سے تجاوز کر چکی ہے۔ برطانیہ میں یہ مقدار 8.4 گرام جبکہ امریکا میں 8.5 گرام ہے۔

لیکن کیا بہت کم نمک کھانا بھی خطرناک ہے؟

حالیہ مطالعات نے یہ حیران کن انکشاف کیا ہے کہ انتہائی کم نمک استعمال کرنے والوں میں بھی دل کی بیماریاں اور فالج کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ ایک تحقیق کے مطابق روزانہ 5.6 گرام سے کم یا 12.5 گرام سے زیادہ نمک کھانے والے افراد میں دل کے مسائل اور اموات کا خطرہ بڑھتا ہے جبکہ روزانہ 7.5 سے 12.5 گرام تک نمک کا استعمال ایک محفوظ حد قرار دیا گیا ہے۔

ماہرین کے متضاد خیالات

کینیڈا کی میک ماسٹر یونیورسٹی میں نیوٹریشنل ایپیڈیمیولوجی کے ماہر پروفیسر اینڈریو مینٹے کا کہنا ہے کہ نمک کی زیادتی سے بچنا ضروری ہے لیکن نمک کی بہت کم مقدار بھی فائدے کی بجائے نقصان پہنچا سکتی ہے لہٰذا اعتدال ہی بہتر راستہ ہے۔ تاہم کچھ ماہرین جیسے کہ پروفیسر فرانچیسکو کاپوچیو ان نتائج پر سوال اٹھاتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ کم نمک والی غذا سے بلڈ پریشر ہر صورت میں کم ہوتا ہے اور زیادہ تر حالیہ مطالعات میں ناقص ڈیٹا یا پہلے سے بیمار افراد شامل کیے گئے ہیں جس سے نتائج متاثر ہو سکتے ہیں۔

ہر فرد پر اثر مختلف: ایک ہی نسخہ سب کے لیے نہیں؟

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ ہر شخص کی نمک کے لیے حساسیت مختلف ہوتی ہے۔ عمر، جسمانی وزن، نسل، طرز زندگی اور خاندانی تاریخ جیسے عوامل یہ طے کرتے ہیں کہ نمک آپ کے بلڈ پریشر کو کس حد تک متاثر کرے گا۔

نمک کہاں چھپا ہوتا ہے؟

دلچسپ بات یہ ہے کہ ہم میں سے زیادہ تر افراد صرف وہی نمک گنتے ہیں جو ہم خود کھانے میں ڈالتے ہیں حالانکہ روزمرہ غذا میں تقریباً 75 فیصد نمک پراسیسڈ فوڈز میں چھپا ہوتا ہے جیسے کہ روٹی، چٹنی، ڈبے کا سوپ اور فاسٹ فوڈ۔ غذا کے لیبلز پر اکثر 'سوڈیم' لکھا ہوتا ہے جو براہ راست نمک نہیں ہوتا اور اسی وجہ سے عام صارفین کو درست معلومات حاصل نہیں ہو پاتیں۔

حل کیا ہے؟

برطانوی نیوٹریشن فاؤنڈیشن کی سائنسی ڈائریکٹر سارا اسٹینر کا کہنا ہے کہ سب سے موثر حکمت عملی یہ ہے کہ پوری فوڈ انڈسٹری میں نمک کی مقدار کو کم کیا جائے کیونکہ بہت سے لوگ اپنی مرضی سے نمک گھٹانے پر توجہ نہیں دیتے۔

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

روزنامہ
روزنامہ صورت حال

آبی اراضی ناجائز تعمیرات کی زد میں

گورنر راج کا فائدہ اٹھاتے ہوئے اثر رسوخ رکھنے والے خودغرض عناصر نے شہر سرینگر سے صرف دس کلومیٹر کی دوری پر بارہمولہ اور بانڈی پورہ شاہراہ پر، پرتاپ گڑھ، امر گڑھ اور پنزی نارہ میں سینکڑوں کنال زرخیز دھان کی اراضی کو تعمیراتی سرگرمیوں کیلئے استعمال کیا جا رہا ہے۔ اس مقصد کیلئے روزانہ سینکڑوں ٹپروں میں مٹی بھر کر پست اراضی کی بھرائی کی جارہی ہے۔ عوامی حلقوں نے عدالت عالیہ جموں وکشمیر کے چیف جسٹس سے مطالبہ کیا ہے کہ اس معاملے میں عدالتی احکامات کی خلاف ورزی کرنے والے زمین دلالوں، محکمہ مال اور اور دیگر تعمیراتی اداروں کے رول کی باریک بینی سے جانچ کی جائے اور اس قانون کی خلاف ورزی کرنے والے افراد کو کیفر کردار تک پہنچایا جائے۔

وادی کے بیشتر علاقوں میں زرعی اراضی خاص طور سے آبی اول پر بڑے پیمانے پر تعمیرات بنانے کا ایک ایسا سلسلہ شروع ہوا جو تھمنے کا نام ہی نہیں لے رہا ہے اگر چہ اس پر عدالت عالیہ کی طرف سے دھان اور آبی اول زمین پر کسی بھی تعمیراتی سرگرمی پر پابندی بھی عائد ہے مگر اس کے باوجود یہ سلسلہ بلا روک ٹوک کے جاری ہے۔ گورنر راج نافذ ہوتے ہی سرینگر بارہمولہ اور سرینگر بانڈی پورہ روڈ پر واقع پرتاپ گڑھ، امر گڑھ اور پنزی نارہ میں روا زانہ سینکڑوں ٹپروں میں مٹی بھر کر دھان کی زمین کی بھرائی کی جارہی ہے۔ معلوم ہوا ہے کہ ان جگہوں پر باضابطہ جے سی بی کام پر لگائے گئے ہیں جس کے بعد زرعی اراضی کو تجارتی مقصد میں تبدیل کیا جارہا ہے۔ اگر چہ عدالت نے اس اہم معاملے میں انتظامیہ کے نام پے در پے احکامات جاری کئے تھے، لیکن بدقسمتی سے گورنر راج کے بعد کی صورتحال میں بھی بعض خودغرض عناصر نے حالات کا ناجائز فائدہ اٹھاتے ہوئے غیر قانونی طور آبی اول کی بھرائی کرنے لگے ہیں۔ تفصیلات کے مطابق سرینگر بانڈی پورہ روڈ پر واقع پنزی نارہ شالٹینگ جہاں ایک وسیع زرخیز زرعی اراضی کے حصے کو پہلے ہی کنکریٹ کالونیوں میں تبدیل کیا جاچکا ہے میں آج کل ایک مرتبہ پھر دھان کی زمین کی بڑے پیمانے پر بھرائی کی جارہی ہے۔ پنزی نارہ میں موجود ہزاروں کنال اراضی کا بیشتر حصہ پہلے ہی تعمیرات کی زد میں آچکا ہے۔ اب آج کل وہاں اس کی بھر پائی کی جارہی ہے۔ مقامی لوگوں کے مطابق یہاں موجود ایک ویٹ لینڈ پر پہلے ہی نورہ نامی ایک رہائشی کالونی تعمیر ہوچکی ہے۔ لوگوں نے سوال کیا کہ اگر چہ آبی اول پر تعمیرات کھڑا کرنے کیلئے عدالت عالیہ کی طرف سے مکمل پابندی عائد ہے تو یہاں کیسے بھرائی کی اجازت دی جارہی ہے۔ انہوں نے بتایا کہ علاقہ میں بے تحاشہ طور کئی برسوں جس طرح تعمیرات کھڑی کی جارہی ہیں، اس سے لگتا ہے ایک منصوبے کے تحت علاقہ کی زرخیز زرعی اراضی کو کنکریٹ کالونیوں میں تبدیل کیا جانا مقصود ہو۔ انہوں نے محکمہ مال پر بے ضابطگیوں سے کام لینے کے الزامات عائد کرتے ہوئے کہا کہ انہوں نے یہاں کئی کالونیاں تعمیر کرنے کی اجازت دی ہے جو سارے کے سارے دھان کی اراضی پر تعمیر ہوئی ہیں اور محکمہ مال نے ان تعمیرات کیلئے باضابطہ نو اوبجیکشن سرٹیفکیٹیں اجراء کی ہیں اور یہ سب ضلع انتظامیہ کی لاپروائی اور عدم توجہی کی وجہ سے ممکن ہوا ہے۔ لوگوں کے مطابق جب انہوں نے زمین کی غیر قانونی طریقے سے بھرائی کرنے والے شخص سے بات کی تو انہوں نے کہا کہ یہ اس کی اپنی ملکیتی زمین ہے اور ضلع انتظامیہ نے اس کیلئے باضابطہ ایک اجازت نامہ حاصل کیا ہے تاہم لوگوں نے اس دعویٰ کو مسترد کرتے ہوئے کہا کہ عدالت عالیہ نے زرعی ارضی پر پابندی عائد کی ہے تو موصوف کا اجازت نامہ کہاں سے ٹپک گیا ہے۔ مقامی باشندوں نے عدالت عالیہ کے چیف جسٹس سے مانگ کی کہ یہ کام فوری طور بند کیا جائے ”اس مافیہ“ کی غیر جانبدارانہ جانچ ہو۔ عدالت کو چاہیے کہ اس معاملے میں زمین دلالوں، محکمہ مال اور دیگر اداروں کی باریک بینی سے جانچ کی جائے اور قانون کی خلاف ورزی کرنے والے افراد کو کیفر کردار تک پہنچایا جائے۔

نہ تڑپنے کی اجازت ہے، نہ فریاد کی

کرشن پرتاپ سنگھ

ملک میں سماج کی نچلی سطح تک ڈر اور عدم اعتماد کا ایسا ماحول بنا دیا گیا ہے کہ مزاحمت کی ساری آوازیں گھٹ کر رہ گئیں ہیں اور اب اوپری سطح پر کوئی عامر خان اپنا ڈر یا نصیرالدین شاہ غصہ جتانے لگتے ہیں، تو ان کا منھ نوچنے کی سرپھری کوششیں شروع کر دی جاتی ہیں۔

کسی شاعر کا بڑا ہی مقبول عام شعر ہے، قفس میں رہ کے بھی انصاف مانگنے والو، یہی بہت ہے کہ فریاد کی اجازت ہے۔ جب بھی لوگوں کی سوچ اور سروکاروں پر عائد کی جانے والی پابندیاں حد سے گزرنے لگتی ہیں، وہ اس شعر کو دلاسے کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ یہ دلاسہ سچا ہو یا جھوٹا، اس سے ثابت ہوتا ہے کہ اس ملک میں پنجرے میں بند مخلوق کو بھی فریاد کی اجازت دی جاتی رہی ہے۔ جاگیرداروں اور صیادوں کے دور میں بھی۔

لیکن اب، وزیر اعظم نریندر مودی، اور ان سے بھی زیادہ، ان کے حامیوں کے دور میں، ملک کے جو تھوڑے سے لوگ خود کو پنجرے کے باہر سمجھ سکتے ہیں، ان کو بھی، نہ تڑپنے کی اجازت ہے، نہ فریاد کی ہے۔ (شعر کا اگلا مصرعہ ہے: گھٹ کے مر جاؤں یہ مرضی مرے صیاد کی ہے۔ شاد لکھنوی)

تبھی تو پہلے ملک میں سماج کی نچلی سطح تک ڈر اور عدم اعتماد کا ایسا ماحول بنا دیا گیا کہ وہاں اس کی مزاحمت کی ساری آوازیں گھٹ کر رہ گئیں اور اب اوپری سطح پر کوئی عامر خان اپنا ڈر یا نصیرالدین غصہ جتانے لگتے ہیں تو ان کا منھ نوچنے کی سرپھری کوششیں شروع کر دی جاتی ہیں۔ سوشل میڈیا پر ان کو ٹرول کرنے کی مہم چلائی اور اس عظیم الشان ملک کے تئیں احسان فراموش قرار دیا جانے لگتا ہے اور غدار ٹھہرایا جانے لگتا ہے، تو کوئی خودمختار تنظیم نہ صرف دہشت گردوں اور ملک کو گالی دینے والوں بلکہ پاکستان تک سے جوڑنے، وہاں چلے جانے کی بن مانگی صلاح دینے اور ٹکٹ کی سوغات پہنچانے لگتا ہے۔

اس جارحیت میں اتنی بھی ہوش مندی نہیں برتی جاتی، جس سے یہ علم ہو سکے کہ اس طرح عامر کا ڈر اور نصیرالدین کا غصہ، دونوں خود بخود ثابت ہوئے جا رہے ہیں۔ سوچیے ذرا کہ جو مودی حامیاں نصیرالدین کے اتنے بھر کہنے سے کہ ملک میں بوتل سے باہر کر دیے گئے فرقہ پرستی کے جن کو اب پھر سے بوتل میں بند کرنا مشکل ہوگا، ان پر ٹوٹ پڑے ہیں، وہ اس جن کی نہیں تو اور کس کی طرفداری کر رہے ہیں؟

جب نصیرالدین نے پاکستانی وزیر اعظم عمران خان کو ڈانٹ دیا ہے کہ وہ ہندوستانی مسلمانوں کی فکر میں دبلے ہونے کے بجائے اپنے ملک کے مسائل پر دھیان دیں، یہ صاف ہونے میں کون-سی کسر ہے کہ اس بہانے عمران کو قائد اعظم محمد علی جناح کے دوقومی نظریے کے قول کو صحیح ٹھہرانے کا حوصلہ ان حضرات کے اقلیتوں کی بات تک برداشت نہ کر پانے والی عدم رواداری نے ہی دیا ہے؟

نصیرالدین کے اس سوال کے سامنے تو خیر وہ لاجواب ہیں ہی کہ کیوں بلند شہر میں اتر پردیش حکومت کی نگاہ میں ایک پولیس انسپکٹر کی، جو اقلیت بھی نہیں ہے، جان کی قیمت ایک گائے سے بھی کم ہے؟ دراصل، اسی سوال سے نظریں چرانے کے لئے انہوں نے دانشوری کے چوغے میں کچھ ایسے لوگوں کو آگے کر دیا ہے جو نصیرالدین کے خلاف تہمتوں کو نئی شکل دیتے ہوئے 'پھسلانے' کے سے انداز میں کہہ رہے ہیں کہ چونکہ سلیبرٹی ہونے کی وجہ سے ان کی ذمہ داری عوام الناس سے زیادہ ہے، اس لئے ان کو ملک کی امیج کے حق میں ایسی بات نہیں کہنی چاہیے تھی کہ کوئی ان کے بچوں سے پوچھ لے گا کہ وہ ہندو ہیں یا مسلمان تو کیا ہوگا؟

کاش، یہ 'دانشور' سمجھتے کہ اگر سلیبرٹی ہونے کی وجہ سے نصیرالدین کی ذمہ داری عوام الناس سے بڑی ہے تو وزیر اعظم نریندر مودی کی ذمہ داری تو نصیرالدین سے بھی بڑی ہوگی۔ ایسے میں اگر نصیرالدین کی مذکورہ بات کہنے سے ملک کی امیج اتنی خراب ہوئی ہے کہ تو اس کو تب کتنا بٹہ لگا ہوگا، جب ہم نے اتر پردیش اسمبلی کے گزشتہ سال کے انتخاب میں ملک کے وزیر اعظم کو قبرستان اور شمشان رٹتے دیکھا؟

اس وقت وزیر اعظم ہولی-دیوالی اور عید میں فرق کرنے پر نہ اترتے اور بے لگام گئو رکشکوں اور ان کا تحفظ کر رہی ریاستی حکومتوں کو تھوتھی نصیحتیں دے کر نہ رہ جاتے تو یقیناً، اب تک ان سے جڑے سارے ڈر اور غصے ختم ہو گئے ہوتے۔ لیکن یہ 'دانشور' ابھی بھی 'جبرا مارے اور رونے نہ دے' پر آمادہ ہیں۔

سینٹر فار اسٹڈی آف سوسائٹی اینڈ سیکولرازم کی مانیں تو جنوری، 2014 سے 31 جولائی، 2018 تک ملک میں ماب لنچنگ کی جو 109 معاملے سامنے آئے، ان میں 82 بی جے پی کی حکومت والی ریاستوں میں ہوئیں۔ 'انڈیا اسپینڈ' کے مطابق ماب لنچنگ کے 97 فیصد معاملے 2014 میں نریندر مودی کے وزیر اعظم بننے کے بعد ہی سامنے آئے اور ان کی اہم وجہ فرقہ وارانہ رہی ہے۔ ان کو چھوڑ بھی دیں تو خود وزارت داخلہ کے اعداد وشمار بتاتے ہیں کہ مودی کے 2014 کے بعد سے اب تک کی حکومت میں نو ریاستوں میں ماب لنچنگ کے 40 واقعات میں 45 لوگوں کی جان گئی ہے۔

اس کے باوجود کوئی کہتا ہے کہ اس ملک میں اس کو ڈر لگنے لگا ہے اور ان دانشوروں کو اس کو یہ کہنے دینا بھی گوارا نہیں ہوتا کہ وہ ڈرا ہوا ہے تو محلے کے وہ غنڈہ یاد آتے ہیں جو اپنی کوئی کارستانی دیکھ لئے جانے پر دیکھنے والوں کو دھمکانے پہنچ جاتے ہیں۔ خبردار، جو اس بابت منھ کھولا۔

ان کے ساتھی اداکار انوپم کھیر نصیرالدین سے یہ پوچھتے ہے کہ ان کو اور کتنی آزادی چاہیے تو سمجھا جا سکتا ہے کہ ان کی جماعت کے لوگوں نے کس طرح ہماری آزادی کو مالک ومختار کے ہتھیار اور خیرات میں بانٹی جا سکنے والی چیز میں بدل ڈالا ہے۔ فی الحال، اس جماعت سے، جس نے بھی عالمی شہرت یافتہ مصور مقبول فدا حسین، نائب صدر حامد انصاری اور سینئر کنز قلمکار یو آر اننت مورتی کے خلاف مہم چلانے میں بھی جھجک نہیں کی، امید بے کار ہے کہ وہ نصیرالدین کے معاملے میں قدرے سمجھداری سے کام لے گی۔

وہ نصیرالدین کی یہ صفائی بھی کھلے من سے نہیں ہی منظور کرنے والی کہ انہوں نے جو بھی کہا، ایک متفکر ہندوستانی کے طور پر کہا۔ وہ انھیں یہ بھی نہیں بتانے والی کہ انہوں نے ایسا کیا کہا، جو ان کو غدار کہا جا رہا ہے؟ یہ بھی نہیں کہ اگر وہ اس ملک کے بارے میں تشویش کا اظہار کر رہے ہیں، جس سے وہ پیار کرتے ہیں اور جو ان کا گھر ہے، تو گناہ گار کیسے ہو گئے؟

دراصل، اس وقت ملک میں ایک ایسا خوف ناک کھیل کھیلا جا رہا ہے، جس میں ایک طرف وہ لوگ ہیں جو اقتدار پانے کے لئے کرپشن، دیوانگی، تشدد، بے رحمی کو سیڑھیوں کی طرح استعمال کر رہے ہیں اور ان پر مذہب، حب الوطنی کا جھوٹا پردہ چڑھائے ہوئے ہیں۔ ان کو پرواہ نہیں کہ ان کی خودغرضی میں ہندوستان کی تاریخی روایات، تہذیب اور صفات دفن ہوئی جارہی ہیں۔ وہ اپنی ذرا سی بھی مخالفت یا تنقید برداشت نہیں کرتے ہیں اور ایسا کرنے والے کو ہر طریقے سے دبانے، دھمکانے، ڈرانے یا غلط ثابت کرنے کے پینترے آزماتے ہیں۔

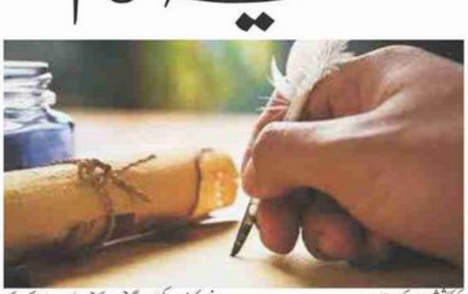
دوسری طرف اس کھیل کا برا انجام سمجھنے والے لوگ ہیں، جنھیں اندھی حب الوطنی اور مشتعل قوم پرستی سے نہیں، اپنے ملک سے پیار ہے۔ وہ یہاں کی گنگا-جمنی تہذیب، دلیل ومنطق اور تنازعے کی گنجائش اور عدم اتفاق کے وقار کو بچانا چاہتے ہیں۔ ان دونوں پہلوؤں میں ہر مذہب اور طبقے کے لوگ ہیں، کیونکہ یہاں سوال مذہب کا نہیں، نظریے کا ہے۔

دکھ کی بات ہے کہ اس نظریے کو پلٹ کر مذہب کا سوال بنانے میں لگی 'دانشوروں' اور حامیوں کی جماعت اپنے نصیرالدین جیسے آسان نشانے کو بات بات پر نہ صرف پاکستان جانے کی صلاح دیتی بلکہ وہاں اقلیتوں سے کہیں زیادہ برے سلوک کے لئے ایسے ذمہ دار ٹھہراتی ہے، جیسے وہ پاکستانی ہوں۔

اس چکر میں وہ نہ ہندوستان کے مساوات، بھائی چارہ اور انصاف پر مبنی پر وقار آئین کے مقدس قدروں کو روندنے سے پرہیز کرتی ہے اور نہ یہ یاد رکھ پاتی ہے کہ پاکستان سے متعلق جو سوال وہ بار بار پوچھتی رہتی ہے، ملک کے پہلے وزیر اعظم جواہر لال نہرو نے تقسیم کے فوراً بعد ہی اس کا جواب دے دیا تھا۔

ستمبر، 1950 میں ناسک میں ہوئے کانگریس کے کانفرنس میں انہوں نے اپنی پارٹی کے شدت پسندوں سے کہا تھا، 'پاکستان میں اقلیتوں پر ظلم ہو رہے ہیں تو کیا ہم بھی یہاں وہی کریں؟ اگر آپ اس کو ہی جمہوریت کہتے ہیں تو بھاڑ میں جائے ایسی جمہوریت!' کیا ان کے جیسے ہی عظیم قیادت کے خواہش مند نریندر مودی اپنے شدت پسندوں سے اس طرح پیش آ سکتے ہیں؟

(مضمون نگار سینئر صحافی ہیں۔)



تکیہ کلام

”تکیہ کلام“ سے یہاں ہماری مراد وہ تکیہ کلام نہیں ہے جو بات چیت کے دوران میں بار بار مداخلت بے جا کرتا ہے بلکہ یہاں تکیہ کلام سے مراد وہ کلام ہے جو تکیوں پر زیورِ طبع سے آراستہ ہوتا ہے اور جس پر آپ اپنا سر رکھ کر سو جاتے ہیں اور جو آپ کی نیندیں ”حلال“ کرتا ہے۔ پرسوں کی بات ہے کہ ہم نے ایک محفل میں غالب کا شعر پڑھا

نینداس کی ہے، دماغ اُس کا ہے، راتیں اس کی ہیں
تیری زلفیں جس کے شانوں پر پریشاں ہوگئیں

اس شعر کو سن کر ایک صاحب پہلے تو چونکے، پھر گہری سوچ میں غرق ہو گئے اور اپنا سر کھجاتے ہوئے بولے: ”اگر میرا حافظہ خراب نہ ہو تو یہ شعر میں نے ضرور کہیں پڑھا ہے۔“

”ہم نے ان کی یادداشت کا امتحان لینے کی خاطر پوچھا

”تب تو سوچ کر بتائیے کہ آپ نے یہ شعر کہاں پڑھا تھا؟“ وہ کچھ دیر سوچ کر بولے۔

”بھئی! لو یاد آیا۔ یہ شعر ہم نے رحمٰن خاں ٹھیکیدار کے تکیہ کے غلاف پر پڑھا تھا۔ بھلا تمہیں یہ شعر کس طرح یاد ہو گیا؟ کیا تمہیں بھی اس تکیہ پر سونے کا اتفاق ہوا تھا؟“

”ہم نے کہا: آپ کیسی باتیں کرتے ہیں یہ شعر تو دیوان غالب میں موجود ہے۔

رحمٰن خاں ٹھیکیدار سے ہمارا کیا تعلق؟“ اس پر وہ بولے ”بھئی! دیوان غالب سے ہمارا کیا تعلق۔ ہم تو شعر وشاعری صرف تکیوں کے غلافوں پر پڑھ لیتے ہیں۔ جو شاعری آپ کی تکیوں کے غلافوں پر پڑھنے کو مل جاتی ہے تو اس کے لئے شعراء کے دیوانوں کو الٹنے پلٹنے کی کیا ضرورت ہے؟“

ان صاحب کے جواب کو سن کر ہمیں پہلی بار احساس ہوا کہ جس زبان میں شعر وشاعری کی بہتات ہوتی ہے اس کا یہی حشر ہوتا ہے۔

شاعری کا ”پیمانہ صبر“ جب لبریز ہو جاتا ہے تو اشعار اچھل کر تکیوں پر گر جاتے ہیں، چادروں پر بکھر جاتے ہیں، لاریوں کی پیشانیوں پر چپک جاتے ہیں، رکشاؤں کی پیٹھ پر بیٹھ جاتے ہیں اور حد تو یہ ہے کہ دسترخوانوں تک کی زینت بن جاتے ہیں۔

کتنی ہی بار ایسا ہوا کہ ہم دسترخوان پر کھانا کھانے بیٹھے ہیں کہ اچانک دسترخوان پر چھپے ہوئے کسی شعر نے ہمیں چونکا دیا۔

اور ہم کھانا کھانے کے بجائے سر دھنتے رہ گئے۔ بعض سخن فہم حضرات تو ایسے بھی ہوتے ہیں جو دسترخوان پر فارسی میں اشعار لکھواتے ہیں، جیسے۔

شکر بجا آر کہ مہمان تو
روزئ خود می خورد از خوان تو

نتیجہ ان فارسی اشعار کی اشاعت کا یہ ہوتا ہے کہ مہمان کھانا کم کھاتے ہیں اور شعر کے معنی ومفہوم کو سمجھنے کی کوشش زیادہ کرتے ہیں۔

اور جب وہ معنی ومفہوم کے چکر سے آزاد ہوتے ہیں تو پتہ چلتا ہے کہ میزبان نے سارا کھانا خود ہی کھا لیا ہے۔

دسترخوان کے اشعار کی بات چھوڑیئے کیونکہ اب ہم دسترخوان پر چنی جانے والی اشیائے خورد ونوش میں مختلف ملاوٹوں کے علاوہ اشعار کی ملاوٹ کے بھی عادی ہو گئے ہیں لیکن یہاں بات تکیوں اور ان کے کلام کی چل رہی ہے۔ ہم نے ایسے معرکتہ الآرا شعر تکیوں پر دیکھے ہیں کہ اگر کوئی ان تکیوں پر سو جائے تو پھر زندگی بھر ان تکیوں پر سے اٹھنے کا نام نہ لے۔

ہمیں ایک بار سفر پر جانے کا اتفاق ہوا۔ ایک شناسا کے ہاں مہمان ٹھہرے، چونکہ ہم حسب روایت بستر اپنے ساتھ نہیں لے گئے تھے اس لئے میزبان نے ہمارے بستر کا انتظام کیا۔ اب جو ہم بستر پر پہنچے تو کیا دیکھتے ہیں کہ تکیہ پر نہایت جلی حروف میں یہ شعر لکھا ہوا ہے۔

کسی کے حسن کا جادو بسا ہے تکیہ میں
جہان عارض وگیسو بسا ہے تکیہ میں

اب آپ سے کیا بتائیں کہ ہمارے حق میں یہ بستر، بستر مرگ ثابت ہوا۔

رات بھر کروٹیں بدلتے رہے، اختر شماری تک کرتے رہے۔ ہر بار یہی سوچتے رہے کہ آخر تکیہ میں کس کے حسن کا جادو بسا ہے، آخر وہ کون مہ جبین ہے جس کا جہان عارض وگیسو اس تکیہ میں پنہاں ہے۔ بار بار تکیہ کو الٹ کر دیکھا۔ اس تکیہ نے ہم میں وہ سارے آثار پیدا کر دیئے جو آغاز عشق کے لئے ضروری سمجھے جاتے ہیں۔ فتور عشق نے اتنا سر اٹھایا کہ ہم بار بار تکیہ پر اپنا سر پٹختے رہے۔

بالآخر ہم نے فیصلہ کیا کہ صبح ہوگی تو ہم اس نازنین کو ضرور دیکھیں گے جس کے حسن کا جادو اس تکیہ کے توسط سے ہمارے سر چڑھ کر بولنے لگا تھا۔

صبح ہوئی تو ہم نے چوری چھپے اس نازنین کو دیکھ ہی لیا۔ اس نازنین کے ڈیل ڈول اور وضع قطع کو دیکھنے کے بعد ہم اس نتیجہ پر پہنچے کہ محترمہ کو یہ شعر تکیہ پر نہیں بلکہ گاؤ تکیہ پر لکھنا چاہئے تھا کیونکہ ان کے حسن کا ”سمبل“ صرف گاؤ تکیہ ہی ہو سکتا تھا۔

اس واقعہ کے بعد تکیہ کے اشعار پر سے نہ صرف ہمارا ایقان اٹھ گیا بلکہ جب بھی کوئی منظوم تکیہ ہمارے سر کے نیچے آیا تو ہم نے چپکے سے اس کا غلاف اُتار لیا کہ کون اپنی نیند حرام کرے۔ آپ نے تکیوں کے وہ اشعار ضرور پڑھے ہوں گے جن پر سو کر آپ نہایت ڈراؤنے خواب دیکھنے لگتے ہیں۔ مثال کے طور پر چند اشعار ملاحظہ ہوں۔

کونین تک سمیٹ لئے ہیں غلاف میں
ٹکڑے جگر کے ٹانک دیئے ہیں غلاف میں
خواب ہائے دل نشیں کا اک جہاں آباد ہو
تکیہ جنت بھی اٹھا لائے اگر ارشاد ہو
چمن در چمن ہے غلاف آیئے تو
ذرا اس پہ آرام فرمایئے تو
غنچہ ہائے دل کھلے، سر رکھ کر گستاخی معاف
گلشن امید کے سب پھول چن لیا غلاف

غور فرمایئے کہ ان اشعار پر کیا آپ ”تکیہ“ کر سکتے ہیں؟ گویا تکیہ نہ ہوا، الہ الدین کا چراغ ہوا کہ کونین تک اس میں سمٹ کر آ گئے ہیں۔

ہمیں یاد ہے کہ ہمارے ایک دوست کو ادھورے خواب دیکھنے کی بیماری تھی، وہ تھوڑا سا خواب دیکھتے کہ بجلی فیل ہو جاتی اور وہ نیند سے چونک پڑتے۔ ایک دن ہم سے بولے: ”بھئی! عجیب بات ہے کہ مجھے ادھورے خواب نظر آتے ہیں۔ آخر پورے خواب کیوں نظر نہیں آتے۔ میں خوابوں کے 'ٹریلر' دیکھتے دیکھتے عاجز آ گیا ہوں؟“ ہم نے ان کے بستر کا معائنہ کیا تو دیکھا کہ تکیہ پر ایسا شعر لکھا ہے جو بحر سے خارج ہے۔

اس پر ہم نے کہا:

”بھئی! اس کا اصل راز یہ ہے کہ تم ایسے تکیہ پر سوتے ہو جس پر 'بے بحر' شعر لکھا ہوا ہے اور اس تکیہ کی کرامت سے تمہارے خواب بھی بحر سے خارج ہو جاتے ہیں۔ اس شعر کو بدلو تو تمہارے خوابوں کی صحت بھی بہتر ہو جائے گی۔“

یہ تو ایک معمولی سا واقعہ ہے۔ ہمارے ایک اور دوست کا قصہ ہے کہ انہیں عرصہ سے بلڈ پریشر کی شکایت تھی۔

جب وہ بستر پر سو جاتے تو ان کا بلڈ پریشر آسمان سے باتیں کرنے لگتا۔ جب ایلوپیتھی علاج سے فائدہ نہ ہوا تو ایک حکیم صاحب کی خدمت حاصل کی گئیں۔ حکیم صاحب نے ان کا بغور معائنہ کیا۔ زبان اتنی بار باہر نکلوائی کہ وہ ہانپنے لگے۔ مگر اسی اثناء میں حکیم صاحب کی نظر تکیہ پر پڑی اور وہ تکیہ کی جانب لپکے، شعر کو غور سے پڑھا اور تنک کر بولے:

”اس تکیہ کو ابھی یہاں سے ہٹایئے۔

بلڈ پریشر کی اصل جڑ تو یہ تکیہ ہے۔ واہ صاحب واہ! کمال کر دیا آپ نے۔ آپ کو بلڈ پریشر کی شکایت ہے اور آپ نے شاعر انقلاب حضرت جوش ملیح آبادی کا شعر تکیہ پر طبع کروا رکھا ہے۔ جانتے ہیں جوش کی شاعری میں کتنا جوش ہوتا ہے۔ جوش کے شعر پر آپ سو جائیں گے تو دوران خون نہیں بڑھے گا تو اور کیا ہوگا؟ اس تکیہ کو اسی وقت یہاں سے ہٹایئے۔ خبردار جو آئندہ سے آپ نے جوش کے تکیہ پر سر رکھا۔

اگر شعروں پر سونا ہی ضروری ہے تو داغ کے غلاف پر سو جایئے، جگر کے غلاف کو اپنے سر کے نیچے رکھیئے۔ ان شعراء کا کلام آپ کے بلڈ پریشر کو کم کر دے گا۔ آپ کو فرحت ملے گی، بھوک زیادہ لگے گی، آپ کے جسم میں خون کی مقدار میں اضافہ ہوگا وغیرہ وغیرہ۔“

حکیم صاحب کے اس مشورے کے بعد ہمارے دوست نے نہ صرف 'جوش کا غلاف' بدل دیا بلکہ اب وہ جوش کے کلام کو ہاتھ لگاتے ہوئے بھی خوف محسوس کرتے ہیں کہ کہیں پھر بلڈ پریشر کا عارضہ لاحق نہ ہو جائے۔

لیکن تکیوں کے کلام کی ایک افادیت بھی ہوتی ہے جس کا راز صرف اہل دل ہی جانتے ہیں۔ یہ کوئی مبالغہ نہیں کہ ایک اہل دل کی شاعری صرف تکیوں کے اشعار کے باعث ہوئی تھی۔ ہوا یوں تھا کہ یہ صاحب کہیں مہمان بن کر گئے ہوئے تھے۔ رات میں میزبان کے گھر میں سے ان کے لئے جب بستر آیا تو اس میں ایک تکیہ بھی تھا، جس پر یہ شعر لکھا تھا۔

جاری

بچوں میں منہ اور دانتوں کی صفائی بے حد کیوں اہم ہے

ڈاکٹر شازیہ

اللہ تعالیٰ کی طرف سے عطا کی گئی جسمانی نعمتوں میں دانت ایک ایسی نعمت ہیں جو غذا کا بھر پور لطف اٹھانے کے ضمن میں نہایت ہی اہم کردار ادا کرتے ہیں اور اس نعمت سے محروم لوگوں کے لئے لذیذ سے لذیذ تر ضیافت رتی برابر بھی معنی نہیں رکھتی۔ طبی علومات میں دانتوں کے امراض اور ان کے علاج کا شعبہ ایک اہم ترین شعبہ ہے اور اس کی اہمیت دیگر شعبہ جات کے مقابلے میں کسی بھی طور کم نہیں ہے۔

ماہرین جب دانتوں کی صحت، انہیں لگنے والی بیماریوں اور ان کے علاج سے متعلق معاملات کا ایک وسیع تر جائزہ لیتے ہیں تو یہ بات ابھر کر سامنے آ جاتی ہے کہ بچوں میں دانتوں کا صحت مند ہونا اسی طرح ضروری ہے جس طرح بڑوں میں ہے۔ عام مشاہدہ یہ ہے کہ بچوں میں دانتوں کی صحت ایک اہم ترین مسئلہ ہے جس طرف زبردست دھیان دینے کی ضرورت ہے۔ اگر نونہالوں کو درپیش دانتوں سے متعلق مسائل کو نظر انداز کیا جائے تو آگے چل کر یہ بڑی پریشانی کا باعث بن سکتے ہیں۔ بچوں کے دانتوں کا ڈاکٹر ہونے کی حیثیت میں مجھے ہر روز ایسے والدین سے سابقہ پڑتا ہے جن کے بچوں کو دانتوں کے ضمن میں کوئی نہ کوئی مسئلہ درپیش ہوتا ہے۔ کئی ایسے والدین ہیں جو بچوں کے دانتوں کو لاحق مسائل اور امراض کو سنجیدہ نہیں لیتے ہیں اور بالغوں کے مقابلے میں بچوں کی دندانی صحت کو ترجیحات میں شامل نہیں رکھتے ہیں۔ ایسے والدین کی رائے ہے کہ عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ بچوں کے ناقص یا امراض مبتلا دانت خود بخود ٹھیک ہو جائیں گے۔ اس سلسلے میں والدین یہ دلیل دیتے ہیں کہ دودھ کے دانت عارضی ہوتے ہیں اور آگے چل کر یہ دانت گر جائیں گے اور ان کی جگہ قدرتی طور نئے اور صحت مند دانت اُگ آئیں گے اور اس سوچ کے زیر اثر دودھ کے دانتوں کو لاحق امراض کو نظر انداز کیا جاتا ہے جبکہ حقیقت یہ ہے کہ یہ سوچ بالکل غلط ہے۔ بیشتر والدین یہ جان کر حیران ہونگے کہ بچوں میں دانتوں کی سڑن نہایت ہی کم عمر میں شروع ہو جاتی ہے یہاں تک کہ ایک سال کے کم عمر بچوں کے دانت بھی سڑ سکتے ہیں۔ یہ بات صحیح ہے کہ دودھ کے دانت مستقل نہیں ہیں اور ایک خاص عمر کو پہنچنے پر یہ دانت گر جاتے ہیں مگر اس کا مطلب ہرگز یہ نہیں ہے کہ دودھ کے دانتوں کا خیال رکھنا غیر ضروری ہے۔ جبکہ حقیقت میں بچوں میں دانتوں کا خیال رکھنا اتنا ہی ضروری ہے جتنا بڑوں میں ضروری ہے جو سن بلوغت میں صحت مند دانتوں کے حصول کے لئے نہایت ہی اہم ثابت ہوسکتا ہے۔

بچوں میں دودھ کے دانت کب نکلتے ہیں

بچوں میں دودھ کا پہلا دانت چھ سے بارہ مہینے کی عمر میں ابھرتا ہے اور باقی بیس ابتدائی دانت عام طور پر تین سال کی عمر تک نکل آتے ہیں۔ اس عرصے کے دوران بچوں کو کافی تکلیف کا سامنا رہ سکتا ہے۔ اس وقت جبڑوں میں تناؤ اور درد ایک بچے کے لئے کافی تکلیف دہ ہو سکتا ہے۔ اس حالت میں بچے کافی بے چین ہوتے ہیں۔ ایسی صورت میں بچوں کو اس تکلیف سے راحت دلانے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک انگلی کو اچھی طرح صاف کر کے اس سے بچے کے جبڑوں کی ہلکے سے مالش کی جائے۔ دوسرا طریقہ یہ ہے کہ ایک بھیگا مگر ٹھنڈا کپڑا لے کر اسے بچے کے جبڑے پر پھیرا جائے۔ اس سلسلے میں بازار میں دستیاب Teething Ring یا Teething Gel کا استعمال بھی کارآمد ثابت ہوسکتا ہے۔

پہلا ڈاکٹری ملاحظہ

عمومی طور بچے کو Dentistry میں استعمال ہونے والی کرسی سے متعارف کرانا اور بچوں کے والدین کے لئے ان کے دانتوں کی صحت کے حوالے سے جانکاری کا حصول نہایت ہی اہم باتیں ہیں۔ بہتر ہے کہ ایک یا دو سال کی عمر میں دانتوں کی جانچ کے لئے ڈاکٹر کے پاس لے جایا جائے۔

بوتل اور دانتوں کی سڑن

جب آپ کا بچہ بوتل منہ میں رکھ کر سو جاتا ہے جس میں دودھ، جوس یا غذائی سیال موجود ہو یا شہد لگا ہوا pacifier یا ماں کا تھن منہ میں رکھ کر بچہ سو جائے تو ان اشیاء کی رطوبت بچے کے دانتوں کے اوپر ایک پرت بناتی ہے۔ نیند کی حالت میں منہ کے اندر موجود Bacteria اس رطوبت میں میں موجود مٹھاس کو تیزاب میں تبدیل کر دیتا ہے جس کے نتیجے میں بالآخر دانتوں میں سڑن شروع ہو جاتی ہے۔ والدین کو اس بارے میں تب تک پتہ ہی نہیں چلتا ہے جب تک یہ سڑن خطرناک رُخ اختیار کر لیتی ہے۔ اس صورتحال سے بچنے کے لئے والدین کو چاہئے کہ اگر کوئی ایسی چیز بچے کے منہ میں ہو تو سوتے ہی بچے کے منہ سے یہ چیزیں باہر نکالیں جن کا ذکر اوپر کیا گیا ہے۔ متبادلات:

1۔ ایک سال کی عمر کو پہنچنے کے بعد مرحلہ وار طریقے سے بوتل سے چھٹکارا دلانا۔

2۔ پیاس بجھانے کے لئے بچے کو سادہ پانی پلانا۔

3۔ بوتل سے پلائی جانے والی چیزوں میں پانی ملا کر مٹھاس کی مقدار آہستہ آہستہ کم کر کے بچے میں خالص پانی پینے کی عادت ڈالنا۔

4۔ ہر دفعہ دودھ پلانے کے بعد بچے کے جبڑوں اور دانتوں کو بھیگے کپڑے سے صاف کرنا۔

5۔ پہلے یوم پیدائش کے ساتھ ہی بچے کو ماں کے تھن یا بوتل سے پینے کے بجائے پیالی سے پینے کی طرف مائل کرنا۔

بچے کے دانتوں/دودھ کے دانتوں کی دیکھ بھال اور علاج کیوں ضروری ہے:

بچے کے ابتدائی دانت بہت اہم ہوتے ہیں۔ مستقبل میں بچے کے دانتوں کی تندرستی کا دارومدار ان دانتوں کی مرحلہ وار نشوونما پر منحصر ہے۔

کیونکہ:

1۔ دودھ کے دانت بچے کے اندر بولنے چالنے اور چبانے کی صلاحیت تعمیر کرنے میں مدد کرتے ہیں۔

2۔ اگر ان کے علاج میں کوتاہی برتی جائے تو آگے چل کر اس کا منفی اثر مستقل دانتوں کی صحت پر پڑ سکتا ہے۔ دودھ کے دانت دراصل مستقل دانتوں کے ابھرنے کے لئے راستہ بناتے ہیں۔

3۔ ایک بچے کی خوبصورت مسکان کا تعلق بالواسطہ اس کے اچھے دانتوں کے ساتھ وابستہ ہے اور یہ مسکان ہی ہے جو اس بچے کے اندر خود اعتمادی اور شخصیت کی تعمیر کے کے سلسلے میں کلیدی کردار ادا کرتی ہے۔

والدین کے اندر جانکاری کی اہمیت:

دانتوں کی صحت کے حوالے سے والدین کے پاس جانکاری ہونا اس لئے ضروری ہے کیونکہ والدین ہی بچوں کو سکھا سکتے ہیں کہ منہ کو صاف ستھرا رکھنا کتنا اہم ہے اور یہ عادات ایک صحت مند بالغ انسان بننے کے لئے بہت مددگار ہوتے ہیں۔ ایسے عادات بہت ہی کم عمر میں بچوں کے اندر ڈال دئے جاسکتے ہیں۔ آپ اپنے بچے کو کسی بھی طرح سے کھلاتے یا پلاتے ہوں، چاہے اپنی چھاتی سے دودھ پلا کر یا بوتل سے، جتنا جلد ممکن ہو بچے کے منہ اور دانتوں کی صفائی کو ایک معمول بنائیں تا کہ آپ کے بچے کے اندر اس حوالے سے بیداری اُجاگر ہو۔ ابتدائی دور میں صحیح دیکھ بھال دانتوں کو بیماری سے دور رکھتا ہے۔ یہ عمل دانتوں کو کئی طرح کے امراض مثلاً پیلاہٹ (Plaque)، جبڑوں کی بیماری اور کھوکھلا ہونے سے بچانے کے سلسلے میں حفاظتی قدم کا کردار ادا کرتا ہے۔

اس لئے:

1۔ دانت ظاہر ہوتے ہی بچوں میں منہ کو صاف رکھنے کی عادت ڈالیں۔ ایک گیلے مگر صاف کپڑے یا گاز (gauze) سے بچے کے منہ اور دانتوں کو ہلکے سے صاف کرنا اپنا معمول بنائیں۔

2۔ اپنے بچے کو دن میں کم از کم دو بار دانتوں کی اندرونی و بیرونی سطح کو سڑن سے بچانے والے ٹوتھ پیسٹ سے برش کرنا سکھائیں۔

3۔ بچوں کے دانتوں کے درمیان یا جبڑوں میں کسی بھی طرح کے غذا کے باقیات ہرگز نہ رہنے دیں۔ اس سے دانت سڑ سکتے ہیں اور انہیں دیگر قسم کے امراض بھی لاحق ہوسکتے ہیں جن کا ذکر اوپر کیا گیا ہے۔

3۔ بچوں کے اندر دانت صاف کرنے کی عادت پروان چڑھانے کے لئے انہیں اپنی پسند کے رنگ لذت یا کارٹونوں والے ٹوتھ برش اور پیسٹ کا استعمال کرنے دیں۔ یہ چیزیں خریدتے وقت بچوں کی پسند کا خاص خیال رکھیں تا کہ وہ برش کرنے طرف مائل ہوں۔

4۔ بچے کو برش کرتے وقت کوئی گانا یا موسیقی سنائیں تا کہ اس کا من اس عمل میں لطف محسوس کرے اور وہ کم از کم دو منٹ تک برش کرتا رہے۔

5۔ دانتوں کو سڑن سے محفوظ رکھنے کے لئے بچے کی ہر میٹھی یا چپکنے والی چیز کھانے کے بعد برش یا کلی کرنے کے لئے اس کی حوصلہ افزائی کریں۔

6۔ بچوں کو میٹھی چیزیں زیادہ کھلانے یا پلانے سے پرہیز کریں، خاص کر غذا کھلانے کے دوران۔ ایسا کرنا دانتوں میں بیماری اور سڑن کا باعث بن سکتا ہے۔

7۔ بچے میں دن کے دوران زیادہ سے زیادہ پانی پینے کی عادت ڈالیں۔ اس سلسلے میں بچے کو اپنے من پسند پیالی میں پانی دیں۔ پانی کی اچھی مقدار پینے سے بچے کا منہ صاف رہتا ہے اور اس طرح دانت سڑن یا بیماری سے محفوظ رہتے ہیں

ٹوتھ پیسٹ کا استعمال کب شروع کیا جانا چاہئے۔

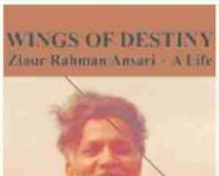
جتنا جلد ممکن ہو اتنا ہی بہتر ہے۔ جوں ہی بچے کے دانت ظاہر ہوں فلورائڈ والے ٹوتھ پیسٹ کی ہلکی پرت لے کر ایک موزوں سائز اور نرم ریشوں والے ٹوتھ برش سے کم از کم دو بار باقاعدگی کے ساتھ ان کی صفائی کریں۔ ایک بار جب بچے تین سے چھ سال کی عمر کو پہنچ جائیں تو ٹوتھ پیسٹ کی مقدار بڑھا کر مٹر کے دانے کے برابر کریں اور برش کرنے میں اُن کی مدد کریں۔ یاد رکھیں کہ چھوٹے بچوں میں خود سے بااثر طریقے سے دانتوں کو برش کرنے کی صلاحیت نہیں ہوتی ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ دانت صاف کرنے میں اُن کی اعانت کریں۔ عمر بڑھنے کے ساتھ اُن میں یہ صلاحیت خود بخود پیدا ہو جاتی ہے۔ جس طرح بچے جوتے کا تسمہ باندھنا سیکھتے ہیں وہ اسی طرح برش کرنا بھی سیکھ جاتے ہیں لیکن ابتدا میں انہیں اس کے لئے والدین کی مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایک اور بات جس کا خیال رکھنا ضروری ہے وہ یہ کہ بچے منہ کے اندر ٹوتھ پیسٹ سے بننے والی جھاگ کہ ہرگز نہ نگلیں۔

انگوٹھا یا Pacifier چوسنے کی عادت زیادہ عرصے کے لئے جاری رہنا بچے کے لئے اچھا نہیں ہے۔ عام طور پر یہ عادت خود بخود چھوٹ جاتی ہے لیکن اگر یہ عادت بچے میں چار سال کی عمر کے بعد بھی جاری رہے تو اس کو روکنے کے سلسلے میں مدد لینا ضروری ہے۔

ایک ڈنٹسٹ کے لئے بچے کے منہ اور دانتوں کی صحت کا بہتر خیال رکھنے والے والدین ایک رول ماڈل کی حیثیت رکھتے ہیں کیونکہ یہ عمل سیکھنا ایک طویل اور مرحلہ وار سلسلہ ہوتا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ لگن، محبت اور صبر کے ساتھ بچوں کو دانت اور منہ صاف کرنا سکھایا جائے تا کہ بچے منہ اور دانتوں کو صاف رکھنا ایک بوجھ سمجھ کر اس سے نہ اکتا جائیں۔ مقصد یہ ہے کہ والدین اور بچوں دونوں میں اس حوالے سے گرمجوشی کا جذبہ پیدا کیا جا سکے اور دندانی صحت کے ضمن میں ایک خوشحال کنبہ تعمیر کیا جاسکے۔

آئے عہد کریں کہ اپنے بچے کو تحفے میں تاعمر قائم رہنے والی مسکراہٹ کے اہتمام میں جٹ جائیں۔

ورق در ورق: شاہ بانو کیس کی وہ باتیں جواب تک ان کہی تھیں



شافع قدوائی

پانچ ابواب پر مشتمل 267 صفحات کو محیط اس کتاب کا بنیادی مقصد شاہ بانو کیس سے متعلق ضیاء الرحمان انصاری کے نقطہ نظر کی معروضی وضاحت ہے تا کہ مصنف کے بقول غلط تعبیر، غلط فہمی اور حقائق کو توڑ مروڑ کر پیش کرنے کی روش کا محاسبہ کیا جاسکے۔

مغلیہ سلطنت کے زوال کے بعد برصغیر کے مسلمانوں کی اجتماعی زندگی مزاحمت اور احتجاج سے عبارت رہی ہے۔ ناانصافی اور محکومی کا مسلسل احساس خون آشام معرکوں پر بھی منتج ہوا جس کی سب سے اہم مثال 1857ء کی پہلی تحریک آزادی ہے جسے کلونیل مؤرخوں نے غدر سے موسوم کیا اور یہ اصطلاح اب تک لوگوں کی زبان پر چڑھی ہوئی ہے۔ آزادی سے قبل خلافت تحریک نے مسلمانوں میں بے پناہ مقبولیت حاصل کی تھی تاہم جذباتی خروش سے آباد یہ تحریک بارآور نہ ثابت ہوسکی۔

آزادی کے بعد شاہ بانو کیس ایک ایسے مسئلہ کی صورت میں سامنے آیا جس کے خلاف مسلمانوں کے تقریباً تمام اہم فرقے متحد ہو گئے تھے۔ اصغر علی انجینئر کے مطابق آزادی کے بعد مسلمانوں میں اس سے زیادہ موثر تحریک نظر نہیں آتی۔ شاہ بانو کیس مطلقہ عورت کے نان نفقہ سے متعلق سپریم کورٹ کی پانچ رکنی آئینی بنچ کا فیصلہ تھا۔ سپریم کورٹ نے 23 اپریل 1985ء کے اپنے ایک فیصلہ میں محمد احمد بنام شاہ بانو بیگم مقدمہ میں یہ فیصلہ سنایا تھا کہ سی آر پی سی کی دفعہ 125 کے تحت مطلقہ عورت نان نفقہ کی حق دار ہے۔

اس مقدمہ کے خلاف مسلمانوں نے ملک گیر سطح پر احتجاج کیا اور سپریم کورٹ کے فیصلہ کو منسوخ کرنے کی غرض سے راجیو گاندھی حکومت نے Muslim Women (Protection of Rights on Divorce) Act 1986 پاس کیا۔ اس امر پر دانشوروں کا اتفاق ہے کہ اس بل نے ہندو فرقہ پرست اور دائیں بازو کی انتہا پسند جماعتوں کو زبردست تقویت پہنچائی۔ یہ سوالات بھی اٹھائے گئے کہ اگر مطلقہ عورت کو عدت کے بعد نان نفقہ کی رقم ملتی رہے اور اس باب میں قرآن اور شریعت میں کوئی قطعی صراحت موجود نہیں ہے تو اس میں کیا مضائقہ ہے اور اسے کس طرح شریعت میں مداخلت سے تعبیر کیا جاسکتا ہے۔

حکمراں جماعت کانگریس میں اس مسئلہ پر شدید اختلاف رونما ہوا اور عارف محمد خاں کو مستعفی ہونا پڑا۔ مگر یہ بل آخر کار پاس ہوا۔ بل کی حمایت میں سینہ سپر ہونے والوں میں مرکزی وزیر ضیاء الرحمان انصاری کا نام سرفہرست تھا اور اب جب بھی شاہ بانو کیس کا ذکر کیا جاتا ہے ضیاء الرحمان انصاری کا تذکرہ ضرور ہوتا ہے۔ بابری مسجد کی شہادت اور مسلمانوں کے خلاف دیگر اقدام کے جواز کے طور پر اس بل کو پیش کیا جاتا ہے اور ضیاء الرحمان انصاری کو مورد الزام ٹھہرایا جاتا ہے۔ ضیاء الرحمان انصاری اندرا گاندھی اور راجیو گاندھی کے دور حکومت میں کابینہ کے رکن رہے۔ ان کا انتقال 1992ء میں ہوا تھا۔

اب جب کہ سیاسی سطح پر مسلمانوں کی اقتدار سے بے دخلی کا سلسلہ دراز سے دراز تر ہوتا جا رہا ہے، ضیاء الرحمان انصاری سے متعلق سوانحی مواد اور ان کی سیاسی اور سماجی خدمات کے تفصیلی تذکرہ کا اشاعت پذیر ہونا نہ صرف ایک فال نیک ہے بلکہ یوں بھی ہے کہ انصاری صاحب سے متعلق جو غلط فہمیاں رواج پا گئی ہیں ان کا ازالہ بھی ضروری ہے۔ ضیاء الرحمان انصاری کے فرزند فصیح الرحمان صاحب، ایک مشہور ماحولیاتی سائنس داں ہیں اور انہوں نے برٹش کولمبیا یونیورسٹی میں تدریسی فرائض بھی انجام دیے ہیں، اپنے والد سے متعلق غلط تعبیروں اور مفروضوں کا پردہ چاک کرنے کے بجا طور پر خواہاں ہیں اور اس ضمن میں انہوں نے اپنے والد کی سوانح عمری بعنوان "Wings of Destiny: Ziaur Rehman Ansari - A Life" لکھی ہے جو حال ہی میں ہابیرو اسکر ابجس پبلی کیشنز، دہلی نے شائع کی ہے۔

پانچ ابواب پر مشتمل 267 صفحات کو محیط اس کتاب کا بنیادی مقصد شاہ بانو کیس سے متعلق ضیاء الرحمان انصاری کے نقطہ نظر کی معروضی وضاحت ہے تا کہ مصنف کے بقول غلط تعبیر، غلط فہمی اور حقائق کو توڑ مروڑ کر پیش کرنے کی روش کا محاسبہ کیا جاسکے۔

فصیح الرحمان کا خیال ہے کہ ضیاء الرحمان کی سیاسی خدمات کے دستاویزی شواہد اور شاہ بانو مقدمہ سے متعلق ان کے نقطہ نظر کی صحیح تناظر میں وضاحت اور پس منظر کی تشریح اب تک مکمل طور پر نہیں ہوسکی ہے، لہٰذا ضیاء الرحمان انصاری کی شبیہ بھی پوری طرح اجاگر نہیں ہوسکی ہے۔

مضمون کے مطابق آزادی رائے کی آڑ میں ہر قسم کی غلط تشریح اور مطالعہ انگیز تعبیر اور ان کی تقریر کے منتخب اقتباسات کی مدد سے جو بیانیہ تیار کیا گیا اس پر بد دیانتی کے سائے لرزاں ہیں۔ ضیاء الرحمان کی خدمات اور ان کے نقطہ نظر کی صحیح وضاحت سے عوام کو واقف کرانا کتاب کا مقصد اولین ہے۔ فصیح الرحمان نے کتاب کا چوتھا باب "شاہ بانو کیس پر مباحثہ: ضیاء الرحمان کا تناظر" میں بڑی شرح و بسط کے ساتھ شاہ بانو مقدمہ کے قانونی مضمرات پر روشنی ڈالی ہے اور سپریم کورٹ کے فیصلے کے اقتباسات بھی درج کیے ہیں اور پھر پارلیامنٹ میں اس مسئلہ پر بحث کو بڑی تفصیل کے ساتھ درج کیا ہے۔

اس ضمن میں مسلم پرسنل لا بورڈ کی راجیو گاندھی کو عرضداشت اور دفعہ 125 اور 127 میں ترمیم سے متعلق غلام محمد محمود بنات والا کے پیش کردہ بل کا بھی تفصیلی اندراج کیا گیا ہے۔ فصیح الرحمان نے لکھا ہے کہ یہ تصور بالکل غلط ہے کہ راجیو گاندھی کی ایما پر ضیاء الرحمان انصاری نے بل کی حمایت میں زبردست تقریر کی اور سپریم کورٹ کے فیصلہ کو رد کرانے میں اہم رول ادا کیا۔ مصنف کے مطابق ضیاء الرحمان انصاری سپریم کورٹ کے فیصلہ سے خود بہت بددل تھے اور وہ اس کے خلاف بولنا چاہتے تھے۔ ان کو اس بات کا شبہ تھا کہ شاید شاہ بانو کیس میں مسلم پرسنل لا بورڈ کے نقطہ نظر کی حمایت راجیو گاندھی کو پسند نہ آئے۔

فصیح الرحمان کے مطابق اس سلسلہ میں ضیاء الرحمان انصاری نے جب راجیو گاندھی سے ملاقات کی اور بنات والا کے پیش کردہ بل پر اظہار خیال کی اجازت چاہی تو اس وقت ممبر پارلیامنٹ عزیز قریشی صاحب موجود تھے۔ ان کے مطابق ضیاء الرحمان صاحب نے راجیو گاندھی سے کہا کہ اگر بل پر تقریر کی اجازت دینے میں انہیں تامل ہے تو وہ بلا تکلف ان کا استعفیٰ منظور کر لیں اور وہ استعفیٰ کا خط لے کر گئے تھے۔ راجیو گاندھی نے استعفیٰ کا خط لے کر کوڑے دان میں پھینک دیا۔ کتاب میں ضیاء الرحمان انصاری کی نامکمل تقریر کا متن نقل کیا گیا ہے جو انہوں نے 22 نومبر 1985ء کو پارلیامنٹ میں کی تھی۔

یہ ان کی پہلی تقریر تھی جس میں شادی، طلاق اور نان نفقہ کے شرعی نقطہ نظر کی وضاحت کی گئی تھی۔ ضیاء الرحمان نے کہا کہ قرآن محض رسوم، طرز معاشرت اور روایات سے متعلق کتاب نہیں ہے بلکہ یہ ان ہدایتوں پر مشتمل ہے جن پر عمل کر کے انسان معاشرہ کو بہتر طور پر چلا سکتا ہے۔ فصیح الرحمان نے مرکزی وزیر کے نقطہ نظر کا دفاع کرتے ہوئے لکھا ہے کہ ان کا خیال تھا کہ پرسنل لا بھی معاشرتی تبدیلی کے ساتھ تبدیل کیے جاسکتے ہیں کہ اسلام کے نزدیک معاشرہ کی اجتماعی حیثیت ہے جو نامیاتی اور ارتقا پذیر ہے۔

اگر معاشرہ ضرورت محسوس کرے تو تبدیلی یقیناً کی جاسکتی ہے تاہم یہ تبدیلی ان واضح قرآنی احکام سے متغائر نہ ہو جن کی مکمل تفصیل موجود ہے۔ ضیاء الرحمان نے اپنی تقریر میں اس امر کا شدومد کے ساتھ اظہار کیا کہ اسلام پُروقار زندگی پر توجہ مرکوز کرتا ہے اور عزت نفس پر کوئی سمجھوتہ نہیں کرتا۔ مطلقہ عورت کا اپنے سابق شوہر (جس سے اب اس کا کوئی تعلق نہیں ہے) سے زندگی بھر نان نفقہ لینا انسانی حرمت کے منافی ہے۔ یہ نقطہ نظر مذہبی سے زیادہ معاشرتی اور اخلاقی ہے اور اس پر پدر اساس معاشرہ کے تصور کائنات کی صاف چھاپ نظر آتی ہے۔

مطلقہ عورت کی نگہداشت کی ذمہ داری

ضیاء الرحمان کے مطابق عورت کے والدین، بھائی بہنوں اور دیگر رشتہ داروں پر ہے کہ اسے وراثت میں حصہ ملتا ہے۔ اگر کسی عورت کا کوئی رشتہ دار نہیں ہے تو پھر یہ ذمہ داری معاشرہ اور حکومت کی ہے۔ یہ نقطہ نظر محل نظر ہے کہ اگر مطلقہ عورت کو نان نفقہ اس کا سابق شوہر ادا کرتا ہے تو اس سے کس شرعی حکم کی عدولی ہوتی ہے، اس کی قرار واقعی وضاحت نہیں ہے۔ فصیح الرحمان کی وضاحت بھی زیادہ قابل قبول محسوس نہیں ہوتی۔

کتاب کا تیسرا باب بڑی تفصیل کے ساتھ شاہ بانو مقدمہ کے متعلقات اور اس سے متعلق مباحث کی دقت نظر کے ساتھ وضاحت کرتا ہے اور ان حقائق سے بھی واقف کراتا ہے کہ جسے ذرائع ابلاغ نے زیادہ لائق اعتنا نہیں سمجھا۔ فصیح الرحمان کی کتاب معروضیت اور غیر جذباتی نقطہ نظر کی غماز ہے کہ انہوں نے اپنے والد کی مدلل مداحی سے واضح طور پر اجتناب کیا ہے اور ان کے کمالات اور اکتسابات کی صراحت کے ساتھ ساتھ ان کی بعض شخصی کمزوریوں کا بھی ذکر کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ ضیاء الرحمان صاحب بہت جلد مشتعل ہو جاتے تھے تاہم ان کا غصہ بہت جلد جھاگ کی طرح بیٹھ بھی جاتا تھا۔

اس ضمن میں انہوں نے ستمبر 1978ء کا ایک واقعہ لکھا ہے کہ اندرا گاندھی کانپور آئی تھیں اور ضیاء الرحمان انصاری نے شکلا گنج (اناؤ) جا کر ان کا استقبال کیا اور ان کے ساتھ سیلاب سے متاثرہ علاقوں کا دورہ کیا۔ کار میں محسنہ قدوائی بھی تھیں اور اندرا گاندھی نے ضیاء الرحمان کو بھی کار میں بٹھا لیا اور اناؤ پہنچنے پر اناؤ کے کانگریسی لیڈر گوپی ناتھ دکشت بھی اندرا گاندھی سے ملنے آئے۔ اندرا جی نے انہیں بھی کار میں سوار کرا لیا۔ کار میں بیٹھتے ہی دکشت جی نے شکوہ کیا کہ انہیں اندرا گاندھی کے دورے کی کوئی اطلاع نہیں تھی۔ اس پر محسنہ قدوائی نے انصاری صاحب سے پوچھا کہ انہوں نے اندرا گاندھی کی آمد سے سب کو مطلع کیوں نہیں کیا۔

اس پر انصاری غصہ سے آگ بگولا ہو گئے اور انہوں نے کہا کہ وہ اناؤ کانگریس کمیٹی کے کوئی عہدے دار نہیں ہیں اور سب کو مطلع کرنا ان کے فرائض منصبی میں شامل نہیں ہے۔ اندرا گاندھی نے انصاری کا غصہ ٹھنڈا کیا۔ انصاری صاحب اندرا جی کے ساتھ لکھنؤ جانے والے تھے مگر جب گاڑی اناؤ سرحد سے نکلنے لگی تو انصاری صاحب اندرا گاندھی سے اجازت لے کر کار سے اتر آئے اور ان کے ساتھ لکھنؤ نہیں گئے۔ ضیاء الرحمان انصاری کے شخصی اور سوانحی کوائف ان کی پسند و ناپسند اور ترجیحات سے متعلق نادر معلومات سے اس کتاب کے صفحات پُر ہیں۔

ضیاء الرحمان انصاری ایک اچھے مقرر تھے اور ان کا مطالعہ خاصا وسیع تھا، خصوصاً اردو اور فارسی شعر و ادب کا۔ فصیح الرحمان صاحب نے اس ضمن میں بہت سی تفصیلات پیش کی ہیں۔ علم عروض اور فن موسیقی سے بھی انصاری صاحب کی گہری دلچسپی کا پتہ چلتا ہے۔ اسی طرح بعض ملی اداروں مثلاً ندوۃ اور دیوبند سے ان کے گہرے تعلق کا بھی اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔

ضیاء الرحمان انصاری ایک کامیاب سیاست داں تھے اور ان کو علوم و فنون سے بھی گہرا تعلق تھا، یہ کتاب اس نکتہ کو دستاویزی شواہد کے ساتھ آشکارا کرتی ہے۔ اس سفل پرور اور طالع آزما سیاست دانوں کے دور میں ضیاء الرحمان کو بعض تحفظات کے باوصف یاد رکھنا دراصل اپنی تہذیبی شناخت کی بازیافت کرنا ہے جس کے لیے مصنف فصیح الرحمان داد و تحسین کے مستحق ہیں۔ اس کتاب کے اردو ترجمہ کی بھی ضرورت ہے، توقع ہے کہ مصنف اس طرف بھی توجہ کریں گے۔

(تبصرہ نگار علی گڑھ مسلم یونیورسٹی کے شعبہ ماس کمیونیکیشن میں پروفیسر ہیں۔ ان کے ہفتہ وار کالم ورق در ورق کی ساری قسطیں آپ یہاں پڑھ سکتے ہیں۔)

حضرت علی المرتضیٰ کرم اللہ وجہہٗ کی خلافت اور اہم کارنامے

حافظ محمد ہاشم قادری مصباحی جمشید پور

حضرت علی کرم اللہ وجہہ پیغمبر اسلام ﷺ کے چچا زاد بھائی اور آپ کے داماد تھے آپ کی ولادت 13 رجب المرجب 10 سال قبل از بعثت پیغمبر اسلام ﷺ بمطابق 17 مارچ 599ء میں ہوئی۔ آپ چوتھے خلیفہ راشد تھے آپ نے 656ء سے 661ء تک دنیائے اسلام پر بحیثیت خلیفہ حکمرانی کی۔ آپ بچپن میں ہی رسول کریم کے گھر آ گئے تھے حضور کی زیر نگرانی آپ کی تربیت ہوئی۔ حضرت علی کرم اللہ وجہہ پہلے بچے تھے جنھوں نے اسلام قبول کیا، آپ کی عمر اس وقت تقریباً 10 یا 11 سال تھی حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ کی شہادت کے بعد تین دن تک مسند خلافت خالی رہی، اسی عرصہ میں لوگوں نے حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے اس منصب کے قبول کے لیے سخت اصرار کیا، آپ نے پہلے اس بار گراں کے اٹھانے سے انکار کر دیا لیکن آخر میں مہاجرین وانصار کے اصرار پر خلافت قبول فرمائی۔ (طبرانی: 3010) حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ کی شہادت کے بعد تیسرے دن 21 ذی الحجہ بروز پیر مسجد نبوی ﷺ میں آپ کے دست اقدس پر بیعت ہوئی۔ حضرت مولیٰ علی رضی اللہ عنہ کے خلیفہ بنتے ہی آپ کو سخت مخالفت کا سامنا حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ گورنر شام، زبیر بن عوام رضی اللہ عنہ وغیرہ اور دیگر افراد کی جانب سے ہوا، اور نتیجتاً اسلام میں پہلی خانہ جنگی ہوئی۔ اسے پہلا فتنہ بھی کہا جاتا ہے اس کے بعد اسلامی خلافت دو حصوں میں بٹ گئی آگے کے معاملات انتہائی اختلاف سے بھرے ہیں، بڑوں کی بڑی باتیں "ہمارے لیے کسی کے خلاف لکھنا بدنصیبی ہوگی، توبہ توبہ استغفراللہ" ہم دونوں صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کی دل سے عزت واحترام کرتے ہیں اور عوام کے ساتھ ساتھ علماء کرام سے بھی گزارش کرتے ہیں خدارا کسی ایک صحابہ کی حمایت میں دوسرے صحابہ کرام کی بے ادبی سے بچیں، اپنی عاقبت کا خیال رکھیں اختلافی باتوں، تحریروں کا عوام پر غلط اثر ہوتا ہے اللہ ہم سب کو ہدایت بخشے آمین۔ صحابہ کرام کی فضیلت قرآن واحادیث میں موجود ہے جس سے کوئی انکار نہیں کر سکتا۔ حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے خلفائے ثلاثہ میں سے ہر ایک کی خلافت کو بخوشی منظور فرمایا اور کسی کی خلافت سے انکار نہیں کیا ہے جیسا کہ ابن عساکر نے حضرت حسن رضی اللہ عنہ کے حوالے سے لکھا ہے۔

آپ کا علم آپ کے فیصلے: حضرت علی کرم اللہ وجہہ علم کے اعتبار سے بھی علمائے صحابہ میں بہت اونچا مقام رکھتے ہیں آپ کے فتوے اور فیصلے اسلامی علوم کے جواہر پارے ہیں۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ ہم نے جب بھی آپ سے کسی مسئلہ کو دریافت کیا تو ہمیشہ درست ہی جواب پایا۔ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کے سامنے جب حضرت علی رضی اللہ عنہ کا ذکر ہوا تو آپ نے فرمایا کہ علی سے زیادہ مسائل شریعہ کا جاننے والا کوئی نہیں ہے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی خدمت میں کوئی مشکل مقدمہ پیش ہوتا اور حضرت علی کرم اللہ وجہہ موجود نہ ہوتے تو وہ اللہ تعالیٰ کی پناہ مانگا کرتے تھے کہ مقدمہ کا فیصلہ کہیں غلط نہ ہو جائے۔ (تاریخ الخلفاء، خطبات محرم ص 204) مشہور ہے کہ حضرت عمر فاروق اعظم رضی اللہ عنہ کے سامنے ایک ایسی عورت پیش کی گئی جسے زنا کا حمل تھا، ثبوت شرعی کے بعد آپ نے اسے سنگسار (ایک قسم کی شرعی سزا جس میں آدمی کو کمر تک زمین میں گاڑ کر پتھر مار مار کر اسے ختم کر دیا جاتا تھا، یہ سزا زانی (RAPIST) اور زانیہ کو دی جاتی تھی) کا حکم فرمایا۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے یاد دلایا کہ حضور ﷺ کا فرمان ہے کہ حاملہ عورت کو بچہ پیدا ہونے کے بعد سنگسار کیا جائے۔ اس لیے کہ زنا کرنے والی عورت اگرچہ گناہ گار ہوتی ہے مگر اس کے پیٹ کا بچہ بے قصور ہوتا ہے۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ کی یاد دہانی کے بعد حضرت عمر فاروق اعظم رضی اللہ عنہ نے اپنے فیصلہ سے رجوع کر لیا اور فرمایا "لولا علیٌّ لھلک عمر" یعنی اگر علی نہ ہوتے تو عمر ہلاک ہو جاتا علی کی موجودگی نے عمر کو ہلاکت سے بچا لیا۔ (رضی اللہ تعالیٰ عنہما) (خطبات محرم ص 204 سے 205) حضرت علی کرم اللہ وجہہ الکریم کا علمی مقام ومرتبہ ان کی قرآن فہمی، حقیقت شناسی اور فقہی صلاحیت تمام اولین وآخرین میں ممتاز ومنفرد تھی۔ اللہ رب العزت نے انھیں عقل وخرد کی بے شمار صلاحیتوں سے نوازا تھا کہ جو مسائل دوسرے حضرات کے نزدیک پیچیدہ اور لاینحل سمجھے جاتے تھے انہیں مسائل کو وہ آسانی سے حل کر دیتے تھے۔ اکابر صحابہ کرام رضوان اللہ تعالیٰ علیہم اجمعین ایسے اوقات سے پناہ مانگتے تھے کہ جب کوئی مشکل مسئلہ پیش آ جائے اور اس کے حل کے لیے حضرت علی کرم اللہ وجہہ موجود نہ ہوں۔ حضرت سعید بن المسیب رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ "حضرت عمر رضی اللہ عنہ اس پیچیدہ مسئلہ سے اللہ تعالیٰ کی پناہ مانگتے تھے جسے حل کرنے کے لیے ابو الحسن علی ابن ابی طالب نہ ہوں۔" (فضائل الصحابہ، ج 2، ص: 803، رقم 1100) بعض اکابر صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے شہادت دی کہ مولیٰ علی رضی اللہ عنہ ظاہر وباطن دونوں کے امین تھے۔ حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ نے فرمایا بیشک علی ابن ابی طالب (رضی اللہ عنہ) کے پاس علم ظاہر بھی ہے اور علم باطن بھی ہے۔ (حلیۃ الاولیاء، ج 1، ص: 105)

حضرت علی نے خوارج کے ساتھ کیا سلوک کیا؟: اسلام میں پہلا فتنہ گر مذہبی فرقہ خوارج کا ہے جس نے شعار اسلام سے ہٹ کر اپنا الگ گروہ بنایا۔ یہ گروہ جس کی اکثریت بدوی عراقیوں کی تھی، جنگ صفین کے موقع پر سب سے پہلے نمودار ہوا۔ یہ خوارج حضرت علی کرم اللہ وجہہ کی فوج سے اس بات پر الگ ہوئے کہ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے حضرت امیر معاویہ کی ثالثی (صلح صفائی کرانے کا عمل) کی تجویز منظور کر لی تھی۔ خارجیوں کا نعرہ تھا کہ: ("حاکمیت اللہ ہی کے لیے ہے" ان لوگوں نے شعث بن رابعی کی سرکردگی میں مقام حروراء میں پڑاؤ ڈالا اور کوفہ، بصرہ، مدائن وغیرہ میں اپنے عقائد کی تبلیغ شروع کر دی۔ ان کا عقیدہ تھا کہ دینی معاملات میں انسان کو حاکم بنانا کفر ہے اور جو لوگ ایسے فیصلوں کو تسلیم نہیں کرتے وہ واجب القتل ہیں، خارجیوں کے اعتقاد کے مطابق حضرت علی رضی اللہ عنہ برحق تھے، ان کی بیعت ہر مسلمان پر لازم ہے۔ جن لوگوں نے اس کا انکار کیا وہ اللہ اور رسول ﷺ کے دشمن ہیں۔ اس لئے حضرت امیر معاویہ (رضی اللہ عنہ) اور ان کے ساتھیوں کے ساتھ کسی قسم کی صلح کرنا از روئے قرآن کفر ہے۔ (معاذ اللہ، معاذ اللہ) حضرت علی رضی اللہ عنہ نے چونکہ ان کے ساتھ مصالحت (باہمی صلح صفائی، میل ملاپ، آپس میں صلح کرنا) کی ہے لہٰذا حضرت علی رضی اللہ عنہ بھی مجرم ہیں (معاذ اللہ، معاذ اللہ) لہٰذا حضرت علی اور حضرت امیر معاویہ دونوں کے خلاف جہاد ضروری ہے۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے خارجیوں کو جنگ نہروان میں شکست فاش دی۔ (تفصیل آگے آ رہی ہے) لیکن ان کی شورش (شور وغل، اودھم، چیخ پکار) پھر بھی جاری رہی چنانچہ اہلسنت کے چوتھے خلیفہ حضرت علی کرم اللہ وجہہ الکریم پر خارجی ابن ملجم نے 26 جنوری 661ء بمطابق 19 رمضان المبارک 40ھ کو کوفہ کی مسجد میں زہر آلود خنجر کے ذریعہ نماز کے دوران قاتلانہ حملہ کیا، حضرت علی رضی اللہ عنہ سخت زخمی ہو گئے۔ اگلے دو دن تک زندہ رہے لیکن زخم گہرا تھا، چنانچہ جانبر نہ ہو سکے اور 21 رمضان 40ھ کو وفات پائی۔ (آپ تیسرے خلیفہ تھے جن کو خلافت کے دوران میں قتل کیا گیا، آپ سے پہلے حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ اور حضرت عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ کو بھی قتل (شہید) کیا جا چکا تھا۔ حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ کے عہد (زمانہ) میں بھی ان کی بغاوتیں جاری رہیں، ان کا دائرہ عمل شمالی افریقہ تک پھیل گیا۔ کوفہ اور بصرہ ان کے دو بڑے مرکز تھے عباسی خلافت تک ان لوگوں کا اثر ورسوخ رہا، اور حکومت کے خلاف جنگیں لڑتے رہے اور اسلام کے یہ ناسور کے لیے دردِ سر بنے رہے۔

خوارج کے بارے میں نبی کریم ﷺ کی پیشن گوئی: صحیح بخاری اور صحیح مسلم میں ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ ایک بار رسول اللہ ﷺ مال غنیمت تقسیم فرما رہے تھے کہ عبداللہ بن ذی الخویصرہ تمیمی آیا اور کہنے لگا: "اے اللہ کے رسول! عدل سے کام لیجیے۔" آپ نے فرمایا: "تمھاری خرابی! اگر میں عدل نہیں کروں گا تو اور کون کرے گا؟" حضرت عمر (رضی اللہ عنہ) نے عرض کیا: "مجھے اجازت دیجیے کہ اس کی گردن اڑا دوں۔" آپ نے فرمایا: "اسے چھوڑ دو اس کے ایسے ساتھی ہیں کہ آپ میں سے کوئی شخص ان کی نماز کے مقابلے میں اپنی نماز کو حقیر سمجھے گا اور اپنے روزے کو ان کے روزے کے مقابلے میں حقیر سمجھے گا۔ یہ لوگ دین سے ایسے دور نکل جائیں گے جیسے تیر شکار سے نکل جاتا ہے اور اس کے پروں کو دیکھا جائے تو کچھ معلوم نہیں ہوتا ہے۔ پھر اس (تیر کے) پھل کو دیکھا جائے تو معلوم نہیں ہوتا ہے (کہ یہ شکار کے اندر سے گزرا ہے) حالانکہ وہ خون اور گوبر سے ہو کر گزرا ہے۔ ان کی نشانی یہ ہوگی کہ ان میں ایک ایسا آدمی ہوگا جس کا ایک ہاتھ یا ایک چھاتی عورت کی طرح ہوگی۔ یا فرمایا کہ گوشت کے لوتھڑے کی طرح ہوگی اور ہلتی ہوگی۔ یہ لوگوں میں خانہ جنگی کے وقت نکلیں گے۔" ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں: "میں گواہی دیتا ہوں کہ جب حضرت علی رضی اللہ عنہ نے ان لوگوں کو قتل کیا تو میں ان کے پاس تھا۔ اس وقت (ان کے سامنے) ایک شخص اسی صورت کا لایا گیا جو نبی ﷺ نے بیان فرمایا تھا۔ انہیں کے متعلق یہ آیت کریمہ نازل ہوئی ترجمہ: "ان میں سے بعض لوگ وہ ہیں جو آپ پر صدقات کے بارے میں طعنہ زنی کرتے ہیں" (بخاری، کتاب استتابۃ المرتدین، حدیث 6533، 6534)۔

خارجیوں کی خانہ جنگی: خارجیوں نے خلافت راشدہ کے صحابہ کرام سے دشمنی کی حد پار کر دی تھی۔ ایک بار انہوں نے ایک صحابی رسول حضرت عبداللہ بن خباب رضی اللہ عنہ کو پکڑ لیا اور ان سے حضرت ابو بکر صدیق رضی اللہ عنہ، حضرت عمر فاروق اعظم رضی اللہ عنہ، حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ اور حضرت علی رضی اللہ عنہ کے بارے میں رائے طلب کی۔ انہوں نے ان سب کی تعریف کی تو انہیں شہید کر دیا ان کے ساتھ ایک خادمہ بھی تھی جو حاملہ تھی اسے شہید کر دیا ان خوارج کا زہد وتقویٰ کا اندازہ اس سے لگایا جا سکتا ہے کہ انسان کا قتل ان کے نزدیک کوئی اہمیت نہیں رکھتا تھا لیکن بقیہ معاملات میں یہ بڑے محتاط تھے۔ ایک جگہ ایک درخت سے کھجور گرا تو ایک خارجی نے اسے منہ میں ڈال لیا ایک ساتھی نے اسے ٹوکا کہ یہ کھجور لینا تمھارے لئے حرام ہے۔ اس نے منہ سے کھجور نکال کر پھینک دیا اور اپنا ہاتھ بھی کاٹ لیا۔ اس کردار کے لوگ اب بھی ہمارے سامنے نظر آتے ہیں جو انسانوں کے قتل کو بڑا مسئلہ نہیں سمجھتے ہیں لیکن چھوٹے چھوٹے معاملات میں زہد وتقویٰ کا بڑا اہتمام کرتے ہیں شام وعرب میں داعش، تو افریقہ میں بوکو حرام، القاعدہ گروپ وغیرہ وغیرہ۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے پہلے خوارج کو بہت سمجھایا، لیکن حضرت عبداللہ بن خباب رضی اللہ عنہ کا سن کر ان خوارج کا مقابلہ کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ آپ نے حضرت قیس بن سعد بن عبادہ رضی اللہ عنھم کی سربراہی میں ایک فوج خوارج کی طرف بھیجی۔ براہ راست حملہ کرنے کے بجائے پہلے خوارج کو دعوت دی کہ وہ قاتلین کو ان کے حوالے کریں اور توبہ کر کے مسلمانوں سے آ کر مل جائیں لیکن خوارج نے انکار کر دیا اور اس کے بعد حضرت ابو ایوب انصاری اور حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے بھی انھیں سمجھایا لیکن یہ کسی طرح نہیں مانے، اس کے بعد حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے ایک سفید جھنڈا کھڑا کر کے اعلان کیا کہ جو شخص جنگ کے بغیر اس جھنڈے کے نیچے آ جائے اسے امان حاصل ہوگی اور جو یہاں سے نکل کر کوفہ یا مدائن چلا جائے اسے بھی امان حاصل ہوگی متعدد خوارج نے اس آفر (پیشکش offer) سے فائدہ اٹھا کر امان حاصل کی۔ خوارج کی تعداد کل 4000 تھی جن میں سے 2800 آدمی عبداللہ بن وہب الراسبی کے ساتھ رہ گئے تھے۔ انھوں نے جنگ کی لیکن حضرت علی کرم اللہ وجہہ اور ان کے لشکر کے ہاتھوں سب مارے گئے۔ جنگ کے بعد حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے خوارج کے 400 زخمیوں کی مرہم پٹی کرائی اور انھیں ان کے قبائل میں بھیج دیا۔ آپ نے ان کا مال واسباب بھی واپس کر دیا۔ اس سے زیادہ اور اچھا سلوک کسی نے باغیوں سے کیا کیا ہوگا؟ وغیرہ وغیرہ۔ تفصیل کے لیے اسلامی تاریخ کا مطالعہ فرمائیں مضمون کی طوالت کا خوف بھی ستا رہا ہے اللہ اسی کو قبول فرمائے۔

حضرت علی رضی اللہ عنہ کی خلافت اور آپ کے اہم کارنامے: 35ھ میں مسلمانوں نے خلافت اسلامی کا منصب علی ابن طالب کے سامنے پیش کیا۔ آپ نے پہلے انکار کیا، لیکن جب مسلمانوں کا اصرار بہت بڑھ گیا تو آپ نے اس شرط کے ساتھ منظور کیا کہ میں بالکل قرآن اور سنت کے مطابق حکومت کروں گا اور کسی رو رعایت سے کام نہ لوں گا اس شرط کو مسلمانوں نے منظور کر لیا اور آپ نے خلافت قبول فرمائی۔ لیکن زمانہ آپ کی خالص مذہبی سلطنت کو برداشت نہ کر سکا، آپ کے خلاف بنی امیہ اور بہت سے وہ لوگ بغاوت کرنے لگے جنھیں آپ کی مذہبی حکومت میں اقتدار کے ختم ہونے کا خطرہ تھا، آپ نے سب کا مقابلہ کیا، آپ کے خلافت میں بہت اہم اور بڑے بڑے کام ہوئے۔ (اسلامی تاریخ کا مطالعہ فرمائیں) آپ کی خلافت کا ایک بہت بڑا دینی، علمی اہم کام ہوا، کتاب جامعہ کی، بنا بر روایت ابو بصیر علی ابن طالب نے اس میں اسلامی احکام رسول کریم ﷺ کی زبان مبارک کے ہوئے لکھے اور اس میں متعدد موضوعات کے حلال وحرام کے مسائل جمع فرمائے یہ ایک ضخیم کتاب ہے اسے کتاب علی بھی کہا جاتا ہے۔ احادیث پاک جمع فرمائیں بے شمار احادیث نبوی آپ نے نقل فرمائی ہیں چونکہ آپ سب سے زیادہ رسول کریم ﷺ کے قریب اور ساتھ رہے تو سب سے زیادہ فراہمی بخشتے تھے۔

حضرت مولیٰ علی کی خلافت میں عربی گرامر کی ابتدا: حضرت علی کرم اللہ وجہہ کا علمی مقام بہت بلند تھا اور کیوں نہ ہو کہ ان کی شان میں نبی کریم ﷺ کا فرمان عالیشان ہے کہ "میں علم کا شہر ہوں اور علی اس کا دروازہ ہیں۔" پوری حدیث پاک... میں شہر علم ہوں، ابو بکر اس کی بنیاد ہیں، عمر اس کی دیواریں ہیں، عثمان اس کی چھت ہیں اور علی اس کا دروازہ ہیں (رواہ الحاکم والطبرانی، 1089-1090، الشوکانی، 307-308، الفوائد المجموعہ)۔ حضرت علی کرم اللہ وجہہ الکریم عربی گرامر کے موجد ہیں (ایجاد کرنے والے ہیں) آپ ایسے علم کے موجد ہیں جس کے بغیر کوئی شخص عالم نہیں بن سکتا۔ آج اگر کوئی انسان عالم ہے اور قرآن وحدیث کو سمجھنے کی صلاحیت رکھتا ہے تو یہ صلاحیت صرف اسی علم کے بدولت ہے جس کے موجد باب العلم حضرت علی کرم اللہ وجہہ ہیں اور وہ علم عربی گرامر (Grammer) یعنی علم نحو ہے۔ ہر اہل علم اس بات کو جانتا ہے کہ کسی زبان کو سمجھنے کے لیے اس کی لغت کی معرفت حتمی ضروری ہے پھر عربی لغت کی اہمیت تو اور بڑھ جاتی ہے قرآن وحدیث کو پڑھنا، سمجھنا علم نحو اور صرف یعنی عربی گرامر کے بغیر ممکن نہیں، اسی لیے عربی گرامر کے متعلق کہا گیا ہے "علم صرف تمام علوم کی ماں ہے اور علم نحو ان سب کا باپ ہے" اور ان دونوں علوم کے موجد ومؤسس (بانی) (Founder) حضرت علی کرم اللہ وجہہ الکریم ہیں سب سے پہلے آپ ہی نے ان دونوں علوم کے بنیادی قوانین املا کرائے اور اسم، فعل اور حرف کی پہچان بتائی۔ پھر ان کے بتائے ہوئے علم کو بغرض سہولت دو حصوں میں تقسیم کر کے ایک کو "صرف" کا نام دیا گیا اور دوسرے کو "نحو" کا۔ حقیقت میں "صرف" "نحو" کا ایک حصہ ہے اور اس کے موجد حضرت علی کرم اللہ وجہہ الکریم ہیں۔ حضرت امیر المومنین نے بہت سے ایسے کاموں کی ابتدا فرمائی جس کے آثار صرف یہ کہ باقی وپائندہ ہیں بلکہ جب تک عربی زبان اور اس کے قواعد نحو وصرف باقی ہیں حضرت علی کا کارنامہ زندہ وجاوید رہے گا۔

ابو القاسم الزجاجی کی کتاب "امالی" میں لکھا ہے کہ (ابو الاسود رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ) میں حضرت علی کرم اللہ وجہہ کی خدمت میں حاضر ہوا آپ کو دیکھا کہ سر جھکائے متفکر بیٹھے ہیں میں نے عرض کیا، امیر المومنین! کس معاملے میں فکر مند ہیں؟ فرمایا: تمہارے شہر میں عربی غلط طریقے پر بولتے ہوئے سنتا ہوں اس لیے میں چاہتا ہوں کہ زبان کے اصول قواعد میں ایک یادداشت تیار کر دوں۔ میں نے عرض کیا: اگر آپ ایسا کر دیں تو ہمیں آپ کے ذریعہ زندگی مل جائے گی اور ہمارے یہاں عربی باقی رہ جائے گی۔ اس گفتگو کے تین روز بعد میں پھر آپ کی خدمت میں حاضر ہوا تو آپ نے ایک کاغذ مرحمت فرمایا اس میں علم نحو کے ابتدائی مسائل درج تھے۔" (تاریخ الاسلام للذہبی ملخصا، ج 2، ص: 479)۔

حضرت علی کے دور خلافت میں بہت سے کام ہوئے جن کے لکھنے کیلئے کتاب کی ضرورت ہوگی چھوٹے سے مضمون میں ممکن نہیں، آپ کی شان علمی بہت اعلیٰ ہے، بدنصیب لوگ ہیں جو آپ کی شان وعظمت سے انکار کرتے ہیں۔ آپ کے بے شمار خصائص وصفات ہیں چند ملاحظہ فرمائیں۔ ایک مرتبہ حضور ﷺ نے حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ کو سورہ التوبہ کے ساتھ بھیجا اور حضرت علی کو بھی ساتھ میں بھیجا تو فرمایا اس اعلان برات کے ساتھ فقط وہ شخص جائے گا جو مجھ سے ہے اور میں اس سے ہوں۔ "2۔ رسول کریم ﷺ سیدنا حسنین، فاطمہ اور علی رضی اللہ عنہ کو بلا کر ان پر چادر پھیلائی پھر دعا فرمائی: اے اللہ! یہ ہیں میرے اہل بیت ان سے ہر طرح کی پلیدی دور فرما دے اور انہیں خوب پاک فرما دے۔ 3۔ آپ بچوں میں سب سے اول شخص ہیں جو حضرت خدیجہ رضی اللہ عنہا کے بعد اسلام لائے آپ کے بے شمار فضائل وکمالات بے پناہ شجاعت سے دین اسلام کی تاریخ بھری پڑی ہے آپ انتہائی بہادر اور شجاع تھے آپ نے اسلام کی سب سے پہلی جنگ غزوہ بدر میں 72 مشرکین میں سے 36 کو آپ ہی نے واصل جہنم کیا تھا حضور کے زمانے کے بعد بھی اسلامی جنگوں میں آپ بنفس نفیس شریک رہے۔ اللہ سے دعا ہے کہ اللہ ہم سب کو آپ کا اور تمام اہل بیت کا اور تمام صحابہ کرام کا سچا عاشق بنائے اور سب کا احترام کرنے کی توفیق رفیق عطا فرمائے آمین ثم آمین۔

موبائل: 09386379632

خواجہ غریب نواز رحمۃ اللہ علیہ کی مومنانہ بصیرت واخلاق کریمانہ

عطائے رسول سلطان الہند "غریب نواز" حضرت خواجہ معین الدین چشتی اجمیری، سنجری رحمۃ اللہ علیہ ماہ ذی الحجہ 583ھ 1187ء مکہ مکرمہ کی حاضری کے بعد مدینہ طیبہ اپنے محبوب ﷺ کی بارگاہ میں پہنچے ہیں وہاں رسول کریم ﷺ نے آپ کو اپنے دیدار سے مشرف فرمایا اور ایک نظر میں مشرق سے لیکر مغرب تک سارے عالم کو دکھایا اور ہندوستان میں دین اسلام کی تبلیغ کا حکم فرمایا۔ خواجہ "غریب نواز" نے حکم کی تعمیل فرمائی اپنے ساتھ اور چالیس اولیائے کرام کو لیکر بغداد ہوتے ہوئے لاہور سے ہو کر دہلی تشریف لائے۔ لمبے سفر سے آپ کے پیروں میں سوجن اور چھالے پڑ گئے تھے اس وقت آپ کی عمر تقریباً چالیس سال تھی۔ آپ نے دہلی میں راجہ کھانڈے راؤ کے محل کے سامنے ایک مندر کے پاس قیام فرمایا اپنی مومنانہ بصیرت واعلیٰ اخلاق کریمانہ سے لوگوں کو سادہ اور سیدھی تعلیمیں دینے لگے۔ کھانڈے راؤ کے کارندوں اور بہت سے راجپوتوں نے آپ کے حسن اخلاق سے متاثر ہو کر اسلام قبول کر لیا پھر آپ نے یہ ذمہ داری اپنے خلیفہ حضرت قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ کے سپرد کر کے آپ 587ھ 1190ء کو اجمیر تشریف لے آئے۔ دین اسلام کے پھیلانے میں آپ کی جد وجہد کی بہت بڑی داستان ہے، جس پر عظیم کتابیں موجود ہیں اور آپ کی بے شمار کرامتیں ہیں جن پر کتابیں موجود ہیں، میرا مقصد ہے آپ کی مومنانہ بصیرت اور اخلاق کریمانہ پر مختصر روشنی ڈالنا جو آج کی اہم ضرورت ہے۔ آج جو ان کے نام کی روٹیاں کھا رہے ہیں وہ بھی مومنانہ بصیرت سے دور اور اخلاق سے خالی ہیں، بزرگوں کی سیرت ہمارے لئے مشعل راہ ہے اس پر عمل کر کے ہی ہم سچے پکے مسلمان بن سکتے ہیں۔

بصیرت اور مومن لازم وملزوم: ارشاد باری تعالیٰ ہے (القرآن، سورۃ الانفال 8، آیت 29) ترجمہ: اے ایمان والو! اگر تم اللہ کا تقویٰ اختیار کرو گے (تو) وہ تمھارے لئے حق وباطل میں فرق کرنے والی حجت (ہدایت) مقرر فرما دے گا اور تمھارے (دامن) سے تمھارے گناہوں کو مٹا دے گا، اور اللہ بڑے فضل والا ہے۔ تقویٰ (اللہ سے ڈر) کی خاصیت ہے کہ وہ انسان کو ایسی سمجھ عطا کر دیتا ہے جو حق اور باطل میں تمیز کرنے کی اہلیت رکھتی ہے اور گناہ کی ایک خاصیت یہ ہے کہ وہ انسان کی عقل خراب کر دیتا ہے جس سے وہ اچھے کو برا اور برے کو اچھا سمجھنے لگتا ہے۔ جو اللہ سے ڈرے اور اس کے حکم پر چلے تو اللہ تعالیٰ اسے تین خصوصی انعام عطا فرمائے گا۔ پہلا اسے فرقان (حق وباطل میں فرق کرنے) والا علم عطا فرمائے گا یعنی فراست ایمانی دل کو ایمانی نور عطا فرمائے گا۔ مومن کی فراست ایمانی کے بارے میں حدیث مطالعہ فرمائیں۔ حضرت ابو امامہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے، نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: مومن کی فراست ایمانی سے ڈرو وہ اللہ کے نور سے دیکھتا ہے۔ (ترمذی، مشکوٰۃ، حدیث 3254)۔

خواجہ غریب نوازؒ کی دینی بصیرت اور انا ساگر: اللہ رب العزت نے خواجہ غریب نواز رحمۃ اللہ علیہ کو بصیرت کی دولت سے مالا مال فرمایا تھا۔ انا ساگر وہی انا ساگر جو سلطان الہند خواجہ معین الدین چشتی اجمیری رحمۃ اللہ کے کوزے میں سما گیا، یہ بہت مشہور واقعہ ہے۔ اجمیر میں واقع ایک مصنوعی جھیل ہے جسے پرتھوی راج چوہان کے دادا اناجی چوہان نے 1135ء سے 1150ء کے دوران بنوایا تھا۔ ساگر ہندی میں سمندر کو کہتے ہیں۔ اسے اناجی چوہان نے بنوایا تھا اس لئے اس کا نام "انا ساگر" ہوا۔ ہندوستان کی چند خوبصورت جھیلوں میں سے ایک ہے۔ ایک بار آپ نے اپنے خادم کو پانی لانے کو کہا جب خادم انا ساگر پہنچا تو دیکھا کہ وہاں راجپوت سپاہیوں کا پہرہ ہے جب خادم نے پانی لینا چاہا تو سپاہیوں نے کہا تم یہاں سے پانی نہیں لے سکتے، خادم نے واپس آ کر ساری صورت حال خواجہ غریب نواز کی بارگاہ میں گوش گزار کی۔ اس پر آپ نے فرمایا میرا کوزہ لے جاؤ اور ان سے کہو ہم زیادہ پانی نہیں لیتے صرف یہ کوزہ بھرنے کی اجازت دے دو۔ خادم کوزہ لیکر وہاں پہنچا اور اجازت طلب کی، سپاہیوں نے سوچا ایک کوزہ ہی تو ہے لے جانے دو۔ انھوں نے اجازت دے دی اور ساتھ میں یہ بھی کہا کہ بس یہی کوزہ اس کے بعد پانی لینے نہ آنا۔ جب خادم نے کوزہ پانی میں ڈالا تو 13 کیلو میٹر پر پھیلا انا ساگر کوزہ میں سما گیا تھا۔ خواجہ غریب نواز نے اپنے کوزہ میں انا ساگر کے سارے پانی کو سمیٹ کر اپنی کرامت کا سکہ دلوں میں بٹھا دیا، چاروں طرف ہاہاکار مچ گیا لوگ اور جانور پیاس سے پریشان ہونے لگے آپ نے پھر وہی پانی اللہ کی مخلوق کی ضرورتوں، پیاس بجھانے کیلئے انا ساگر میں واپس کر دیا آپ کے اس عمل سے وہاں کے لوگوں میں آپ کی رحم دلی کا سکہ بیٹھ گیا (دشمنوں کو پیاسا مار دینا تو لوگوں کا وطیرہ رہا ہے)۔ اس واقعہ کے بعد لوگ جوق در جوق اسلام قبول کرنے لگے، آپ کی رحم دلی نے لوگوں کے دلوں کو اپنی طرف اور اسلام کی طرف متوجہ کیا، یہ ہے مومن کی بصیرت۔ بہت سے واقعات ہیں جن سے ہمیں سبق لینا چاہیے۔ خواجہ غریب نواز کی غریب نوازی سے ہم بھی مالا مال ہو جاویں۔

بڑے بڑے سلطان زمانہ آپ کی بارگاہ میں حاضری دے کر اپنے لئے فخر وناز سمجھتے ہیں، آپ اپنے پرائے سب کو دینی ودنیاوی دولتوں سے مالا مال فرماتے ہیں۔ پرتھوی راج نے آپ پر بے شمار مظالم کے پہاڑ توڑے لیکن قربان جائیے آقا ﷺ کے فرمان پر کہ ہندوستان جا کر اسلام پھیلاؤ، اس حکم پر آپ نے کتنے صبر واستقلال سے عمل کیا۔ پرتھوی راج نے حکم دیا کہ اجمیر سے نکل جاؤ 18 ہزار عالمین کا مشاہدہ فرمانے والے خواجہ غریب نواز نے اپنی مومنانہ بصیرت سے مومنانہ جلال میں آ کر پرتھوی راج کے بارے میں فرمایا "میں نے پرتھوی راج کو زندہ سلامت لشکر اسلام کے سپرد کیا"۔ آپ کا فرمان سو فیصد صحیح ثابت ہوا۔ تیسرے ہی روز فاتح ہندوستان شہاب الدین غوری کے لشکر نے ہندوستان پر لشکر کشی کی اور پرتھوی راج کے لشکر سے زبردست جنگ کی اور فتح حاصل کر کے پرتھوی راج کو گرفتار کر کے واصل جہنم کیا، اسی لئے آپ کو ہندوستان وپاکستان کا اصل بادشاہ کہا اور مانا جاتا ہے۔

خواجہ غریب نواز کا اخلاق کریمانہ: جب سے دنیا قائم ہے اس وقت سے آج تک ہر دور میں کسی نہ کسی علاقے میں کوئی اللہ کا بندہ ضرور ہوتا رہا ہے جس نے انسانوں کی سیرت وکردار کی تعمیر کی اور محبت کا پیغام دیا۔ اللہ کے نیک بندوں نے انسانوں کو ہمیشہ اخلاقی تعلیم سے سرفراز کیا، ان میں حضور خواجہ غریب نواز رحمۃ اللہ علیہ بھی صف اول میں نظر آتے ہیں، اسلام اپنی اخلاقی تعلیمات کی وجہ سے پھیلا اور پھیلتا رہے گا آنے والی صبح قیامت تک۔ جنگ بدر کے قیدیوں سے حسن سلوک ہو یا فتح مکہ کے بعد دشمنوں کو عام معافی دینا اور صوفیائے کرام کی اخلاقی قدروں نے اسلام کو پھیلانے میں نمایاں کردار ادا کیا۔ بے شمار واقعات تاریخ کے صفحات میں موجود ہیں۔ خواجہ غریب نواز کے اخلاق کریمانہ نے اسلامی تعلیمات کا عملی نمونہ پیش کیا۔ ہر خاص وعام ہر مذہب کے لوگوں پر آپ کا پیار، محبت، شفقت واخلاق کریمانہ کی مسلسل بارش ہوتی رہی تھی تو ہندوستان کے بت پرستی بھرے ماحول میں بھی لاکھوں لوگوں کا اسلام قبول کر لینا بہت بڑی بات ہے۔ دلوں پر زبردستی نہیں محبت سے قبضہ کیا جاتا ہے۔ یہ کام صوفیائے کرام نے بخوبی کیا اور خواجہ غریب نواز نے بدرجہ اتم کیا تبھی تو آپ کو غریب نواز جیسے اعلیٰ خطاب سے آج تک یاد کیا جاتا ہے۔

hhmhashim786@gmail.co Mob.:09279996221

فرمان الٰہی

ڈاکٹر مولانا صباح اسماعیل ندوی، علیگ، قسط: 1144

شرک کی کوئی دلیل نہیں

حا میم ☆

یہ کتاب نہایت اہتمام کے ساتھ خدائے عزیز وحکیم کی طرف سے نازل کی گئی ہے۔ ☆

ہم نے ارض وسماوات اور ان کے درمیان کی چیزوں کی تخلیق نہیں کی مگر ایک حقیقی غایت اور معین مدت کے لیے۔ اور وہ لوگ جنھوں نے کفر کیا اس چیز سے اعراض کیے ہوئے ہیں جس سے ان کو آگاہ کیا گیا ہے۔ ☆

کہہ دیجیے کہ کبھی تم نے غور بھی کیا ان چیزوں پر جن کو اللہ کے سوا تم پوجتے ہو؟ مجھے دکھاؤ کہ زمین کی چیزوں میں سے انھوں نے کون سی چیز تخلیق کی ہے یا ان کی آسمانوں میں کون سی شراکت ہے! میرے سامنے اب سے قبل کی کوئی کتاب پیش کر دو یا کوئی ایسی روایت جس کی بنیاد علم پر ہو، اگر تم اپنے دعوے میں صادق ہو۔ ☆

اور ان سے بڑھ کر گمراہ کون ہو سکتا ہے جو اللہ کے سوا ان کی دہائی دیتے ہیں جو یوم قیامت تک ان کو جواب دینے والے نہیں ہیں اور وہ ان کی دعاؤں سے غافل بھی ہیں! ☆

اور جب لوگ اکٹھے کیے جائیں گے تو وہ ان کے دشمن اور ان کی عبادت کے منکر ہوں گے۔ ☆

اور جب ہماری نہایت واضح آیتیں ان کے سامنے تلاوت کی جاتی ہیں تو یہ کافر لوگ حق کی بابت، جب کہ وہ ان کے پاس آ گیا، کہتے ہیں کہ یہ تو کھلا ہوا سحر ہے۔ ☆

کیا یہ لوگ کہتے ہیں کہ اس نے اس کو گھڑ لیا ہے؟ کہہ دیجیے کہ اگر میں نے اس کو گھڑا ہے تو تم لوگ مجھے خدا سے ذرا بھی نہ بچا سکو گے اور تم جو حق سازیاں کر رہے ہو وہ اس کو خوب معلوم ہے، وہ میرے اور تمہارے درمیان شہادت کے لیے کافی ہے اور وہ بڑا ہی غفور ورحیم ہے۔ ☆

کہہ دیجیے کہ میں کوئی پہلا رسول نہیں ہوں اور میں نہیں جانتا کہ میرے ساتھ کیا معاملہ کیا جائے گا اور تمہارے ساتھ کیا معاملہ کیا جائے گا۔ میں تو صرف اس بات کی اتباع کرتا ہوں جو میری طرف وحی کی جاتی ہے اور میں تو صرف ایک کھلا ہوا آگاہ کرنے والا ہوں۔ ☆

کہہ دیجیے کہ اس وقت کیا ہوگا اگر یہ اللہ کی جانب سے ہوا اور تم نے اس کے ساتھ کفر کا معاملہ کیا اور بنی اسرائیل میں سے ایک شاہد نے اس کے مانند کتاب کی شہادت بھی دی ہے سو وہ تو اس پر ایمان لایا اور تم نے تکبر کیا! بے شک اللہ ظالموں کو راہ یاب نہیں کرتا! ☆

—سورۃ الاحقاف— رکوع: 1 — آیت: 1 تا 10 — پارہ: 26—

سورۃ الاحقاف سے 26واں پارہ کا آغاز ہوتا ہے۔ اس کے پہلے رکوع میں اللہ جل شانہ نے تخلیق کائنات اور تخلیق ارض وسماوات کا ذکر کرتے ہوئے فرمایا ہے کہ جب پوری دنیا کا خالق ایک اکیلا اللہ تعالیٰ ہے تو اس کے مالک کئی ایک کیسے ہو سکتے ہیں، اور اگر اللہ نے اپنی کائنات میں کسی کو حصہ داری دی ہے تو اس کا اعلان بھی تو صرف اسی کی جانب سے ہو سکتا ہے اور اس نے ایسا کوئی اعلان بھی کیا ہی نہیں۔ خدا کی باتیں خدا کی کتابوں میں موجود ہیں۔ کہیں سے کوئی آیت یا روایت لا کر دکھاؤ جس سے معلوم ہو کہ اللہ نے اس کائنات میں کسی کو اپنا شریک بنایا ہے۔

شرک کے حق میں کوئی دلیل نہیں ہے اس پر تبصرہ کرتے ہوئے امین احسن اصلاحی لکھتے ہیں: "یہ ان لوگوں کے اعراض کے اصل سبب پر ضرب لگائی ہے کہ ان کا اعتماد چونکہ اپنے موہوم شرکا وشفعاء پر ہے اس وجہ سے یہ قرآن کے انذار کی کوئی پروا نہیں کرتے ہیں۔ ان کا خیال یہ ہے کہ اول تو قیامت محض ایک ڈراوا ہے جس کی کوئی حقیقت نہیں اور اگر اس کی کچھ حقیقت ہے بھی تو ہم جن معبودوں کی پرستش کر رہے ہیں وہ ہم کو ہر خطرے سے بچا لیں گے۔ فرمایا کہ ان لوگوں سے کہو کہ تم اللہ کے سوا جن چیزوں کو پکارتے ہو کبھی ان پر غور بھی کیا ہے کہ ان کی کچھ حقیقت بھی ہے یا یہ محض تمہارے ذہن ہی کی ایجاد ہیں! اگر تم ان کی کچھ حقیقت سمجھتے ہو تو ذرا مجھے بھی دکھاؤ کہ انھوں نے زمین یا اس کی چیزوں میں سے کیا چیز پیدا کی ہے یا آسمانوں کی تخلیق میں ان کا کیا حصہ ہے! مطلب یہ ہے کہ خدا کے شریک بننے کے حق دار تو صرف اسی شکل میں ہو سکتے ہیں جب آسمان وزمین کی تخلیق میں ان کا کوئی حصہ ہو۔ اگر اس میں ان کا کوئی حصہ نہیں ہے تو آخر ان کو اس خدا کے حقوق میں شریک کرنے کے کیا معنی جو آسمانوں اور زمین اور ان کے درمیان کی ساری چیزوں کا خالق ہے۔ وہ خالق ہو کر کس طرح گوارا کرے گا کہ اس کی پیدا کی ہوئی دنیا کے مالک دوسرے بن بیٹھیں اور تم نے یہ کس طرح جائز سمجھا کہ اس کی اجازت کے بغیر دوسروں کو اس کی حکومت اور اس کے حقوق میں شریک بنا دو! یہاں یہ واضح رہے کہ مشرکین عرب ہر چیز کا خالق اللہ تعالیٰ ہی کو مانتے تھے۔ اس وجہ سے اس دلیل کی بنیاد ایک ایسی حقیقت پر ہے جو ان کے نزدیک بھی مسلّم تھی۔

'اثارۃ' اس روایت کو کہتے ہیں جو سلف سے منقول ہوتی چلی آ رہی ہو، اس کے ساتھ 'من علم' کی قید [illegible]

نعت حبیب ﷺ

ہم جو سنت میں ڈھلنے لگے ہیں
خود اندھیرے ہی جلنے لگے ہیں

بر زباں آتے ہی نام احمد
غم خوشی میں بدلنے لگے ہیں

فیض نعت حبیب خدا سے
جو مصائب تھے ٹلنے لگے ہیں

سنگ دل گفتگوئے نبی سے
اپنی فطرت بدلنے لگے ہیں

اللہ اللہ وہ انگشت آقا
جن سے چشمے ابلنے لگے ہیں

حکم پاکر میرے مصطفےٰ کا
پیڑ پودے بھی چلنے لگے ہیں

صرف نام عمر سن کے زاہد
سارے کافر دہلنے لگے ہیں

محمد زاہد رضا بنارسی، بھدوہی

پھل اور سبزیوں کے استعمال کا درست طریقہ جانیے

۔صحت بخش غذا کا انتخاب پھلوں اور سبزیوں کی صورت میں تو کرلیتی ہیں، مگر یہ نہیں جانتیں کہ انہیں کاٹنے کھانے، پکانے وغیرہ کے صحیح طریقے کیا ہیں۔اس طرح وہ یا تو زیادہ کیلوریز لے لیتی ہیں یا پھر بہت کم اور یہ گڑ بڑ زیادہ تر وہ خواتین کرتی ہیں جو معلومات نہ ہونے کے باوجود اپنا ڈائٹنگ پلان خود تیار کرتی ہیں۔

قدرت نے ٹھنڈے، گرم اور معتدل موسم کا مقابلہ کرنے کے لیے انسان کے لیے موسمی پھل اور سبزیاں پیدا کی ہیں۔

بعض اوقات ان کا غلط وقت پر اور غلط طریقے سے استعمال کرکے کئی لوگ انہیں فائدے مند بنانے کے بجائے نقصان دہ بنا لیتے ہیں۔ایک دوسرے کی ضد والی سبزیاں اور پھل بغیر آگاہی کے کھائے جاتے ہیں۔ساتھ ہی غلط طریقے سے سبزیاں پکائی اور کھائی جارہی ہوتی ہیں۔مختلف انداز کے ساگ ابال کر کھانے یا بھاپ میں پکانے کے بجائے بھون بھون کر کھائے جارہے ہیں۔

کچی کھانے والی یا بھاپ میں پکانے والی سبزیاں گھی تیل میں تل کر یا بگھار کر اور بھون کر استعمال کی جاتی ہیں۔

ماہرین غذا کا کہنا ہے کہ خوراک اگر درست طریقے سے نہ پکائی جائے، پھل اور سبزیاں درست طریقہ سے نہ کاٹی اور نہ کھائی جائیں تو ان کی افادیت کم یا ختم ہوجاتی ہے۔پھل اور سبزیوں کو کاٹنے، پکانے اور کھانے کے لیے درست طریقوں سے آگاہی حاصل کیجیے، ورنہ دبلی ہونا ممکن نہیں ہوسکے گا۔

ماہرین غذا کا کہنا ہے کہ وزن گھٹانے کی خواہش مند خواتین آلو کو بھول جائیں۔لیکن اگر آلو کھانا ضروری ہے تو ابلے ہوئے آلو کھائیں یا اس کا بھرتا بنا کر اس میں لیموں یا سرکہ ضروری شامل کریں۔

اسی طرح ہرے، گول اور موٹے مٹر دیکھ کر ان کی طرف نہ لپکیں، تلے ہوئے موٹے مٹر موٹاپے کا سبب بنتے ہیں۔بھٹے اور مکئی کے دانے وزن بڑھا سکتے ہیں لہٰذا ان سے پرہیز کرنا چاہیے، نہ ابلے ہوئے، نہ بھنے ہوئے اور نہ ہی نمک لیموں لگے ہوتے۔

فیشن اور شوق میں سلاد کے پتے کھا کر ڈائٹنگ کرنے والی خواتین کو معلوم ہونا چاہیے کہ ماہرین خوراک ایسے کئی پتوں کو موٹا کرنے والی سبزیوں میں شامل کرتے ہیں۔

ہارورڈ اسکول آف پبلک ہیلتھ کے ایک تجزیے میں بتایا گیا ہے کہ انھوں نے ڈائٹنگ کرنے والے تیس ہزار سے زائد امریکی مرد اور عورتوں سے ان کی خوراک سے متعلق تفصیلی معلومات حاصل کیں تو یہ پتا چلا کہ وہ اپنی غذا میں جو 131 غذائی اجزا لے رہے تھے ان میں بہت سے ایسے پھل اور سبزیاں شامل تھیں جنھیں وہ غلط طریقے سے کھا رہے تھے، وہ ورزش بھی نہیں کرتے تھے جس سے یہ پتا چلا کہ متوازن صحت مند پھل اور سبزیاں استعمال کرنے والوں کا وزن صرف اس لیے کم نہیں ہوا کہ وہ ان کو غلط طریقوں سے کاٹ کر اور پکا کر کھا رہے تھے۔اگر ایسا کیا جائے تو جو اشیاء وزن کم کرنے میں معاون ہیں، وہی وزن بڑھانے کا سبب بن سکتی ہیں۔غذا سے فوائد حاصل کرنے کے لیے غذا کی درست تعداد، اسے کاٹنے پکانے کا بھی صحیح طریقہ معلوم ہونا چاہیے۔ماہرین غذا کا کہنا ہے کہ کوئی بھی پھل یا سبزی کھانے سے پہلے یہ ضرور معلوم کرلیں کہ اس میں کتنے حرارے یا کیلوریز ہیں، ورنہ ان کی وجہ سے ہوسکتا ہے کہ وزن ایک ہی سطح پر برقرار رہے۔ماہرین غذا کا یہ بھی کہنا ہے کہ کچی پکی، ابلی غذا کی مقدار ایک مٹھی، ایک پیالہ، ایک کپ اور ایک گلاس سے زیادہ نہ ہونے دیں۔اسی طرح کیلا بھی موٹاپے کا سبب بن سکتا ہے۔

بیر، کریلا، میتھی اور چولائی کا ساگ کھانے میں احتیاط کریں۔جن پھلوں میں زیادہ شکر ہوتی مثلاً آم، کیلا، ان کی فروٹ چاٹ بھی زیادہ نہ کھائیں۔اگر کھانا ہی ہے تو اس میں لیموں یا نارنگی کا جوس ڈال کر کھائیں۔

کم کیلوریز والا سلاد کھائیں۔پھلوں کے مربے کھانے سے گریز کریں۔سبزیوں کو بھون کر نہ کھائیں۔نرم اور پتے والی سبزیاں ابال کر یا بھاپ میں پکائیں۔سخت سبزیوں کو کدوکش کرکے پکائیں۔پانی والی سبزیاں کو تیل میں نہ پکائیں، بلکہ بغیر پانی کے بھاپ میں پکائیں یا دھیمی آنچ پر پکائیں جن میں ساگ، توری، بھنڈی، گھیا، کدو، گاجر، چقندر، پھول گوبھی، مولی، بینگن وغیرہ کو ان کے اپنے پانی میں گلا کر پکائیں، اوپر سے بگھار کر مسالے ڈال دیں۔

گودے والی سبزیاں کم پانی اور دھیمی آنچ پر بڑے ٹکڑے کرکے پکائیں جیسے مشروم، پیاز، شلجم، چقندر

لوکی، ٹنڈے وغیرہ کو ابالنا زیادہ سودمند ہے، مگر ابالتے وقت اتنا ہی پانی ڈالیں جتنے میں وہ گل جائیں اور پانی خشک ہوکر انہی میں جذب ہوجائے۔

سبزیاں پکانے سے پہلے کاٹ کر نہ رکھیں بلکہ پکاتے وقت کاٹیں ورنہ ان کی افادیت کم ہوجائے گی۔

ریشے والے آم کو نرم کرکے چوسیں، اسے کاٹ کر نہ کھائیں۔اگر آم کاٹ کر کھانے ہیں تو اس کی لمبائی میں قاشیں کاٹ کر چھوٹے ٹکڑے کرلیں تا کہ اس کے وٹامنز ضائع نہ ہوں۔سیب کو گولائی میں نہ کاٹیں بلکہ اس کی قاشیں کرلیں۔انگور، لیچی، بیریاں، انار وغیرہ کا رس نکالنے کے بجائے انہیں ثابت کھائیں۔

امرود، ناشپاتی، مٹھے، آڑو وغیرہ کو چار چار ٹکڑے کرکے کھائیں۔

آلو چہ، خوبانی وغیرہ کو دو ٹکڑے کرکے کھائیں، چھری نہ لگائیں تو اچھا ہے۔ترش پھلوں کو ہاتھ سے توڑ کر استعمال کریں۔کھیرے، ککڑی اور شملہ مرچ کو لمبائی میں کاٹ کر کھانا مفید ہے۔ٹماٹر سے بھرپور فائدہ اٹھانے کے لیے اسے چار ٹکڑے کرکے کھائیں، نہ ثابت کھائیں اور نہ زیادہ قتلے کریں۔زیادہ بہتر ہوگا کہ اس کا چھلکا اتار کر کھائیں۔اسی طرح گوار پھلی، سیم کی پھلی، مونگرے اور پالک سمیت تمام ساگ ہاتھ سے توڑ کر پکائیں۔

بھنڈی، توری، لوکی وغیرہ قتلے کرکے پکائیں۔بند گوبھی، کھیرا، ککڑی، پیاز لہسن، ہری مرچ، گاجر، شلجم، چقندر کو کچا کھانا مفید ہے۔

گوشت میں چقندر اور شلجم چار ٹکڑے کرکے ڈالیں۔ادرک لہسن ہمیشہ کاٹ کر استعمال کریں، ثابت یا بڑے ٹکڑے نہ کریں۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ انار کو اس کے دانوں پر لپٹی جھلی کے ساتھ کھائیں، کیوں کہ یہ جھلی انار کے دانوں کو معدے میں ہضم ہونے میں مدد دیتی ہے اور مقوی معدہ ہے۔ماہرین غذا کا کہنا ہے کہ جو چیز چھلکے سمیت بہ آسانی کھائی جاسکتی ہے، اس کا چھلکا نہ اتاریں ورنہ وٹامن ضائع ہوجائیں گے جیسے سیب، چیکو، آڑو، آلو چہ اور کھیرا وغیرہ۔جو سبزیاں چھلکوں سمیت کھانے میں مفید ہیں، ان میں کدو، لوکی، توری، چقندر، شلجم وغیرہ شامل ہیں۔

ان سبزیوں کے چھلکوں میں ہی وٹامن، منرلز، معدنیات اور نمکیات وغیرہ کا خزانہ جمع ہوتا ہے۔

سیب ایک غذائی حقیقت

چند اہم غذائی اجزاء میں گھلنے والے فائبر کرومیئم اور گلومیٹول شامل ہیں۔ان میں پولی فینولکز جیسا مفید جزو بھی شامل ہے۔انکے علاوہ وٹامن A اور C، کیلشیئم، آئرن، گلوکوز اور فرکٹوس کی زیادہ مقدار کی وجہ سے توانائی کا بہترین ذریعہ ہے۔دماغی کام کرنے والوں کے لئے بھی یہ پھل اکسیر ہے۔یہ قوت حافظہ کو بہتر بناتا ہے۔طلبہ اگر امتحانات سے چند ہفتے قبل روزانہ اسے کھانے لگیں تو اس کا کرشمہ نتائج کی بہتری کی شکل میں دیکھ سکیں گے۔یہ لاجواب تحفہ ہے۔بھولنے کے مرض نسیان کے مریضوں کے لئے بہترین ہے۔Quercetin کی اہمیت: سیب میں موجودہ ایک جزو Flavonoid ہے جسے Quercetin کہا جاتا ہے۔اس میں مانع تکسیدی یعنی آکسیڈنٹس کی خوبیاں پائی جاتی ہیں۔یہ پھیپھڑوں کے کینسر سے محفوظ رکھنے والا جزو ہے۔

کھانسی کا تریاق: ایک پکا ہوا سیب کوٹ لیں یا اس کا رس نکال کر اس میں چٹکی بھر مصری ملا کر ناشتے میں کھائی جائے تو پرانی کھانسی کو بھی آرام آتا ہے۔

فائبر کی غذا ایک تحقیق کے مطابق سیب اعلیٰ فائبر پر مشتمل پھل ہے۔یہ فائبر کولیسٹرول کو کم کرتا اور دل کی شریانوں کی بیماری سے تحفظ فراہم کرتا ہے۔اس میں موجودہ فینولک مرکب برے کولیسٹرول کو بڑھنے سے روکتا ہے۔اہم حرارے (کیلوریز) کھانے سے قبل سیب کھایا جائے تو خواتین میں وزن کم کرنے کا باعث بنتا ہے۔ایک سیب میں 50 سے 80 کیلوریز ہوتی ہیں۔قبض دور کرنے کے لئے بھی ایک سیب شام اور ایک صبح کھانا مفید ہے۔جن بچوں کے منہ میں چھالے ہوجاتے ہوں انہیں آدھے لیٹر پانی میں 20 منٹ تک سیب پکا کر کھلانے سے فائدہ ہوتا ہے تاہم اس محلول میں ایک چائے کا چمچ شہد ضرور ملا لیا جائے تو بہتر ہے۔سیب جگر کو زہریلے مادوں سے پاک رکھتا ہے۔سیب کے سرکے سے خون میں شکر کی سطح متوازن رکھی جاسکتی ہے۔ذیابیطس کی ٹائپ 2 میں بے حد مفید ہے۔

انتباہ

اچھی قسم کے بعض سیب کی اقسام پر انہیں مزید چمکدار اور تروتازہ رکھنے کے لئے ویکس پالش کی جاتی ہے جو مضر صحت ہے۔اس لئے ایسے سیب کا چھلکا اتار کر کھانا چاہئے۔

ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ بچاؤ کیسے ممکن

گردن اور ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ سے بچاؤ کے لئے ممکن ہے؟

ہمیں تشویش اس بات پر ہوتی ہے کہ وہ بچے جو دن بھر فون استعمال کرتے رہتے ہیں انہیں ان مسائل کا ادراک ہے بھی یا نہیں ہے۔بیشتر آرتھوپیڈک سرجنز کہتے ہیں کہ فون استعمال کرتے وقت ضرور تا نیچے دیکھا جاتا ہے۔یہ نظر سرسری نہیں ہوسکتی کیونکہ جب آپ کوئی میسج ٹیکسٹ کرنے کا مرحلہ عبور کررہے ہوتے ہیں۔

اس وقت آپ کی گردن اس حد تک جھکی ہوتی ہے جتنی کمپیوٹر پر آن لائن براؤزنگ کرتے ہوئے یا ویڈیو دیکھتے ہوئے نہیں جھکتی۔عام طور پر لوگ اپنی گردن تقریباً 45 ڈگری کے زاویے پر رکھتے ہیں اور کھڑے رہنے کے مقابلے میں جب وہ بیٹھے ہوتے ہیں تو ان کی گردن مزید خراب پوزیشن میں ہوتی ہے۔

اگر گردن کو زیادہ موڑ کر رکھا جائے تو ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ بتدریج بڑھتا جاتا ہے اگر جھکے بغیر سامنے کی جانب دیکھا جائے تو اس وقت سر کا وزن تقریباً 10 سے 12 پونڈ ہوتا ہے۔

اگر گردن کو 25 ڈگری کی حد تک موڑا جائے تو سر کا وزن 27 پونڈ تک محسوس ہوتا ہے۔گردن کو ہم جتنے درجے جھکاتے رہتے ہیں ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ بڑھتا جاتا ہے۔

ڈاکٹر لین سین نے خدشہ ظاہر کیا کہ آج 8 برس کے بچے بھی موبائل سے چپکے رہتے ہیں بہت ممکن ہے کہ جب وہ 28 برس کی عمر تک پہنچیں تو انہیں ریڑھ کی سرجری کی ضرورت پیش آئے۔انہوں نے مزید کہا کہ وہ بچے جن کی ریڑھ کی ہڈی بدستور نشوونما کے مرحلے سے گزر رہی ہوں اور پوری طرح تشکیل نہ پاسکی ہوں، ان کے بارے میں یقین سے نہیں کہا جاسکتا کہ اس رجحان کے باعث ان کی صحت پر کس حد تک خراب اثر پڑتا ہے یا ان کی جسمانی ساخت میں کیا تبدیلی ہو سکتی ہے۔

Text Neck posture سے کیسے بچا جائے؟

اگر لوگ ٹیکسٹنگ کے دوران سیل فونز استعمال کرتے ہوئے اپنے دونوں ہاتھ اور دونوں انگوٹھے کام میں لائیں۔اسمارٹ فون کے استعمال سے ہٹ کر ان اسپائنل سرجنز نے کمپیوٹر اور ٹیبلٹس کے استعمال سے متعلق مفید مشورے بھی دے دئے۔

مثال کے طور پر ایسے Stands استعمال کئے جائیں جو ان کی آنکھوں کو اسکرین کی سیدھی میں رکھ سکے۔

انہیں دیکھنے کے لئے گردن جھکانے کی ضرورت نہ ہو۔

لیپ ٹاپ کے لئے بھی اس طریقہ کار کی سفارش کی ہے اور کہا ہے کہ وہ الگ کی بورڈ اور ماؤس استعمال کریں تا کہ لیپ ٹاپ آنکھ کی سطح کے برابر ہو اور وہ جو کچھ ٹائپ کریں تو گردن کو آرام دہ پوزیشن پر رکھنے کی کوشش کریں۔اسمارٹ فون استعمال کرنے والوں کے لئے مناسب جسمانی ہیئت اختیار کرنے کی سفارش کرنا بہت مشکل کام ہے کیونکہ اگر ہم فون کو اپنی آنکھوں کی سطح کے برابر لانے کی کوشش کریں تا کہ نیچے دیکھنے والے Posture سے محفوظ رہیں تو ایسی صورت میں کاندھے دکھنے کا اندیشہ ہے کیونکہ اس وقت ہم اپنے بازو اور کاندھے اٹھائے رکھنے پر مجبور ہوں گے۔

زیادہ عملی سفارش یہ کی جاسکتی ہے کہ اسمارٹ فون کے استعمال کے دوران اکثر و بیشتر وقفہ دیں اور کوئی ایسی ورزش کریں جس سے گردن اور کاندھوں کے پٹھے مضبوط ہوں۔

بواسیر سے چھٹکارا ممکن

محمد عثمان حمید

بواسیر دراصل مقعد (ANUS) میں پائی جانے والی خون کی رگوں کی رسولی ہے، جو ان پر متواتر پڑنے والے خون کے دباؤ کی وجہ سے پیدا ہوجاتی ہے، خاص طور پر جب یہ دباؤ پیٹ اور جسم کے نچلے حصے میں موجود خون کی رگوں پر پڑ رہا ہو تو کوئی نہ کوئی رگ اس دباؤ کو برداشت نہ کرنے کی وجہ سے پھول جاتی اور مسے کی شکل اختیار کرلیتی ہے۔

مسوں کے لحاظ سے بواسیر کی تین قسمیں ہیں: ایک اندرونی، دوسری درمیانی اور تیسری بیرونی۔اندرونی بواسیر میں مسے گہرائی میں اندر کی طرف ہوتے ہیں اور انھیں عام حالت میں دیکھا یا محسوس نہیں کیا جاسکتا۔ان میں درد یا تکلیف زیادہ نہیں ہوتی۔یہی حالت بیرونی بواسیر میں ہوتی ہے، مگر اس صورت میں مسوں سے خون کا اخراج ہوتا رہتا ہے۔

درمیانی بواسیر میں درد، سوزش اور خون کا اخراج تینوں چیزیں زیادہ ہوتی ہیں۔

بیرونی بواسیر میں بیٹھنے، سواری پر چڑھنے یا فضلے کی رگڑ کی وجہ سے تعدیہ (انفیکشن) ہوجانے کا خطرہ ہوتا ہے۔اگر تعدیہ ہوجائے تو سوزش بڑھ جاتی اور تکلیف و درد میں اضافہ ہوجاتا ہے اور مسوں کو اندر کرنا دشوار ہوجاتا ہے۔ایسے مسے جن سے خون کا اخراج ہوتا ہے، خونی بواسیر پیدا کرتے ہیں اور وہ مسے جن سے خون کا اخراج نہیں ہوتا، بادی بواسیر پیدا کرتے ہیں۔

یہ مرض عام طور پر ان لوگوں کو لاحق ہوتا ہے، جو بہت تیز مرچ مسالوں والی غذائیں کھاتے ہیں اور روغنی و نشاستے (کاربوہائیڈریٹ) والی، خصوصاً میدے سے بنی ہوئی غذاؤں کے عادی ہوتے ہیں۔یہ لوگ گوشت زیادہ کھاتے ہیں۔سبزیاں ان کی غذا میں شامل نہیں ہوتیں اور اگر ہوتی بھی ہیں تو بہت کم مقدار میں۔بواسیر ہونے کا ایک اہم سبب قبض ہے۔

چوں کہ قبض کی وجہ سے مقعد میں خون کی رگوں پر مسلسل دباؤ پڑتا رہتا ہے، لہٰذا دورانِ خون میں رکاوٹ پیدا ہوکر رگیں پھول جاتی ہیں اور مسے بن جاتے ہیں۔

پھر قبض کی صورت میں سخت اور خشک فضلہ خارج ہوتا ہے۔اس کی رگڑ اور خراش سے خون کی رگوں کے منہ کھل جاتے ہیں اور زخم پیدا ہوکر خون خارج ہونے لگتا ہے، جو بعد میں مسے کی شکل اختیار کرلیتا ہے۔پیٹ کے کیڑے، خاص طور پر چلونے (THREAD WORMS) بھی اس مرض کی پیدائش میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

چوں کہ وہ آنت کے نچلے حصے میں ہی رہتے ہیں اور رات کو مقعد میں انڈے دینے کا سلسلہ شروع کرتے اور کاٹتے ہیں، جس کی وجہ سے مقعد میں سخت بے چینی اور خارش ہوتی ہے۔

ان کے کاٹنے اور مریض کے کھجانے سے مقعد میں زخم ہوجاتے ہیں اور مستقل خراش رہنے سے بواسیر کا خدشہ رہتا ہے۔بعض اوقات چوٹ لگنے، زخم ہوجانے یا ناسور بن جانے کے بعد بھی بواسیر ہوجاتی ہے۔

بواسیر صرف قبض کی وجہ سے ہی نہیں ہوتی، بلکہ زیادہ دنوں تک دستوں کا آنا بھی اس کے اسباب میں شامل ہے، خاص طور پر جب تیز اثرات والی ادویہ زیادہ عرصے تک کھائی جائیں یا دستوں میں ایسے تیز مادّے خارج ہورہے ہوں، جو جلن و خراش پیدا کرتے ہیں۔

جگر کے امراض کے نتیجے میں بھی بواسیر ہوجاتی ہے، خصوصاً جب جگر کا فعل سست ہوجائے اور اس سے متعلقہ خون کی رگوں میں دورانِ خون سست ہوکر خون اکٹھا ہونے لگے۔

ایسے افراد جو شراب نوشی کرتے ہوں، وہ بھی بواسیر کے مرض میں مبتلا ہوجاتے ہیں۔کبھی یہ مرض ایک ہی خاندان کے افراد میں زیادہ دیکھنے میں آتا ہے۔اس کی بڑی وجہ ان کی غذائی عادات اور رہن سہن کے طریقے ہوتے ہیں۔

مثال کے طور پر بعض خاندان یا خاص علاقے کے لوگوں میں تیز مرچ مسالے کھانے کا رواج ہوتا ہے۔بعض لوگ چکنائی اور گوشت زیادہ کھاتے ہیں۔کچھ لوگوں کو کھیل کود اور ورزش سے دلچسپی نہیں ہوتی۔

بعض طبقے کاروباری مصروفیات کی وجہ سے ورزش کے لیے وقت نہیں نکال پاتے، حتیٰ کہ ان کے کام کی نوعیت ایسی ہوتی ہے کہ انھیں زیادہ وقت بیٹھنا پڑتا ہے اور وہ ذاتی گاڑی سے ہی دفتر اور گھر آتے جاتے ہیں، جس کی وجہ سے انھیں پیدل چلنے کے مواقع نہیں ملتے۔

کبھی یہ مرض موروثی طور پر والدین سے بچوں میں بھی منتقل ہوجاتا ہے۔اکثر یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ عورتوں میں دورانِ حمل بواسیر کی شکایت ہوجاتی ہے۔رحم میں بچہ جوں جوں بڑا ہوتا ہے، رحم کا دباؤ آس پاس کی خون کی رگوں پر پڑتا ہے، جس کی وجہ سے وہاں خون رکنے لگتا ہے۔خون کی رکاوٹ رگوں کی دیواروں پر دباؤ ڈال کر مسے پیدا کردیتی ہے۔اس طرح کی بواسیر اکثر بچے کی پیدائش کے بعد دور ہوجاتی ہے، مگر کبھی کبھی یہ بعد میں بھی پیچھا نہیں چھوڑتی۔

پہلے حمل میں اس کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں، اس وقت جب بچہ غیر معمولی طور پر تندرست ہو، جڑواں بچوں کی پیدائش متوقع ہو، ماں مٹاپے کی طرف مائل ہو یا دورانِ حمل اسے شدید قبض کی شکایت رہے۔ان لوگوں میں بھی بواسیر پیدا ہونے کا خدشہ رہتا ہے، جو گیلی جگہ پر بہت دیر تک بیٹھے رہیں، استنجے کے بعد نمی دیر تک برقرار رہے اور پوری طرح سے صفائی کا خیال نہ رکھیں۔

بعض اوقات بواسیر برسوں رہتی ہے، مگر اس کا کوئی پتا نہیں چلتا۔

ایسا عموماً بادی بواسیر میں ہوتا ہے۔اس کی تشخیص اسی وقت ممکن ہوتی ہے، جب خون خارج ہو یا درد و تکلیف بہت زیادہ بڑھ جائے۔کبھی کبھی کسی دوسرے مرض کی تشخیص کے لیے، جب آنتوں کا معائنہ کیا جاتا ہے تو پتا چلتا ہے کہ بواسیر مسے بھی موجود ہیں۔بواسیر کی وہ اقسام، جن میں مسے اندرونی اور درمیانی سطح پر ہوتے ہیں، وہ نظر نہیں آتے یا محسوس نہیں ہوتے، اس لیے ان کی تشخیص دیر سے ہوتی ہے۔

بواسیری مسوں کی ایک خاص پہچان یہ ہے کہ رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس باقی رہتا ہے کہ ابھی پیٹ صاف نہیں ہوا اور آنتوں میں مزید فضلہ رکا ہوا ہے۔اسی احساس کی وجہ سے مریض کو بار بار بیت الخلا جانے کی ضرورت پڑتی ہے۔یہ مسے جس سبب سے پیدا ہوتے ہیں، اس کے دور ہوجانے کے بعد ٹھیک بھی ہوجاتے ہیں، مثلاً قبض دور ہوجائے، خون کی نچلی رگوں میں خون کا دباؤ کم ہوجائے یا روزانہ کھائی جانے والی غذاؤں کو تبدیل کرلیا جائے، یعنی قبض ختم کرنے والی غذائیں کھائی جائیں۔

ایسی غذائیں جو آنتوں میں تیز ابیت بڑھاتی یا خراش پیدا کرتی ہیں، بہت کم کھائی جائیں، مثلاً گوشت و انڈا، گرم مسالے، گائے و بھینس کا گوشت اور سرخ مرچ وغیرہ۔وہ غذائیں جو دیر سے ہضم ہوتی یا ریاح پیدا کرتی ہیں، وہ بھی نقصان دہ ہوتی ہیں، اس لیے بینگن، مسور کی دال، اروی اور بیکری کی مصنوعات سے بھی پرہیز کرنا چاہیے۔

اگر بیٹھے رہنے کا کام ہو یا غیر فعال زندگی بسر کی جارہی ہو تو چلنے پھرنے اور ہلکی ورزش کرنے کا اہتمام کیا جائے۔

ہاضمہ درست رکھا جائے، خاص طور پر جگر کا فعل درست ہونا چاہیے۔اگر اجابت کرتے وقت جلن کا یا خارش کا احساس بار بار ہونے لگے، کبھی معمولی سا خون فضلے میں نظر آئے یا آب دست لیتے وقت کسی قسم کا دانہ دیا ورم محسوس ہو تو فوراً معالج سے رجوع کرنا چاہیے، کیوں کہ ایسی صورت میں بواسیر کا امکان ہوتا ہے۔

بواسیر کے مریضوں کے لیے غذائی احتیاط بہت ضروری ہے۔

جب بھی اجابت سے فارغ ہوں تو پانی سے آب دست کے بعد صابن سے بھی اچھی طرح دھولینا چاہیے۔پھر کسی صاف کپڑے سے پانی خشک کرکے کوئی بھی کولڈ کریم، روغنِ بادام یا روغن زیتون لگا لیا جائے۔اگر اجابت کرتے وقت بہت جلن یا تکلیف کا احساس ہو تو تیلوں کو رفع حاجت سے قبل لگایا جاسکتا ہے۔

روئی یا فوم سے بنائی ہوئی کرسیوں کی نشست بواسیر کے مریضوں کے لیے مضر ہوتی ہے، خصوصاً موسم گرما میں ان کے بید یا نواڑ سے بنی ہوئی کرسیاں مفید رہتی ہے۔

مقررہ وقت پر رفع حاجت کے لیے ضرور جانا چاہیے۔حاجت کا احساس ہورہا ہو یا نہیں، ایسے مریضوں کو کوشش کرنی چاہیے کہ صبح و شام دو وقت فرع حاجت کی عادت ڈالیں۔سونے سے قبل چائے کا ایک بڑا چمچہ اسپغول پانی میں مل کر نوش کرنا چاہیے۔چائے کے دو چھوٹے روغنِ بادام یا روغنِ زیتون بھی نیم گرم دودھ میں ملا کر سونے سے پہلے پیا جا سکتا ہے، لیکن چکنائی کا زیادہ عرصے تک کھانا جگر کو نقصان پہنچاتا ہے، اس کا خیال رکھنا چاہیے۔

بواسیر کے علاج میں اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ جیسے ہی مسّوں سے خون جاری ہو، اسے فوراً بند نہیں کرنا چاہیے، اس لیے کہ ایک تو خون کے اخراج سے مسّوں کا تناؤ کم ہوکر تکلیف میں کمی آجاتی ہے، دوسرے ابتدا میں جو خون خارج ہوتا ہے، وہ مسّوں میں رکا ہونے کی وجہ سے فاسد ہوتا ہے اور اس کا خارج ہوجانا ہی بہتر ہے۔

سپورٹس صورت حال

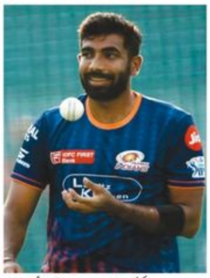
کسی بھی عوامی مسئلہ کیلئے ''صورتحال'' کو ان نمبرات پر فون کریں:
0194-2477545, 9419069641

واشنگٹن سندر، ورون چکرورتی، روی بشنوئی، جسپریت بمراہ، ارشدیپ سنگھ، ہرشت رانا

افغانستان کے خلاف جسپریت بمراہ کی واپسی

(مانیٹرنگ ڈیسک)

افغانستان کے خلاف تین میچوں کی ٹی-20 بین الاقوامی سیریز کے لیے ہندوستانی ٹیم کا اعلان کر دیا گیا ہے۔ دونوں ٹیموں کے درمیان سیریز کے تینوں مقابلے دہلی کے ارون جیٹلی اسٹیڈیم میں کھیلے جائیں گے۔ سیریز کا پہلا میچ 13 ستمبر، دوسرا 15 ستمبر اور تیسرا مقابلہ 17 ستمبر کو ہوگا۔ ہندوستانی ٹیم میں کوئی بڑا غیر متوقع رد و بدل نہیں کیا گیا ہے۔ زمبابوے کے دورے سے باہر رہنے والے وکٹ کیپر بلے باز سنجو سیمسن کی ٹیم میں واپسی ہوئی ہے۔ جسپریت بمراہ، ہرشت رانا، واشنگٹن سندر اور نتیش کمار ریڈی کو فٹنس کلیئرنس سے مشروط ٹیم میں شامل کیا گیا ہے۔ پاؤں کی چوٹ سے صحت یاب ہو چکے ورون چکرورتی کی بھی ٹیم میں واپسی ہوئی ہے۔ البتہ اسٹار آل راؤنڈر ہاردک پانڈیا ابھی پوری طرح فٹ نہیں ہوئے ہیں اور وہ اس سیریز میں حصہ نہیں لیں گے۔ ہندوستان کی کپتانی شریس ایئر کو سونپی گئی ہے، جبکہ تلک ورما نائب کپتان ہوں گے۔ ٹیم میں نوجوان بلے باز ابھیشیک شرما اور ویبھو سوریہ ونشی



کے علاوہ ایشان کشن، شیوم دوبے اور اکشر پٹیل جیسے کھلاڑی بھی شامل ہیں۔ افغانستان کے خلاف یہ سیریز ہندوستان کے لیے ٹی-20 فارمیٹ میں کھویا ہوا اعتماد بحال کرنے کے اعتبار سے انتہائی اہم ہوگی۔ ٹی-20 ورلڈ چیمپئن ہندوستان کو حال ہی میں آئرلینڈ کے خلاف تین میچوں کی سیریز میں 2-0 سے شکست کا سامنا کرنا پڑا تھا۔ اس کے بعد انگلینڈ نے ہندوستان کو ٹی-20 سیریز میں 0-4 سے ہرایا تھا، جبکہ ایک مقابلہ بارش کے باعث منسوخ ہو گیا تھا۔ تاہم، ہندوستان نے اس کے بعد زمبابوے کو تین میچوں کی ٹی-20 سیریز میں 0-3 سے ہرا کر واپسی کی تھی۔ دوسری جانب، افغانستان نے اس سال ہندوستان میں منعقدہ ٹی-20 ورلڈ کپ کے بعد سے کوئی ٹی-20 بین الاقوامی مقابلہ نہیں کھیلا ہے۔ ورلڈ کپ میں اس نے چار میں سے دو میچ جیتے تھے، لیکن وہ سپر-8 مرحلے میں جگہ نہیں بنا سکا تھا۔ ہندوستان اور افغانستان کی ٹیمیں آخری بار جون میں آمنے سامنے آئی تھیں، جب ہندوستان نے واحد ٹیسٹ میں ایک اننگز اور 300 رنز سے جیت درج کرنے کے بعد تین میچوں کی ون ڈے سیریز میں بھی افغانستان کا 0-3 سے صفایا کیا تھا۔ ہندوستانی ٹیم شریس ایئر (کپتان)، ابھیشیک شرما، ویبھو سوریہ ونشی، سنجو سیمسن (وکٹ کیپر)، ایشان کشن (وکٹ کیپر)، تلک ورما (نائب کپتان)، شیوم دوبے، نتیش کمار ریڈی، اکشر پٹیل، واشنگٹن سندر، ورون چکرورتی، روی بشنوئی، جسپریت بمراہ، ارشدیپ سنگھ، ہرشت رانا

سری نگر میں واٹر اسپورٹس فیسٹیول منعقد کرے گا جموں و کشمیر اسپورٹس کونسل

(مانیٹرنگ ڈیسک)

جموں و کشمیر اسپورٹس کونسل سری نگر میں واٹر اسپورٹس فیسٹیول منعقد کرنے جا رہی ہے، جس سے جموں و کشمیر میں کھیلوں کی سرگرمیوں کو ایک نئی توانائی ملے گی۔ فیسٹیول میں روئنگ، ڈریگن بوٹ، کینوئنگ، کیکنگ، شکارا ریس، واٹر اسکیئنگ اور واٹر پولو سمیت مختلف آبی کھیلوں کے مقابلے منعقد ہوں گے۔ اس فیسٹیول کا مقصد یونین ٹیریٹری میں آبی کھیلوں کو فروغ دینا اور نوجوان کھلاڑیوں کو اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرنے کے لیے مسابقتی پلیٹ فارم فراہم کرنا ہے۔ فیسٹیول کے ذریعے باصلاحیت کھلاڑیوں کی نشاندہی بھی کی جائے گی، جنہیں مزید تربیت

دے کر قومی اور بین الاقوامی سطح کے مقابلوں کے لیے تیار کیا جا سکے گا۔ جموں و کشمیر اسپورٹس کونسل کا مقصد نوجوانوں کی آبی کھیلوں میں زیادہ سے زیادہ شرکت کی حوصلہ افزائی کرنا اور جموں و کشمیر کے قدرتی آبی ذخائر کو بڑے کھیلوں کے مقابلوں کے لیے استعمال کرنے کی صلاحیت کو اجاگر کرنا ہے۔ واٹر اسپورٹس فیسٹیول محض ایک مقابلہ نہیں بلکہ کھیلوں کی بہترین کارکردگی، مہم جوئی اور ابھرتے ہوئے ٹیلنٹ کا جشن بھی ہوگا۔ یہ فیسٹیول مستقبل کے چیمپئنز کے لیے ایک پلیٹ فارم ثابت ہونے کے ساتھ ساتھ جموں و کشمیر میں کھیلوں کے کلچر کو مزید مضبوط بنانے کی جانب ایک اہم قدم ہوگا۔ فیسٹیول کی تاریخ، مقام، شرکت کے رہنما اصول اور مکمل شیڈول سے متعلق مزید تفصیلات جلد جاری کی جائیں گی۔ جیسے جیسے فیسٹیول کی تیاریاں آگے بڑھ رہی ہیں، سری نگر جموں و کشمیر کے ابھرتے ہوئے آبی کھیلوں کے ٹیلنٹ کو اجاگر کرنے کے لیے تیار ہے۔

شاردل ٹھاکر کی جگہ سدھیش لاڈ ممبئی کے کپتان مقرر

(یو این آئی)

تجربہ کار مڈل آرڈر بلے باز سدھیش لاڈ کو آئندہ رنجی ٹرافی سیزن کے لیے شاردل ٹھاکر کی جگہ ممبئی ٹیم کا کپتان مقرر کیا گیا ہے، جبکہ سفید گیند کے گھریلو ٹورنامنٹس میں شریس ایئر یا سوریہ کمار یادو دستیابی کے مطابق قیادت کریں گے۔ 34 سالہ لاڈ نے گزشتہ رنجی ٹرافی سیزن میں شاندار کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہوئے آٹھ میچوں میں 40.77 کی اوسط سے 774 رنز بنائے، جن میں پانچ سنچریاں اور ایک نصف سنچری شامل تھی۔ شاردل ٹھاکر کو ان کے ورک لوڈ کے انتظام کے پیش نظر کپتانی سے ہٹایا گیا ہے تاکہ انہیں ریڈ بال ٹیم کے اہم تیز گیند باز کے طور پر بہتر طور پر استعمال کیا جا سکے۔ ممبئی مسلسل دوسرے سیزن میں نئے کپتان کے ساتھ رنجی ٹرافی میں اترے گی۔ رنجی ٹرافی کا نیا سیزن 11 اکتوبر سے شروع ہوگا، جس میں ممبئی اپنا پہلا میچ ایلیٹ گروپ ڈی میں چنڈی گڑھ کے خلاف کھیلے گی۔

ٹیسٹ سیریز سے قبل انڈیا اے کا نیوزی لینڈ کا دورہ
تین چار روزہ میچ کھیلے گی

(یو این آئی)

نیوزی لینڈ کرکٹ نے تصدیق کی ہے کہ انڈیا اے اکتوبر میں نیوزی لینڈ کا دورہ کرے گی اور نیوزی لینڈ اے کے خلاف تین چار روزہ میچ کھیلے گی۔ یہ میچ سینئر ہندوستانی ٹیم کی ٹیسٹ سیریز کی تیاریوں کے سلسلے میں اہم ہوں گے۔ ہندوستانی ٹیم اکتوبر کے آخر سے دسمبر کے آغاز تک نیوزی لینڈ کے کثیر فارمیٹ دورے پر ہوگی۔ دونوں سینئر ٹیموں کے درمیان پانچ ٹی-20، پانچ ون ڈے اور دو ٹیسٹ میچ کھیلے جائیں گے، جبکہ انڈیا اے اور نیوزی لینڈ اے کے درمیان تین چار روزہ میچ ہوں گے۔ انڈیا اے کے تینوں میچ کرائسٹ چرچ میں کھیلے جائیں گے اور پہلا مقابلہ 24 اکتوبر سے شروع ہوگا۔ نیوزی لینڈ کرکٹ نے دیگر دو میچوں کی حتمی تاریخوں کا ابھی اعلان نہیں کیا ہے۔ سینئر ہندوستانی ٹیم اپنے دورے کا آغاز 22 اکتوبر کو

پہلے ٹی-20 سے کرے گی۔ پانچ میچوں کی ون ڈے سیریز چار سے 15 نومبر تک ہوگی، جبکہ دو ٹیسٹ میچ 19 سے 23 نومبر تک ویلنگٹن اور 27 نومبر سے یکم دسمبر تک کرائسٹ چرچ میں کھیلے جائیں گے۔ انڈیا اے کے لیے یہ چار روزہ مقابلے کھلاڑیوں کو سرخ گیند کرکٹ میں اپنی صلاحیتوں کے اظہار اور مستقبل میں قومی ٹیم کے انتخاب کے لیے مضبوط دعویٰ پیش کرنے کا اہم موقع فراہم کریں گے۔

آئی سی سی ویمنز ٹی 20 رینکنگ میں چماری اٹاپٹو کا جلوہ، تینوں کیٹیگریز میں کیریئر بیسٹ ریکارڈ

(مانیٹرنگ ڈیسک)

متحدہ عرب امارات میں شروع ہونے والے ویمنز ایشیا کپ کے ابتدائی میچوں میں سری لنکا کی شاندار کارکردگی کا اثر تازہ ترین آئی سی سی ویمنز ٹی 20 انٹرنیشنل پلیئرز رینکنگ میں ظاہر ہوا ہے۔ سری لنکا کی کپتان چماری اٹاپٹو نے تینوں زمروں بلے بازی، گیند بازی اور آل راؤنڈر میں کیریئر کی بہترین درجہ بندی حاصل کی ہے۔ سری لنکا کی متحدہ عرب امارات کے خلاف نو وکٹوں سے جیت میں، اٹاپٹو نے صرف 25 گیندوں پر ناقابل شکست 48 رنز بنائے اور تین اوورز میں 10 رنز کے عوض ایک وکٹ حاصل کی۔ اس کارکردگی کے بعد وہ بلے بازی رینکنگ میں چھٹے نمبر پر موجود ہیں جب کہ گیند بازی رینکنگ میں وہ تین درجے بہتری کے ساتھ 33ویں نمبر پر آگئی ہیں۔ وہ آل راؤنڈرز کی فہرست میں تیسرے نمبر پر برقرار ہیں۔ اٹاپٹو کے پاس اب بلے بازی میں 734، گیند بازی میں 552 اور آل راؤنڈرز کے زمرے میں 405 ریٹنگ پوائنٹس ہیں، جو تینوں زمروں میں کیریئر کے بہترین ریکارڈ ہیں۔ سری لنکا کی اوپنر ایشا دولائی بھی چار مقام کی چھلانگ لگاتے ہوئے کیریئر کی بہترین رینکنگ 18ویں نمبر پر پہنچ گئیں۔ متحدہ عرب امارات کے خلاف 18 گیندوں پر ان کے 25 رنز نے انہیں 625 ریٹنگ پوائنٹس تک پہنچا دیا۔ بولنگ میں سری لنکا کی متھالی ایودھیا نے 18 مقام کی نمایاں چھلانگ لگائی ہے۔ انہوں نے متحدہ عرب امارات کے خلاف تین وکٹیں لے کر میزبان ٹیم کو 79 رنز تک محدود کرنے میں اہم کردار ادا کیا۔ وہ اب 70ویں نمبر پر ہے اور اس کے کیریئر کے بہترین 444 ریٹنگ پوائنٹس ہیں۔

امریکہ-وینزویلا کشیدگی کے بعد سونے، چاندی کی قیمتوں میں اچھال

(ٹی ای این)

سونا اور چاندی کی قیمتوں میں سوموار کو مستقبل کی تجارت میں تیزی سے اضافہ ہوا، مضبوط عالمی رجحانات کو ٹریک کرتے ہوئے، کیونکہ وینزویلا میں نئے جیو پولیٹیکل تناؤ اور امریکی میکرو اکنامک ڈیٹا کے ارد گرد کی توقعات نے سرمایہ کاروں کے جذبات کو بڑھاوا دیا۔ ملٹی کموڈٹی ایکسچینج پر، فروری کے لیے سونے کے سودے 1,509 روپے یا 1.11 فیصد اضافے کے ساتھ 1,37,270 روپے فی 10 گرام پر پہنچ گئے جس میں 15,226 لاٹوں کے کاروبار ہوئے۔ دسمبر کے آخر میں ریکارڈ بلندیوں کو چھونے کے بعد زرد دھات گزشتہ ہفتے پیچھے ہٹ گئی تھی، جس میں 4,112 روپے یا 2.94 فیصد کی کمی واقع ہوئی تھی۔ اسی طرح، ایم سی ایکس پر چاندی کے مستقبل میں زبردست اضافہ دیکھا گیا۔ مارچ کے معاہدے کے لیے سفید دھات کی قیمت 6,434 روپے یا 2.72 فیصد اضافے کے ساتھ 13,112 لاٹوں میں 2,42,750 روپے فی کلوگرام ہو گئی۔ پچھلے ہفتے میں اس میں 3,471 روپے یا 1.45 فیصد کی کمی واقع ہوئی تھی۔ بین الاقوامی مارکیٹ میں، کامیکس سونے کے فروری کی ترسیل کے لیے فیوچر USD 86.4 یا 2 فیصد اضافے کے ساتھ USD 4,416 فی اونس ہو گئے۔ پیلے رنگ کی دھات کی قیمت 223.1 امریکی ڈالر یا 4.9 فیصد کم ہو کر پچھلے ہفتے کے دوران جمعہ کو 4,329.6 ڈالر فی اونس پر ختم ہوئی۔

سبالینکا اور رائبا کینا کوارٹر فائنل میں داخل

(یو این آئی)

عالمی نمبر ایک آریانا سبالینکا اور پانچویں نمبر کی ایلینا رائبا کینا نے جمعرات کو آسٹریلین اوپن کے وارم اپ ایونٹ میں سیدھے سیٹوں میں فتوحات حاصل کرتے ہوئے برسبین انٹرنیشنل کے کوارٹر فائنل میں جگہ بنا لی۔ برسبین میں دفاعی چیمپئن سبالینکا نے راؤنڈ آف 16 کے مقابلے میں سورانا کرسٹیا کو ایک گھنٹہ 19 منٹ میں 3-6، 3-6 سے شکست دی۔ پہلے سیٹ میں کرسٹیا کی سروس تین مرتبہ توڑنے کے بعد سبالینکا کو دوسرے سیٹ میں دو گیمز کے دوران چھ بریک پوائنٹس درکار ہوئے، جس کے بعد انہوں نے فیصلہ کن برتری حاصل کر لی۔ سبالینکا نے 2023 کے آغاز سے اب تک آسٹریلیا میں 35 میچ جیتے ہیں اور صرف دو میں شکست کھائی ہے۔

دیپتی شرما کا ریکارڈ ساز کارنامہ، ویمنز ٹی 20 انٹرنیشنل کی سب سے کامیاب بولر بن گئیں

(یو این آئی)

ہندوستانی آل راؤنڈر دیپتی شرما نے ویمنز ایشیا کپ 2026 میں تھائی لینڈ کے خلاف شاندار کارکردگی کے دوران ویمنز ٹی 20 انٹرنیشنل کرکٹ کی سب سے زیادہ وکٹیں لینے والی بولر بننے کا اعزاز حاصل کر لیا۔ دیپتی نے 1.1 اوور میں بغیر کوئی رن دیے تین وکٹیں حاصل کیں اور اپنے کیریئر کی وکٹوں کی تعداد 171 تک پہنچا دی۔ یہ ان کا 150واں ٹی 20 انٹرنیشنل میچ بھی تھا۔ ان کی عمدہ بولنگ کی بدولت ہندوستان نے تھائی لینڈ کو 94 رنز سے شکست دی۔ ہندوستان نے پہلے بلے بازی کرتے ہوئے 159 رنز بنائے، جس میں شفالی ورما نے 64 رنز کی اننگز کھیلی، جبکہ تھائی لینڈ کی ٹیم 65 رنز پر ڈھیر ہو گئی۔ دیپتی شرما نے اپنے ریکارڈ پر خوشی کا اظہار کرتے ہوئے کہا کہ وہ اپنے پسندیدہ کھیل کو کھیلنے کا موقع ملنے پر خود کو خوش نصیب سمجھتی ہیں اور آئندہ بھی ملک کے لیے میچ اور ٹرافیاں جیتنے کے لیے پوری لگن سے کھیلتی رہیں گی۔

پریانشو مولیا کی سنچری، بڑودہ نے وجے ہزارے ٹرافی میں 391 رنز بنائے

(نیوز ڈیسک)

پریانشو مولیا (113)، ہارڈک پانڈیا (75)، جتیش شرما (73) اور وشنو سولنکی (54) کی طوفانی بلے بازی کی بدولت بڑودہ نے جمعرات کے روز وجے ہزارے ٹرافی ایلیٹ گروپ بی کے مقابلے میں چنڈی گڑھ کے خلاف 391 رن کا بڑا اسکور بنایا۔ یہاں بڑودہ نے ٹاس جیت کر پہلے بلے بازی کا فیصلہ کیا، تاہم آغاز اچھا نہ رہا اور ٹیم نے محض 11 کے اسکور پر اپنے شروع کے دونوں وکٹ گنوا دیے۔ نتیہ پانڈیا 2 اور امت ہری رام پاسی 5 رن بنا کر آؤٹ ہو گئے۔ اس کے بعد پریانشو مولیا اور وشنو سولنکی نے اننگز کو سنبھالا اور تیسری وکٹ کے لیے 80 رن کی شراکت قائم کی۔ 15ویں اوور میں بھگت برلا نے وشنو سولنکی کو آؤٹ کر کے اس شراکت کا خاتمہ کیا۔ وشنو سولنکی نے 49 گیندوں پر آٹھ چوکے لگاتے ہوئے 54 رن بنائے۔ چوتھی وکٹ کے طور پر کپتان کرنال پانڈیا محض 20 رن بنا کر پویلین لوٹ گئے۔ اس کے بعد ہارڈک پانڈیا بلے بازی کے لیے آئے اور جارحانہ کھیل کا مظاہرہ کرتے ہوئے پانچویں وکٹ کے لیے پریانشو مولیا کے ساتھ 90 رن جوڑے۔ ہارڈک پانڈیا نے 31 گیندوں پر دو چوکے اور نو چھکے لگاتے ہوئے 75 رن کی عمدہ اننگز کھیلی۔ انہیں 30ویں اوور میں جگجیت سنگھ نے آؤٹ کیا۔ اس کے بعد جتیش شرما نے بھی چنڈی گڑھ کے گیند بازوں کی خوب خبر لی اور 33 گیندوں پر آٹھ چوکے اور چار چھکے لگاتے ہوئے 73 رن اسکور کیے۔ 46ویں اوور میں ساتویں وکٹ کے طور پر پریانشو مولیا آؤٹ ہوئے، جنہیں وشو کشیپ نے پویلین بھیجا۔ پریانشو مولیا نے 106 گیندوں پر 10 چوکے اور ایک چھکا لگاتے ہوئے 113 رن کی شاندار اننگز کھیلی۔

ایشیز 2027: اسٹیون اسمتھ کی شرکت پر غیر یقینی صورتحال

(مانیٹرنگ ڈیسک)

آسٹریلیا کے قائم مقام کپتان اسٹیون اسمتھ کا کہنا ہے کہ اگرچہ آسٹریلیائی ٹیم کے عمر رسیدہ کھلاڑی 2027 کی ایشیز سیریز کھیلنے کے لیے بے حد پُرجوش ہیں، تاہم وہ خود اس بات کے حوالے سے یقین سے کچھ نہیں کہہ سکتے کہ آیا وہ اس تاریخی سیریز کا حصہ ہوں گے یا نہیں، کیونکہ اُس وقت ان کی عمر 38 برس ہو چکی ہوگی۔ آسٹریلیا نے سڈنی میں اپنی تاریخ کی سب سے پرانی ٹیموں میں سے ایک کے ساتھ کامیابی حاصل کرتے ہوئے ایشیز سیریز پر 1-4 سے قبضہ جمایا۔ ٹیسٹ کرکٹ کی تاریخ میں اب تک صرف سات مرتبہ ایسا ہوا ہے کہ کسی ٹیم نے 30 برس سے زائد عمر کے 10 کھلاڑیوں کے ساتھ میچ کھیلا ہو، اور اس سیریز میں آسٹریلیا نے دو مرتبہ (پرتھ اور سڈنی میں) یہ کارنامہ انجام دیا۔ باقی پانچ مواقع پر یہ اعزاز انگلینڈ کے نام رہا، جو 1909 سے 1926 کے درمیان 30 برس سے زائد عمر کے 10 کھلاڑیوں کے ساتھ میدان میں اترا تھا۔ سیریز کے آغاز سے قبل آسٹریلیا میں شامل زیادہ عمر کے کھلاڑیوں پر سوالات اٹھائے جا رہے تھے، تاہم 35 سالہ مچل اسٹارک پلیئر آف دی سیریز قرار پائے، جبکہ 36 سالہ اسکاٹ بولینڈ نے تمام پانچ ٹیسٹ کھیلے اور 24.95 کی اوسط سے 20 وکٹ حاصل کیں۔ اسی طرح 35 سالہ مائیکل نیسر نے بھی اہم کردار ادا کرتے ہوئے تین ٹیسٹ میں 19.93 کی اوسط سے 15 وکٹ اپنے نام کیں۔ آسٹریلیائی اسکواڈ کے سب سے عمر رسیدہ کھلاڑی 39 سالہ عثمان خواجہ نے بین الاقوامی کرکٹ سے ریٹائرمنٹ کا اعلان کر دیا، تاہم اسمتھ سے جب پوچھا گیا کہ دیگر کھلاڑی 2027 میں انگلینڈ میں کھیلنے کے لیے کس قدر پُرجوش ہیں، تو انہوں نے کہا کہ انگلینڈ میں دو ڈرا ایشیز سیریز کھیلنے کے بعد وہاں ایشیز جیتنا ایک ایسی خواہش ہے جسے وہ پورا کرنا چاہتے ہیں، مگر فی الحال وہ خود غیر یقینی کیفیت میں ہیں۔

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