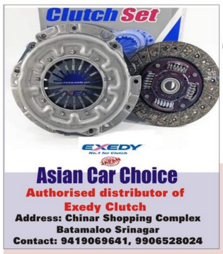


The daily
Surathal
Srinagar
e-paper: surathal.in
https://surathal.in

روزنامہ صورت حال سرینگر

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

Postal Registration No:JKNP-189/SKGPO-2018-2020/RNI NoJKURD/2012/48314

Vol: 17 Issue No: 228 Wednesday 23 September 2026 - 10 Rabi Al Thani 1447 Pages: 08 Price Rs0.50/-

رسائی تک کو بہتر بنانے کے لئے تمام شراکت داروں کے درمیان مربوط کوششوں پر زور دیا

کسان دوست اور شفاف مارکیٹنگ نظام کے قیام پر زور اور خریدار و فروخت کنندگان کے درمیان مضبوط روابط کو فروغ دینے کی ہدایت

(انفو)

وزیر برائے زرعی پیداوار، دیہی ترقی اور پنچایتی راج، امداد باہمی اور الیکشن محکمہ جات جاوید احمد ڈار نے آج ایس کے آئی سی سی سری نگر میں محکمہ باغبانی کی منصوبہ بندی و مارکیٹنگ جے اینڈ کے کی طرف سے منعقدہ بائیر سیلر میٹنگ میں بطور مہمان خصوصی شرکت کی۔ اس تقریب کا موضوع ''جموں و کشمیر میں باغبانی مارکیٹنگ کی تبدیلی'' تھا جس میں محکمے کی کامیابیوں، اقتصادی اثرات اور باغبانی شعبے میں مارکیٹ کے بنیادی ڈھانچے کو مضبوط بنانے اور فصل کی کٹائی کے بعد کے اِنتظامات کو بہتر بنانے کے لئے کی گئی مختلف کوششوں کو اُجاگر کیا گیا۔ اِس موقعہ پر

وزیر موصوف نے باغبانی کی پیداوار، مصنوعات، ٹیکنالوجیز اور مارکیٹنگ کے اقدامات کی نمائش کرنے والے مختلف سٹالوں کا معائینہ کیا۔ اُنہوں نے کسانوں، باغبانوں، تاجروں، خریداروں اور دیگر شراکت داروں سے روبرو گفتگو کی اور مارکیٹنگ کی سہولیتوں، فصل کے بعد کے اِنتظامات، مارکیٹ سے رابطوں اور اس شعبے کے سامنے موجود مسائل کے بارے میں ان کی رائے لی۔ جاوید احمد ڈار نے اپنے گفتگو میں باغبانی مارکیٹنگ کے بنیادی ڈھانچے کو مزید مضبوط بنانے اور کسانوں کے لئے بہتر، شفاف اور کسان دوست مارکیٹنگ کے نظام کے قیام پر زور دیا تا کہ کاشتکاروں کو بہتر منافع یقینی بنایا جاسکے۔ اُنہوں نے باغبانی کی پوری ویلیو چین، پیداوار اور فصل کے بعد ہینڈلنگ سے لے کر مارکیٹنگ اور حتمی مارکیٹ تک رسائی تک کو بہتر بنانے کے لئے تمام شراکت داروں کے درمیان مربوط کوششوں پر زور دیا۔

نئے ڈبلیو ٹی پیز، او ایچ ٹیز سپلائی نیٹ ورک کو مضبوط بنائیں گے/سکینہ ایتو

(انفو)

حکومت ایس ڈی کالونی بٹہ مالو، آلوچی باغ اور ملحقہ گنجان آبادی والے علاقوں میں پینے کے پانی کی فراہمی بڑھانے کیلئے فوری اور طویل المدتی اقدامات کا ایک سلسلہ شروع کر رہی ہے۔ اس بات کی جانکاری آج وزیر برائے صحت سکینہ ایتو نے ایوان میں ممبر اسمبلی لال چوک احسان پردیسی کے ایک سوال کا جواب دیتے ہوئے دی۔ وزیر موصوفہ اس سوال کا جواب وزیر برائے مکانات وشہری ترقی کی جانب سے دے رہی تھی۔ اُنہوں نے کہا کہ موجودہ کمیوں کو دور کرنے اور پینے کے پانی کی فراہمی کی مناسبت، اعتبار اور سروس لیولز کو بہتر بنانے کیلئے متعدد مداخلتیں پہلے ہی عمل میں لائی جا چکی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ امرت 2.0 کے تحت ڈونڈ یرخہ، بٹہ مالو میں 70000 گیلن کی گنجائش والا آر سی سی اوور ہیڈ ٹینک (او ایچ ٹی) کی تعمیر کے ذریعے اضافی ذخیرہ کرنے کا بنیادی ڈھانچہ تیار کیا جا رہا ہے۔ یہ کام اس وقت جاری ہے اور اسے 27-2026 کے اختتام تک مکمل کرنے کا ہدف ہے۔ اسی طرح محکمے نے امرت 2.0 کے تحت کھادی مل الوچی باغ میں ایک اور 70000 گیلن کی گنجائش والے او ایچ ٹی کی تعمیر کا کام شروع کیا ہے جس میں مکمل الیکٹریکل میکینکل کام اور آپریشن مینٹیننس بھی شامل ہیں۔

مردم شماری 2027 کا دوسرا مرحلہ

ڈی سی رام بن نے برفانی علاقوں میں پیش رفت کا جائزہ لیا

(رام بن)

پرنسپل مردم شماری افسر اور ڈپٹی کمشنر رام بن محمد الیاس خان نے آج ایک اجلاس کے دوران ضلع کے برف سے ڈھکے علاقوں میں مردم شماری 2027 کے دوسرے مرحلے کے تحت آبادی کے اندراج کے کام کی پیش رفت کا جائزہ لیا۔ اجلاس میں ایڈیشنل ڈسٹرکٹ مردم شماری افسر اور ضلعی شماریاتی وتشخیصی افسر اشفاق الرحمٰن اور ضلعی کوآرڈینیٹر انیش شرما نے شرکت کی، جبکہ سب ڈویژنل مردم شماری افسران، چارج افسران یعنی تحصیلداروں اور دیگر متعلقہ افسران نے اجلاس میں آن لائن شرکت کی۔

این آر ایل ایم کی چار روزہ علاقائی ورکشاپ سری نگر میں شروع

خواتین کی قیادت والے اداروں کو مضبوط بنانے اور خود انحصاری کو فروغ دینے پر توجہ

(انفو)

قومی دیہی روزگار مشن کے تحت قومی معاونتی نگرانی کے نظام کے زون-3 کی چار روزہ علاقائی ورکشاپ آج سری نگر میں شروع ہوئی، جس میں خواتین کی قیادت والے کمیونٹی اداروں کو مضبوط بنانے اور ان کی پائیداری میں اضافہ کرنے پر توجہ مرکوز کی جا رہی ہے۔ جموں وکشمیر دیہی روزگار مشن کی میزبانی میں منعقد ہونے والی اس ورکشاپ میں قومی دیہی روزگار مشن کے افسران اور شریک ریاستوں کے ریاستی دیہی روزگار مشنز کے نمائندے شرکت کر رہے ہیں۔ وزارت دیہی ترقی کے جوائنٹ سیکریٹری (دیہی روزگار-I) امیت شکلا نے ورچوئل طریقے سے ورکشاپ کا افتتاح کیا۔ انہوں نے اداروں کے محض حجم میں اضافے کے بجائے ان کی پختگی اور مضبوطی کی جانب منتقلی پر زور دیا۔

ٹنگڈار میں سول انتظامیہ اور فوج کی مشترکہ میگا صفائی مہم

دیہی ترقی محکمہ نے گھر گھر کچرا جمع کرنے کی مہم کا آغاز کیا

(کپوارہ)

صفائی ستھرائی کو بہتر بنانے اور ذمہ دارانہ انداز میں کچرے کے انتظام کو فروغ دینے کے لیے سول انتظامیہ کرناہ نے بھارتی فوج کے اشتراک سے آج ٹنگدھر قصبے میں میگا صفائی مہم کا انعقاد کیا۔ اس مہم میں مختلف سرکاری محکموں، مقامی اداروں اور سماجی حلقوں نے بھرپور شرکت کی، جس سے صاف ستھرے اور صحت مند کرناہ کے لیے اجتماعی عزم کا اظہار ہوا۔ صفائی مہم میں بیوپار منڈل کرناہ، سابق فوجیوں، طلبہ، سرکاری افسران و اہلکاروں، نمبرداروں، چوکیداروں، سابق پنچایتی راج اداروں کے ارکان اور دیگر متعلقہ حلقوں نے فعال طور پر حصہ لیا۔

ڈوڈہ میں وکست گرام پنچایت پلان پر ورکشاپ کا انعقاد

(ڈوڈہ)

وکست بھارت۔ گرامین روزگار مشن کے تحت وکست گرام پنچایت پلان پر ایک روزہ ورکشاپ کا انعقاد آج ڈپٹی کمشنر دفتر کمپلیکس کے کانفرنس ہال میں کیا گیا۔ ورکشاپ کا موضوع ''منصوبہ بندی سے عملی اقدام تک'' تھا، جس کا مقصد بنیادی سطح پر شراکتی، جامع اور نتائج پر مبنی ترقیاتی منصوبہ بندی کو مضبوط بنانا تھا۔

بڈگام پولیس نے سونے کی چوری کا معاملہ حل کر لیا

چوری شدہ کنگن برآمد ملزمہ گرفتار

(غلام قادر بیدار)

بڈگام پولیس نے تھانہ چرار شریف میں درج سونے کی چوری کے ایک معاملے کو اسوقت حل کیا جب باقاعدہ طور ایک ملزمہ کو گرفتار کر کے چوری شدہ سونے کا کنگن اسکی تحویل سے برآمد کر لیا ہے۔ نمائندے نے بتایا کہ گذشتہ جمعۃ المبارک کی شام چرار شریف پولیس سٹیشن کو ایک تحریری شکایت موصول ہوئی جس میں کہا گیا تھا کہ شکایت کنندہ نے درخواست دی تھی کہ درگاہ شیخ العالم رح کی زیارت کی غرض سے چرار شریف گئی اسکی والدہ کی کلائی سے سونے کا کنگن وہاں چوری ہو گیا ہے۔ شکایت پر کارروائی کرتے ہوئے پولیس سٹیشن چرار شریف نے بی این ایس (BNS) کی دفعہ 303(2) کے تحت ایف آئی آر نمبر 70/2026 درج کر کے تمام ضابطوں سے تحقیقات شروع کی۔

غیر قانونی کان کنی کے خلاف کارروائی

پلوامہ پولیس نے جے سی بی اور ٹپر ضبط کر لیا

(پلوامہ)

غیر قانونی کان کنی اور معمولی معدنیات کی غیر مجاز نقل و حمل کے خلاف جاری مہم کے تحت پلوامہ پولیس نے کارروائی کرتے ہوئے خلاف ورزیوں میں ملوث پائی جانے والی مشینری اور ایک گاڑی کو ضبط کر لیا۔ کارروائی کے دوران پولیس چوکی نیوا نے ایک جے سی بی مشین، جس کا رجسٹریشن نمبر JK13K-1987 ہے، اور ایک ٹپر، جس کا رجسٹریشن نمبر JK13K-9848 ہے، ضبط کر لیا۔ اس سلسلے میں پولیس تھانہ پلوامہ میں بھارتیہ نیائے سنہتا کی دفعہ 303(2) اور پی پی ڈی ایکٹ کی دفعہ 3 کے تحت مقدمہ نمبر 196/2026 درج کیا گیا ہے۔ معاملے کی مزید تحقیقات جاری ہے۔

ڈی ڈی سی کولگام نے ٹھوس فضلہ انتظامی قواعد کے نفاذ کا جائزہ لیا

گھر گھر کچرا جمع کرنے، ماخذ پر علیحدگی اور پلاسٹک کے خلاف کارروائی پر زور

(کولگام)

ضلع کولگام میں ٹھوس فضلہ انتظامی قواعد 2026 کے نفاذ سے متعلق ایک جائزہ اجلاس آج منعقد ہوا، جس کی صدارت ضلع ترقیاتی کمشنر شہزاد عالم نے کی۔ اجلاس کا مقصد مختلف محکموں اور شہری مقامی اداروں کی جانب سے ٹھوس فضلے کے مؤثر انتظام کے لیے کی گئی پیش رفت کا جائزہ لینا اور ان شعبوں کی نشاندہی کرنا تھا جہاں مزید بہتری کی ضرورت ہے۔ متعلقہ محکمہ دیہی ترقی کے افسران اور تمام میونسپل کونسلوں و کمیٹیوں کے ایگزیکٹو افسران نے اجلاس کو تازہ صورتحال، حاصل شدہ کامیابیوں، جاری سرگرمیوں اور مداخلت کے متقاضی مسائل سے آگاہ کیا۔

سکاسٹ۔ کشمیر کے ماہرین نے کسانوں کو سائیلج بنانے کی تربیت دی

موسمی چارے کی قلت سے نمٹنے کے لیے دو روزہ تربیتی پروگرام

(بانڈی پورہ)

سکاسٹ۔ کشمیر کے ماہرین نے گریز میں سائیلج بنانے، چارے کو محفوظ کرنے اور سائنسی بنیادوں پر مویشی پالنے کے حوالے سے دو روزہ تربیتی و آگاہی پروگرام منعقد کیا۔ اس دوران کسانوں کو مویشیوں کی غذائی ضروریات پوری کرنے اور موسمی چارے کی قلت سے نمٹنے کے لیے عملی تربیت اور ضروری آلات فراہم کیے گئے۔ کسانوں کے لیے یہ پروگرام کرشی وگیان کیندر داور کے اشتراک سے منعقد کیا گیا، جس کے تحت داور اور کنزلوان میں عملی مظاہرے کیے گئے۔ کسانوں کو سائیلج کی تیاری کے لیے چارے کے انتخاب، کٹائی، ٹکڑے کرنے، دبانے، ہوا بند کرنے اور ذخیرہ کرنے کے مراحل کی عملی تربیت دی گئی۔ کمیونٹی سطح پر استعمال کے لیے سائیلج تیار کرنے والی چارہ کٹر مشینیں اور ڈرم تقسیم کیے گئے، جبکہ منتخب کسانوں کو تیار شدہ سائیلج بھی فراہم کیا گیا تا کہ وہ اس کے استعمال سے واقف ہو سکیں اور اس طریقہ کار کو اپنانے کی ترغیب حاصل کریں۔

بارہمولہ میں ترقیاتی کاموں کی پیش رفت کا جائزہ

مقررہ مدت میں کام مکمل کرنے اور معیار برقرار رکھنے کی ہدایت

(بارہمولہ)

چیف پلاننگ آفیسر بارہمولہ نثار احمد نے آج ڈپٹی کمشنر دفتر بارہمولہ کے میٹنگ ہال میں ایک جامع جائزہ اجلاس کی صدارت کرتے ہوئے ضلعی کیپکس بجٹ کے تحت جاری ترقیاتی کاموں کی صورتحال اور پیش رفت کا جائزہ لیا۔ اجلاس میں ایس ڈی ایم اوڑی، اسسٹنٹ کمشنر ڈویلپمنٹ بارہمولہ، ضلع وشعبہ جاتی محکموں کے سینئر افسران، سپرنٹنڈنگ انجینئرز، ایگزیکٹو انجینئرز اور دیگر متعلقہ افسران نے شرکت کی۔ چیف پلاننگ آفیسر نے مختلف شعبوں کے تحت جاری منصوبوں کی طبعی اور مالی پیش رفت کا تفصیلی جائزہ لیا۔ اس دوران منظور شدہ اہداف اور مختص فنڈز کے مقابلے میں اخراجات، منصوبوں پر عملدر آمد کی صورتحال اور مقررہ مدت کا بھی جائزہ لیا گیا۔

بٹھنڈی میں انجینئر غلام علی کھٹانہ کا عوامی دربار، متعدد شکایات موقع پر حل

لوگوں نے سڑک، پانی، بجلی، صفائی اور دیگر بنیادی سہولیات سے متعلق مسائل پیش کیے

(جموں)

راجیہ سبھا کے نامزد رکن پارلیمنٹ انجینئر غلام علی کھٹانہ نے آج پنچایت گھر، سنجوان لوئر، باٹھنڈی میں عوامی دربار کا انعقاد کیا، جس میں مختلف ملحقہ علاقوں اور پنچایتوں کے لوگوں کو اپنی شکایات، شہری مسائل اور ترقیاتی ترجیحات براہ راست پیش کرنے کا موقع فراہم کیا گیا۔ عوامی دربار میں ملک مارکیٹ، لوئر سنجوان، اپر سنجوان، نروال بالا، باٹھنڈی اور دیگر ملحقہ علاقوں کے علاوہ جموں میونسپل کارپوریشن کے 74 وارڈوں سے تعلق رکھنے والے لوگوں نے شرکت کی۔ مختلف پنچایتوں اور علاقوں کے رہائشیوں نے رکن پارلیمنٹ اور متعلقہ افسران کے سامنے روزمرہ زندگی سے متعلق مسائل اور مشکلات پیش کیں۔ مقامی لوگوں نے سڑک رابطے، پینے کے پانی کی فراہمی، بجلی، نکاسی آب و صفائی، عوامی بنیادی ڈھانچے، شہری سہولیات اور دیگر ترقیاتی ضروریات سے متعلق متعدد مسائل اٹھائے۔ ان مسائل سے مقامی آبادی کی بہتر عوامی خدمات اور زیر التوا معاملات کے بروقت ازالے کی توقعات عیاں ہوئیں۔ عوامی دربار میں جے پی ڈی سی ایل، محکمہ دیہی ترقی، محکمہ تعلیم، محکمہ خوراک و شہری رسد و امور صارفین، محکمہ صحت، محکمہ مال، محکمہ سیاحت، محکمہ زراعت، محکمہ پھول بانی، محکمہ باغبانی، محکمہ بھیڑ پالن، محکمہ مویشی پالن، محکمہ جل شکتی، محکمہ آبپاشی و فلڈ کنٹرول، محکمہ تعمیرات عامہ، محکمہ سماجی بہبود، محکمہ محنت و روزگار، محکمہ نوجوانوں کی خدمات و کھیل، محکمہ کان کنی، بارڈر روڈز آرگنائزیشن، قومی شاہراہ اتھارٹی، جموں و کشمیر بینک اور دیگر متعلقہ محکموں کے اعلیٰ افسران اور نمائندے بھی موجود تھے۔

کیے گئے 8 نئے ترجیحی سڑک اور پل منصوبوں کا بھی جائزہ لیا گیا

90 میں سے 68 منصوبے مکمل، آر آئی ڈی ایف کے تحت 8 نئے سڑک و پل منصوبوں کی منظوری

(بڈگام)

ڈپٹی کمشنر بڈگام اطہر عامر خان نے آج ایک اجلاس کی صدارت کرتے ہوئے نابارڈ کے دیہی بنیادی ڈھانچہ ترقیاتی فنڈ کے تحت ضلع میں جاری ترقیاتی منصوبوں کی طبعی اور مالی پیش رفت کا جائزہ لیا۔ اجلاس کے دوران آر آئی ڈی ایف-25 سے آر آئی ڈی ایف-31 کے تحت منظور کیے گئے 90 منصوبوں کی جامع پیش رفت کا جائزہ لیا گیا۔ اجلاس کو بتایا گیا کہ ان میں سے 68 منصوبے مکمل ہو چکے ہیں جبکہ رابطہ کاری سے متعلق 15 منصوبوں پر اس وقت کام جاری ہے۔ اجلاس میں بڈگام، چاڈورہ،

بیروہ اور چرار شریف کے تعمیرات و سڑک ڈویژنوں کے ذریعے جاری اہم سڑک اور پل منصوبوں کی پیش رفت کا بھی جائزہ لیا گیا۔ ڈپٹی کمشنر نے جاری کاموں کی موجودہ صورتحال کا تفصیلی جائزہ لیتے ہوئے متعلقہ افسران کو ہدایت دی کہ تمام منصوبوں کی بروقت تکمیل یقینی بنائی جائے۔ اجلاس کو کٹیل، یوسمرگ سڑک، کنی دجن، پہلی پورہ، سیکلو سڑک اور ہانجی گنڈ، چاڈورہ متبادل سڑک و پل منصوبے کی پیش رفت سے بھی آگاہ کیا گیا۔ ڈپٹی کمشنر نے متعلقہ محکموں کو تمام ضروری ضابطہ جاتی کارروائیاں بروقت مکمل کرنے اور کاموں میں تیزی لانے کی ہدایت دی۔ اجلاس میں مالی سال 27-2026 کے لیے نابارڈ کے دیہی بنیادی ڈھانچہ ترقیاتی فنڈ-32 کے تحت منظور کیے گئے 8 نئے ترجیحی سڑک اور پل منصوبوں کا بھی جائزہ لیا گیا۔

میر واعظ ہمدانی کا مختلف شخصیات کے انتقال پر اظہارِ تعزیت

مرحومین کیلئے ایصالِ ثواب اور لواحقین سے دلی ہمدردی کا اظہار

(سرینگر)

جموں وکشمیر جمعیت ہمدانیہ کے سربراہ میر واعظ کشمیر مولانا ریاض احمد ہمدانی نے خطہ کشمیر کے معروف تاجر خاندان کے چشم و چراغ الحاج رؤف احمد کاؤسہ (فرزند مرحوم حاجی غلام قادر کاؤسہ) ساکن نوہٹہ حال اشبر نشاط، خالد حبیب میر ساکن فیئر بینک کالونی راولپورہ، اہلیہ مرحوم غلام محمد کینٹ ساکن نگین اور سینئر صحافی و خاندانِ سمنانی کے چشم و چراغ سید بشیر احمد سمنانی (نوشاد) کے انتقال پر گہرے صدمے کا اظہار کیا ہے اور اس سانحہ ارتحال پر مرحومین کے تمام اقارب خصوصاً مرحومہ کے لائق فائق اولاد ان، اہل خانہ کیساتھ تعزیت کا اظہار کیا۔ انہوں نے مرحومین کی جنت نشینی اور بلند درجات کیلئے بھی دعا کی۔ مرحومین کی ایصال ثواب اور فاتحہ خوانی میں جمعیت ہمدانیہ کی طرف سے خراج عقیدت پیش کیا گیا اور فلسفہ موت وحیات بیان کیا گیا۔ جمعیت صدر الحاج فاروق احمد گانی، جنرل سکریٹری محمد اشرف عنایتی اور ترجمان اعلیٰ میر غلام محمد ساگر نے مرحومین کو خراج عقیدت پیش کیا۔

جموں وکشمیر میں 8 لاکھ 79 ہزار 112 مستحقین اے اے وائی کے تحت شامل/ستیش شرما

وزیر برائے خوراک، شہری رسد و امور صارفین، ٹرانسپورٹ، سائنس و ٹیکنالوجی، اطلاعاتی ٹیکنالوجی، امور نوجوان و کھیل کود اور اے آر آئی و ٹریننگز ستیش شرما نے آج کہا کہ ڈویژن، ضلع اور حلقہ انتخاب کی سطح پر یکم جنوری 2025 تک انتیودیا انا یوجنا (اے اے وائی) کے تحت شامل مستحقین کی مجموعی تعداد 8 لاکھ 79 ہزار 112 ہے۔ وزیر موصوف ایوان میں رکن اسمبلی سجاد غنی لون کی جانب سے پوچھے گئے ایک سوال کا جواب دے رہے تھے۔ انہوں نے کہا کہ حکومت جموں و کشمیر نے اے اے وائی خاندانوں کے لیے سالانہ 6

قومی و بین الاقوامی خبریں

پیوٹن 57.5 فیصد ووٹوں کے ساتھ سب سے آگے

ماسکو (روس): روس کی حکمراں جماعت یونائیٹڈ رشیا (United Russia)، جو صدر ولادیمیر پیوٹن کی حمایت کرتی ہے، ابتدائی نتائج کے مطابق 57.5 فیصد ووٹوں کے ساتھ ملک کے اسٹیٹ ڈوما (پارلیمنٹ کے ایوان زیریں) کے انتخابات میں آگے چل رہی ہے۔ یہ پارلیمانی انتخابات یوکرین میں جاری جنگ کے پس منظر میں منعقد کیے گئے ہیں۔

سی این این (CNN) کے مطابق، 25 ستمبر سے پہلے حتمی نتائج آنے کی امید نہیں ہے۔ روس کے مرکزی الیکشن کمیشن کے ابتدائی اعداد و شمار سے پتہ چلا ہے کہ اتوار کو تین روزہ پولنگ کا عمل ختم ہونے کے بعد یونائیٹڈ رشیا پارٹی آسانی سے برتری بنائے ہوئے ہے۔ فروری 2022 میں یوکرین پر روس کے حملے کے بعد یہ پہلا اسٹیٹ ڈوما الیکشن ہے۔

پیوٹن نے اس الیکشن کو ملک کے فوجی اور سیاسی راستے کے لیے عوام کی حمایت کی ایک علامت کے طور پر پیش کیا ہے۔ سی این این کے مطابق، پولنگ سے پہلے پیوٹن نے کہا تھا، آپ کا انتخاب اور پختہ عزم ایک بار پھر یہ دکھائے گا کہ لاکھوں لوگ ہمارے فوجیوں کی حمایت کر رہے ہیں اور ہم مشترکہ اقدار، اپنی تاریخی یادوں اور اپنی مادر وطن سے محبت کے جذبے سے متحد ہو کر ایک ساتھ کھڑے ہیں۔

یہ انتخابات پوری طرح سے کنٹرول شدہ سیاسی ماحول میں ہوئے، جس میں سی این این نے اپنی رپورٹ میں بتایا کہ کریملن (روسی حکومت) کے خلاف کوئی بھی حقیقی اپوزیشن بڑے پیمانے پر غائب تھی۔ روس کی واحد رجسٹرڈ جنگ مخالف پارٹی یابلوکو (Yabloko) کو سپریم کورٹ نے گزشتہ ماہ وفاقی پارٹی لسٹ کے انتخابات میں حصہ لینے سے روک دیا تھا۔

پیوٹن خود اس الیکشن میں امیدوار کے طور پر شامل نہیں تھے، انہیں سال 2030 سے پہلے صدارتی انتخاب کا سامنا نہیں کرنا ہے۔ آپ کو بتا دیں کہ یونائیٹڈ رشیا پارٹی نے 2021 میں ہوئے پچھلے پارلیمانی انتخابات میں اسٹیٹ ڈوما کی 450 سیٹوں میں سے 324 سیٹوں پر کامیابی حاصل کی تھی۔ یہ الیکشن روس اور یوکرین کے درمیان بڑھتی ہوئی فوجی

یواین جنرل اسمبلی: وزیر خارجہ جے شنکر نے کہا، عالمی نظام دباؤ کا شکار، کثیر الجہتی تعاون کو مضبوط کرنا ضروری

نیویارک: وزیر خارجہ ایس جے شنکر نے کہا کہ عالمی نظام اس وقت دباؤ کا شکار ہے، اور انہوں نے بڑھتے ہوئے جغرافیائی سیاسی مقابلے، کشیدگی اور تصادم کے درمیان کثیر الجہتی اور بین الاقوامی تعاون کو مضبوطی سے آگے بڑھانے کی اپیل کی۔ اس کے ساتھ ہی انہوں نے بین الاقوامی اداروں کو زیادہ شراکت اور شفاف کو یقینی بنانے کے لیے ان میں اصلاحات کی ضرورت پر زور دیا۔ انہوں نے فور ایف یعنی فیول (ایندھن)، فوڈ (خوراک)، فرٹیلائزر (کھاد) اور فنانس (مالیات) جیسے چار اہم عوامل پر بھی روشنی ڈالی۔

اقوام متحدہ کی 81ویں اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی کے موقعے پر پارٹنرز فار ملٹی لیٹرل ازم سمٹ کے افتتاحی سیشن سے خطاب کرتے ہوئے جے شنکر نے کہا کہ بین الاقوامی برادری بڑھتے ہوئے مقابلے اور جغرافیائی سیاسی تناؤ کے ساتھ ساتھ اہم ساختی تبدیلیوں کے دور کا سامنا کر رہی ہے۔ ہم ایک ایسے وقت میں مل رہے ہیں جب عالمی نظام دباؤ میں ہے۔

جے شنکر نے کہا کہ گزشتہ چند دہائیوں سے دنیا میں مسلسل دوبارہ توازن پیدا ہونے کا عمل جاری ہے، جس کی طویل عرصے سے توقع تھی۔ تاہم، بہت زیادہ مقابلے، جغرافیائی سیاسی تناؤ اور حقیقی تنازعات نے اسے اب بالکل ایک مختلف شکل دے دی ہے۔ انہوں نے خبردار کیا کہ اگر ان رجحانات کو نہ روکا گیا تو یہ بین الاقوامی تعاون کے اصول کو کمزور کر سکتے ہیں۔ اسی کے ساتھ انہوں نے کثیر الجہتی کو مضبوط بنانے کی اہمیت پر زور دیا۔

انہوں نے کہا کہ اگر اسے روکا نہ گیا تو یہ بین الاقوامی تعاون کے جذبے پر ہی سوالیہ نشان کھڑا کر دے گا۔ اس لیے یہ بہت ضروری ہے کہ اس وقت کثیر الجہتی پر مضبوطی سے اپنی بات رکھیں۔ وزیر خارجہ نے کہا کہ بین الاقوامی برادری کے سامنے جو چیلنجز ہیں، وہ سفارتی باتوں سے کہیں زیادہ ہیں اور ان کا براہ راست اثر عالمی امن، سلامتی اور ترقی پر پڑتا ہے۔

یہاں داؤ پر بہت ہی حقیقی مسائل لگے ہوئے ہیں، یہ محض زبانی جمع خرچ یا صرف باتیں ہی نہیں ہیں۔ امن اور بین الاقوامی سلامتی کا مستقبل، موسمیاتی اقدامات اور موسمیاتی انصاف کا مستقبل، نئی ٹیکنالوجی اور ڈویلپمنٹ فنانس، دہشت گردی کا مقابلہ کرنے اور سپلائی چین کو مضبوط بنانے، اور قدرتی آفت سے نمٹنے اور وبائی امراض کے لیے تیاری کرنے کا مستقبل بھی یہ سب کچھ مل جل کر کام کرنے اور تعاون کرنے کی خواہش پر منحصر ہے۔

انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ بین الاقوامی نظام کی کئی کامیابیاں مشترکہ کوششوں کی وجہ سے ہی ممکن ہو سکی ہیں۔ انہوں نے موجودہ فوائد کو برقرار رکھنے اور آگے مزید اصلاحات کی سمت میں کام کرنے کی اپیل کی۔ انہوں نے کہا کہ آیئے ہم اس بات کو تسلیم کریں کہ ہم نے اب تک جو کچھ بھی حاصل کیا ہے، وہ صرف مل کر کی گئی کوششوں کا ہی نتیجہ ہے۔ یہاں سبق یہ ہے کہ بہتری کی کوشش کرتے ہوئے اچھائی کا تحفظ کریں۔

جے شنکر نے موجودہ چیلنجز سے نمٹنے کے لیے بڑے حل کا انتظار کرنے کے بجائے، موجودہ تنازعات اور دنیا بھر میں پیدا ہونے والی مشکلات کے لیے عملی اور ہدف پر مبنی جوابات دینے کی ضرورت پر بھی زور دیا۔ انہوں نے کہا کہ یہ مقصد کئی کوششوں اور اقدامات کو یکجا کر کے پورا کیا جا سکتا ہے۔ جہاں تک موجودہ تنازعات کا تعلق ہے، تو جب ہم امن کے لیے کوشاں ہیں، اس دوران مخصوص پہلوؤں پر بھی توجہ مرکوز کی جا سکتی ہے۔ انہوں نے ایندھن، خوراک، کھاد اور فنانس سے جڑے چیلنجز کا ذکر کرتے ہوئے کہا کہ انہیں نظر انداز نہیں کیا جا سکتا۔

جے شنکر نے کہا کہ فیول، فوڈ، فرٹیلائزر اور فنانس کے فور ایف (4F) بحران کو ایسے ہی نہیں چھوڑا جا سکتا۔ انہوں نے ابھرتی ہوئی ٹیکنالوجی اور نئی صلاحیتوں کے ساتھ ساتھ عالمی سپلائی چین کی کمزوریوں کو کم کرنے کے اقدامات پر کام کرنے کے لیے ایک بین الاقوامی فریم ورک کی ضرورت پر بھی زور دیا۔

جے شنکر نے کہا کہ کثیر الجہتی تبھی سب سے بہترین کام کرے گی جب بین الاقوامی قوانین اور ضوابط پر پوری طرح عمل درآمد کیا جائے گا۔ ادارہ جاتی اصلاحات کا مطالبہ کرتے ہوئے انہوں نے کہا کہ کثیر الجہتی کے لیے محض زیادہ وکالت کرنے کے ساتھ ساتھ اسے مضبوطی سے نافذ کرنے کی بھی ضرورت ہوگی۔ جے شنکر نے بین الاقوامی اداروں میں زیادہ شراکتی بات چیت اور شفاف فیصلے سازی کا مطالبہ کرتے ہوئے کہا کہ اقوام

برطانیہ حوثی حملوں کا مقابلہ کرنے کے لیے سعودی عرب کو فضا میں ایندھن بھرنے کی سہولت فراہم کرے گا

نیویارک میں اقوام متحدہ کی جنرل اسمبلی کے اجلاس میں شرکت کے لیے جاتے ہوئے برنہم نے نامہ نگاروں کو بتایا کہ وہ اس بات پر متفق ہو گئے ہیں کہ رائل ایئر فورس سعودی طیاروں کو فضا میں ایندھن بھرنے کی سہولت فراہم کرے گی۔ یہ معاہدہ چند ہفتوں کے لیے ہے، تاہم برنہم نے کہا کہ اس کا جائزہ لیا جائے گا۔

حوثیوں اور یمن کی سعودی حمایت یافتہ حکومت کے درمیان تنازعہ دوبارہ شدت اختیار کر گیا ہے، حوثی سعودی عرب پر میزائل اور ڈرون حملے کر رہے ہیں، جن میں سنیچر کے روز ریاض کو نشانہ بنانے کی کوشش بھی شامل تھی جسے فضا ہی میں ناکام بنا دیا گیا تھا۔ حوثیوں نے باب المندب آبنائے اور بحیرہ احمر میں سعودی جہاز رانی کا محاصرہ کرنے کا اعلان بھی کیا ہے اور وہ سعودی عرب سے منسلک بحری جہازوں کے ساتھ مملکت جو دنیا میں تیل برآمد کرنے والا سب سے بڑا ملک ہے، اس کے اندر موجود تیل کی تنصیبات پر بھی حملے کر رہے ہیں۔

حوثیوں نے رواں ماہ کے اوائل میں یمن کے اندر پیش قدمی کرتے ہوئے بحیرہ احمر میں واقع اہم جزیروں اور بندرگاہی شہر موخا پر قبضہ کر لیا، اس پیش قدمی کی بدولت وہ باب المندب سے گزرنے والی جہاز رانی کی نقل و حرکت کی بہتر نگرانی کرنے کے قابل ہو گئے ہیں، جہاں سے عام طور پر عالمی تجارت کا تقریباً 12 فیصد حصہ گزرتا ہے۔

برنہم نے کہا کہ وہ برطانیہ اور وسیع تر خطے کے مفادات کو محفوظ بنانے کے لیے کام کر رہے ہیں، کیونکہ یقیناً سعودی عرب کو حملے کا سامنا ہے، وہ ممکنہ مزید خلل کو دیکھ رہا ہے، اور ہمیں ان راستے (تیل کے لیے) کھلے رکھنے کی ضرورت ہے۔ برطانیہ نے حوثیوں کے حملوں کی مذمت کی ہے اور کہا ہے کہ برطانیہ علاقائی استحکام، شہریوں کے تحفظ اور انسانی ہمدردی کی رسائی کی حمایت کے لیے شراکت داروں کے ساتھ مل کر کام کرے گا۔

برطانوی حکام نے پہلے آپریشنل معاملات پر تبصرہ کرنے سے انکار کر دیا تھا لیکن نوٹ کیا کہ برطانیہ اور سعودی عرب کے درمیان قریبی دفاعی شراکت داری ہے۔ امریکہ، جس نے بائیڈن اور ٹرمپ انتظامیہ کے تحت حوثیوں پر بمباری کی، اس بار فوجی طور پر ملوث ہونے میں کوئی دلچسپی نہیں دکھائی ہے۔ برطانیہ کے حکام کا کہنا ہے

سانبہ میں ٹرین کے ڈرائیور کیبن کا شیشہ کسی چیز کے ٹکرانے سے ٹوٹ گیا، تحقیقات جاری

جموں: حکام نے منگل کو بتایا کہ جموں و کشمیر کے ضلع سانبہ سے گزرتے ہوئے دہلی جانے والی ایک ٹرین کے ڈرائیور کیبن کا ایک شیشہ پراسرار طور پر ٹوٹ گیا، جس کے بعد ریلوے ٹریک آس پاس بڑے پیمانے پر سرچ آپریشن شروع کر دیا گیا ہے۔

انہوں نے بتایا کہ ابتدائی جانچ میں کسی بھی قسم کی تخریب کاری کے امکان کو مسترد کر دیا گیا ہے، جب کہ واقعے کی اصل وجہ جاننے کے لیے مزید تحقیقات جاری ہیں۔

ٹرین پیر کی دیر رات جموں توی ریلوے اسٹیشن سے دہلی کے لیے روانہ ہوئی تھی، لیکن پیر کی رات تقریباً 9:10 بجے سانبہ ریلوے اسٹیشن پر روک دی گئی۔

حکام نے بتایا کہ ضلع کے وجے پور علاقے سے ٹرین کے گزرنے کے دوران شیشہ ٹوٹنے کے بعد لوکو پائلٹ نے اسٹیشن ماسٹر کے پاس شکایت درج کرائی۔ اطلاعات کے مطابق شیشہ کسی چیز کے ٹکرانے سے ٹوٹا تھا۔ انہوں نے بتایا کہ پولیس کے سینئر افسران نفری کے ہمراہ فوری طور پر موقعے پر پہنچ گئے۔ واقعے کے پیچھے کارفرما اصل وجہ کا پتہ لگانے کے لیے گورنمنٹ ریلوے پولیس کے ساتھ مل کر ٹریک کے آس پاس ایک مشترکہ آپریشن چلایا گیا۔

سونیا گاندھی کی شہریت سے پہلے مبینہ طور پر ووٹر لسٹ میں نام شامل کروانے پر عدالت کا بڑا فیصلہ

نئی دہلی: دہلی کی ایک عدالت نے آج مجسٹریٹ کورٹ کے اس حکم کو منسوخ کر دیا ہے، جس میں کانگریس رہنما سونیا گاندھی کے خلاف مبینہ طور پر 1980 میں ووٹر لسٹ میں نام شامل کروانے پر ایف آئی آر (FIR) درج کرنے کا حکم دینے سے انکار کر دیا گیا تھا۔ اسپیشل جج وشال گوگنے نے یہ معاملہ مجسٹریٹ کو واپس بھیجتے ہوئے کہا کہ اس پر دوبارہ غور کریں اور ایک مدلل (منطقی) حکم پاس کریں۔

اسپیشل جج نے کہا کہ مجسٹریٹ کورٹ کا فیصلہ مدلل نہیں ہے۔ سیشن کورٹ نے متعلقہ مجسٹریٹ کے سامنے اس معاملے پر 29 ستمبر کو دوبارہ سماعت کرنے کا حکم دیا ہے۔ سیشن کورٹ نے 25 جولائی کو اپنا فیصلہ محفوظ کر لیا تھا۔ مجسٹریٹ کورٹ کے اس فیصلے کو وکیل وکاس ترپاٹھی نے سیشن کورٹ میں چیلنج کیا تھا۔ اس سے قبل 11 ستمبر کو ایڈیشنل چیف جوڈیشل مجسٹریٹ ویبھو چورسیا نے یہ درخواست خارج کر دی تھی۔

درخواست میں موقف اختیار کیا گیا تھا کہ ووٹر لسٹ میں سونیا گاندھی کا نام 1980 ہی میں شامل ہو گیا تھا جب کہ وہ 1983 میں بھارت کی شہری بنی تھیں، درخواست میں کہا گیا تھا کہ سونیا گاندھی کا نام دہلی کے نئی دہلی اسمبلی حلقے کی ووٹر لسٹ میں 1980 میں ہی جوڑ دیا گیا تھا جب کہ وہ اس وقت بھارت کی شہری بھی نہیں تھیں۔ بعد میں سونیا گاندھی کا نام 1982 میں ووٹر لسٹ سے ہٹایا گیا اور پھر 1983 میں دوبارہ شامل کیا گیا۔ سونیا گاندھی 1983 میں بھارت کی شہری بنی تھیں۔ درخواست کے مطابق، سونیا گاندھی نے بھارتی شہریت کے لیے درخواست بھی اپریل 1983 میں دی تھی۔ درخواست میں یہ دعویٰ کیا گیا ہے کہ جب سونیا گاندھی 1983 میں بھارتی شہری بنیں، تو 1980 میں ووٹر لسٹ میں نام شامل کروانے کے لیے

جموں و کشمیر میں ستمبر کے آخر تک موسم زیادہ تر خشک رہنے کا امکان، چوبیس اور ستائیس اٹھائیس ستمبر کو ہلکی بارش متوقع

جموں (محمد اشرف گنائی): محکمہ موسمیات کے مطابق، جموں و کشمیر میں ستمبر کے آخری ایام کے دوران موسم مجموعی طور پر خشک رہنے کا امکان ہے۔ تاہم، 24 ستمبر کی شام اور پھر 27 سے 28 ستمبر کے دوران بعض علاقوں میں موسم میں معمولی تبدیلی آ سکتی ہے۔ ان ایام میں جموں و کشمیر کے کچھ علاقوں میں ہلکی بارش، جب کہ بالائی پہاڑی علاقوں میں ہلکی برف باری کا بھی امکان ظاہر کیا گیا ہے۔

آج 22 ستمبر کو جموں و کشمیر میں موسم عموماً گرم اور خشک رہے گا۔ میدانی اور نشیبی علاقوں میں زیادہ سے زیادہ درجہ حرارت 33 سے 34 ڈگری سیلسیس کے آس پاس رہنے کی توقع ہے، جب کہ وادیٔ کشمیر اور بالائی علاقوں میں موسم نسبتاً ٹھنڈا رہے گا۔ اس دوران بیشتر علاقوں میں آسمان صاف رہے گا اور بارش کا امکان بہت کم ہے۔

محکمہ موسمیات کی رپورٹ کے مطابق، 24 ستمبر کی شام کو مغربی ہواؤں کے ایک کمزور نظام (Western Disturbance) کے اثر کے باعث کشمیر اور جموں ڈویژن کے بعض اضلاع میں ہلکی بارش ہو سکتی ہے۔ یہ بارش مختصر دورانیے کی ہونے کا امکان ہے اور بڑے پیمانے پر موسم خراب ہونے کی کوئی پیش گوئی نہیں کی گئی۔ البتہ، بالائی پہاڑی علاقوں میں اس دوران ہلکی برف باری بھی دیکھنے کو مل سکتی ہے۔

ستمبر کے باقی دنوں میں بھی موسم مجموعی طور پر خشک ہی رہے گا، تاہم 27 اور 28 ستمبر کو ایک بار پھر بعض مقامات پر ہلکی بارش کا امکان موجود ہے۔

اس صورتحال کو مدنظر رکھتے ہوئے، محکمہ موسمیات نے کسانوں کو مشورہ دیا ہے کہ وہ

پاکستان: پاکستان تحریک انصاف کے احتجاجی مارچ سے قبل عمران خان کی مزید دو بہنیں گرفتار

اسلام آباد: پاکستان پولیس نے پیر کے روز مینٹیننس آف پبلک آرڈر (ایم پی او) آرڈیننس کے تحت پاکستان کے سابق وزیراعظم عمران خان کی مزید دو بہنوں کو 30 دن کے لیے گرفتار کر لیا۔ یہ گرفتاریاں پاکستان تحریک انصاف (پی ٹی آئی) کے سابق وزیراعظم کی جیل سے رہائی کا مطالبہ کرنے کے لیے اس مجوزہ لانگ مارچ سے قبل عمل میں آئی ہیں۔

ایک روز قبل، پولیس نے عمران خان کی ایک اور بہن، علیمہ خان کو بھی اسی قانون کے تحت حراست میں لے کر کوٹ لکھپت جیل بھیج دیا تھا۔ ایک عہدیدار نے بتایا کہ پیر کو پولیس نے خان کی بہنوں، ڈاکٹر عظمیٰ خان اور نورین نیازی کو ان کے بھانجوں سمیت ایم پی او آرڈیننس کے تحت 30 دن کے لیے حراست میں لے لیا۔ عہدیدار نے مزید کہا کہ انہیں کوٹ لکھپت جیل بھیج دیا گیا ہے، جہاں علیمہ کو بھی حراست کے بعد بھیجا گیا تھا۔

یہ گرفتاریاں پی ٹی آئی کے ملک گیر احتجاج سے قبل عمل میں آئی ہیں، جن میں خان کی رہائی کے مطالبے کے لیے 27 ستمبر کو اسلام آباد کی طرف مجوزہ لانگ مارچ بھی شامل ہے۔

وزیر داخلہ محسن نقوی نے پیر کے روز عمران خان کی پارٹی کو خبردار کیا کہ وہ سڑکوں پر احتجاج نہ کرے۔ انہوں نے کہا، ہم نے انہیں (پی ٹی آئی) واضح طور پر بتا دیا ہے کہ وہ اس طرح کچھ حاصل نہیں کر سکتے۔ میں پھر کہتا ہوں کہ ابھی بھی وقت ہے، انہیں خود کو ایسی صورتحال میں نہیں ڈالنا چاہیے۔ انہوں نے پی ٹی آئی کو مشورہ دیا کہ وہ ایسے راستے پر نہ چلیں جس کا کوئی انجام نہ ہو۔

انہوں نے کہا کہ پی ٹی آئی کو اسلام آباد آ کر دس دن کے لیے شہر بند کرنے کی اجازت نہیں دی جائے گی۔ نقوی نے مزید کہا، اس کا کوئی امکان نہیں ہے۔ عمران خان کی بہنوں کے خلاف کارروائی کا لاہور پولیس نے دفاع کرتے ہوئے کہا کہ یہ عوامی تحفظ اور امن و امان کی صورتحال برقرار رکھنے کے لیے ضروری تھیں۔ یہ قانون پولیس کو اختیار دیتا ہے کہ وہ کسی بھی ایسے شخص کو گرفتار کر سکے جسے ملک کے لیے خطرہ سمجھا جائے۔ گرفتاری کے حکم نامے میں کہا گیا ہے کہ دونوں خواتین نے نومبر 2023

تیئیس ستمبر سے دنیا بھر کی فضائی حدود ایرانی جہازوں کے لیے بند کر دی جائیں گی: امریکہ

واشنگٹن ڈی سی: امریکہ کے وزیر خزانہ سکاٹ بیسنٹ نے خبردار کیا کہ 23 ستمبر سے ایرانی ایئرلائنز کو بین الاقوامی سفر سے مؤثر طور پر باہر کر دیا جائے گا۔ اس کے ساتھ انہوں نے ان غیر ملکی کمپنیوں کے خلاف ثانوی پابندیاں عائد کرنے کی دھمکی دی ہے جو ایران کے ہوائی جہازوں کو خدمات فراہم کرنا جاری رکھیں گی۔

الجزیرہ کے مطابق، بیسنٹ نے پیر کے روز کہا کہ 23 ستمبر کو دنیا بھر میں تمام ایرانی ایئر لائنز بند کر دی جائیں گی۔ واضح رہے کہ ٹرمپ انتظامیہ تہران پر معاشی دباؤ بڑھا رہی ہے۔

یہ وارننگ صرف ایرانی ایئر لائنز تک محدود نہیں ہے بلکہ اس کا دائرہ کار غیر ملکی ایئر لائنز، ایندھن فراہم کرنے والوں، ٹکٹیں جاری کرنے والی کمپنیوں اور دیگر کاروبار تک پھیلا ہوا ہے جو ایرانی ہوائی جہازوں کے بین الاقوامی آپریشنز کی معاونت میں شامل ہیں۔

الجزیرہ کے مطابق، بیسنٹ نے کہا کہ "اگر وہ لینڈنگ کرتے ہیں، تو آپ انہیں ایندھن فراہم نہیں کر سکتے، آپ انہیں کیٹرنگ کی خدمات فراہم نہیں کر سکتے، آپ انہیں ٹکٹ فروخت نہیں کر سکتے، ورنہ آپ کو ڈالر کے نظام سے باہر نکال دیا جائے گا۔" وہ تازہ ترین دھمکی ٹرمپ انتظامیہ کی جانب سے پابندیوں کی اس وسیع تر مہم کے دوران سامنے آیا ہے جس کا مقصد بین الاقوامی مالیاتی اور تجارتی نیٹ ورکس تک ایران کی رسائی کو محدود کرنا ہے۔

اس ماہ کے اوائل میں، امریکی محکمہ خزانہ نے ان ایرانی ایئرلائنز پر پابندیاں عائد کرنے کا اعلان کیا تھا جنہیں پہلے نشانہ نہیں بنایا گیا تھا، ساتھ ہی ایران سے باہر کئی کمپنیوں پر بھی پابندیاں لگائیں جن پر ایران کے ہوابازی کے شعبے کی حمایت کا الزام ہے۔

ایران کی ہوابازی کی صنعت کو برسوں کی امریکی پابندیوں کی وجہ سے پہلے ہی نمایاں پابندیوں کا سامنا ہے، جس نے ایرانی فضائی کمپنیوں کی نئے طیارے خریدنے اور اسپیئر پارٹس (پرزہ جات) اور دیکھ بھال کی خدمات حاصل کرنے کی صلاحیت کو محدود کر دیا ہے۔

یہ تازہ ترین اقدامات امریکی پابندیوں کے ایک وسیع تر نظام کا حصہ ہیں جس کا مقصد ایران کی معیشت بشمول اس کے توانائی، شپنگ، ٹیکنالوجی، سونے اور ڈیجیٹل اثاثوں کے شعبوں کو نشانہ بنانا ہے۔ ثانوی پابندیاں ان غیر ملکی کاروباروں کو نشانہ بناتی ہیں جو پابندیوں کی زد میں آئی ہوئی ایرانی کمپنیوں کے ساتھ لین دین کرتے ہیں۔

کارن فلیکس اور گرانولا آمنے سامنے......ناشتے کے لیے کون بہتر؟

ڈاکٹر شمس الحق

بہت سے لوگ ناشتے کے انتخاب میں کارن فلیکس اور گرانولا کے درمیان تذبذب کا شکار رہتے ہیں، خاص طور پر جب اضافی شکر کے زیادہ استعمال کے نقصانات کے بارے میں آگاہی بڑھ رہی ہو۔ حالیہ غذائی تجزیات سے ظاہر ہوتا ہے کہ ان دونوں میں فرق صرف ذائقے یا بناوٹ تک محدود نہیں، بلکہ شکر کی مقدار اور مجموعی غذائی قدر تک پھیلا ہوا ہے۔ عمومی طور پر عالمی صحت ویب سائٹ VeryWellHealth کی ایک رپورٹ کے مطابق مکمل اناج سے تیار کی جانے والی کلاسیکی حبوب ناشتا میں گرانولا کے مقابلے میں اضافی شکر کم ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر بغیر مٹھاس والی کچھ مشہور حبوب ناشتا میں ایک کپ میں شکر کی مقدار صرف ایک گرام تک ہوتی ہے، جبکہ تجارتی طور پر دستیاب بعض گرانولا اقسام میں ایک ہی حصے میں 10 سے 25 گرام تک شکر شامل ہو سکتی ہے۔ ماہرین غذائیت اس بات پر بھی زور دیتے ہیں کہ پیکٹ پر درج حصے (سرونگ سائز) کی مقدار اکثر اس مقدار سے کم ہوتی ہے جو صارف حقیقت میں کھا لیتا ہے، جس کے باعث لاعلمی میں شکر کی مقدار دوگنی یا اس سے بھی زیادہ ہو سکتی ہے۔ گرانولا میں شکر کی زیادہ مقدار کی ایک بڑی وجہ اس کی تیاری کا طریقہ ہے۔ اس میں اجزا کو آپس میں جوڑنے، کُھلی دار بناوٹ دینے اور بیکنگ کے بعد خوش ذائقہ پیدا کرنے کے لیے شہد، میپل سیرپ یا براؤن شوگر جیسے میٹھے اجزا شامل کیے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ بھوننے (روسٹنگ) کا عمل بھی بعض اوقات مصنوعات کے گلیسیمک انڈیکس میں اضافے کا سبب بن سکتا ہے۔ اگرچہ شکر کی کم مقدار کے لحاظ سے حبوب ناشتا (کارن فلیکس) کو برتری حاصل ہے، لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ وہ ہر حال میں زیادہ صحت بخش انتخاب ہیں۔ گرانولا میں عموماً یہ غذائی فوائد پائے جاتے ہیں: زیادہ غذائی فائبر، جو دیر تک پیٹ بھرے ہونے کا احساس دلاتا ہے اور خون میں شکر کی سطح کو منظم رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ گری دار میوؤں اور بیجوں سے حاصل ہونے والا پروٹین اور صحت مند چکنائیاں، قدرتی غذائی اجزا جیسے میگنیشیم اور غیر سیر شدہ چکنائیاں۔ اس کے برعکس، بعض حبوب ناشتا میں آئرن، وٹامن ڈی اور کمپلیکس جیسے وٹامنز اور معدنیات شامل کیے جاتے ہیں، تاہم اگر یہ مکمل اناج سے تیار نہ ہوں تو ان میں فائبر کی مقدار کم ہو سکتی ہے۔ امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کے مطابق خواتین کے لیے روزانہ اضافی شکر کی حد 25 گرام اور مردوں کے لیے 36 گرام سے زیادہ نہیں ہونی چاہیے۔ اعداد و شمار سے پتا چلتا ہے کہ گرانولا کی بعض اقسام کی صرف ایک سرونگ ہی اس مقدار کا نصف یا اس سے بھی زیادہ فراہم کر سکتی ہے، اس لیے درست اور محتاط انتخاب بے حد ضروری ہے۔

بہترین انتخاب کیسے کریں؟

ماہرین غذائیت درج ذیل نکات کی سفارش کرتے ہیں: ایسی مصنوعات کا انتخاب کریں، جن میں مکمل اناج (ہول گرین) پہلے جز کے طور پر شامل ہو۔ ممکن ہو تو فی حصے میں اضافی شکر 6 گرام سے زیادہ نہ ہو۔ گرانولا کو کم مقدار میں دہی یا پھلوں کے اوپر بطور اضافی استعمال کریں۔ ذائقہ بڑھانے کے لیے اضافی شکر کے بجائے تازہ پھل شامل کریں۔ اسی لیے کارن فلیکس اور گرانولا کے درمیان فیصلہ صحت سے متعلق ترجیحات پر منحصر رہتا ہے۔ بغیر مٹھاس والی حبوب ناشتا اُن افراد کے لیے موزوں ہیں جو شکر کم کرنا چاہتے ہیں، جبکہ گرانولا مناسب مقدار اور شکر کے محتاط استعمال کے ساتھ ایک غذائیت بخش انتخاب ہو سکتی ہے۔

سائنس دانوں کا الٹرا پروسیسڈ غذاؤں پر سخت ضوابط کے اطلاق کا مطالبہ

ڈاکٹر سلیم

امریکا کی تین معروف جامعات کی جانب سے حال ہی میں کی گئی ایک تحقیق میں الٹرا پروسیسڈ غذاؤں پر صحت کے لیے سگریٹ جتنا نقصان دہ ہونے کی وجہ سے سخت ضوابط کے اطلاق کا مطالبہ کر دیا۔ تحقیق کے مطابق الٹرا پروسیسڈ غذائیں جان بوجھ کر اس طرح تیار کی جاتی ہیں کہ لوگ انہیں بار بار کھائیں اور ان کے عادی ہو جائیں، بالکل اسی طرح جیسے تمباکو کی مصنوعات تیار کی جاتی ہیں۔ محققین نے حکومتوں اور صحت کے اداروں سے مطالبہ کیا ہے کہ ان غذاؤں کے منفی اثرات کو کم کرنے کے لیے سخت عوامی صحت کی پالیسیز متعارف کرائی جائیں۔ مطالعے میں بتایا گیا کہ دنیا کے 50 ممالک سے حاصل کردہ شواہد الٹرا پروسیسڈ غذاؤں کے زیادہ استعمال کو موٹاپے، دماغی تبدیلیوں اور میٹابولک امراض سے جوڑتے ہیں، جن میں پارکنسنز جیسی سنگین بیماریاں بھی شامل ہیں۔ تحقیق کے مطابق حالیہ اندازوں سے پتا چلتا ہے کہ امریکا میں ہر چار منٹ بعد ایک شخص ایسی قابلِ تدارک بیماریوں کے باعث جان کی بازی ہار جاتا ہے، جن کا تعلق براہ راست الٹرا پروسیسڈ غذاؤں کے استعمال سے ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر ان غذاؤں کے استعمال پر قابو نہ پایا گیا تو مستقبل میں صحت عامہ کے مسائل مزید سنگین ہو سکتے ہیں، اس لیے سگریٹ کی طرح ان پر بھی واضح وارننگ، تشہیری پابندیاں اور سخت قوانین عائد کرنے کی فوری ضرورت ہے۔ ہارورڈ، ڈیوک یونیورسٹی اور یونیورسٹی آف مشی گن کے سائنس دانوں نے انکشاف کیا ہے کہ دونوں صنعتوں نے ضوابط سے بچنے اور اپنی مصنوعات کو زیادہ پرکشش بنانے کے لیے یکساں حکمتِ عملیاں استعمال کیں، جو ممکنہ طور پر انسانی حیاتیاتی نظام کو یرغمال بنا لیتی ہیں۔

چیا سیڈ بھوک کم کرنے اور دماغی صحت کیلئے مفید

ڈاکٹر مسرور وانی

ہیلتھ زون سکن کلینک، سرینگر

نئی تحقیق میں انکشاف ہوا ہے کہ چیا کے بیج نہ صرف جسم کو نقصان دہ الٹرا پروسیسڈ فوڈز کے اثرات سے بچا سکتے ہیں بلکہ دماغی سوزش کو کم کرنے اور بھوک پر قابو پانے میں بھی مددگار ہیں۔ ماہرین نے انہیں قدرتی طور پر بھوک دبانے والی ادویات جیسے اوزیمپک اور ویگووی کا متبادل قرار دے دیا۔ برازیل کی فیڈرل یونیورسٹی آف ویکوسا کے سائنسدانوں نے چیا کے بیجوں سے متعلق تجربات کے جہاں چوہوں کی تعداد کو دو حصوں میں تقسیم کر کے پہلے حصے کو پہلے آٹھ ہفتے تک چکنائی اور شکر سے بھرپور خوراک دی گئی جبکہ دوسرے حصے کو چیا کا تیل اور کچھ کو چیا کا آٹا دیا گیا تاکہ انسانی غیر صحت مند خوراک کے اثرات کو جانچا جا سکے۔

نتیجہ

نتائج سے معلوم ہوا کہ چیا کا تیل دماغ میں ایسے جینز کو فعال کرتا ہے جو بھوک کو دبانے والے پروٹین (POMC اور CART) پیدا کرتے ہیں۔ چیا کا آٹا براہ راست دماغ کے بھوک کے ریسپٹرز سے جڑ کر بھوک کم کرنے میں مددگار پایا گیا۔ دونوں صورتوں میں دماغ کی لیپٹن ہارمون کے ساتھ کارکردگی بہتر ہوئی، جو عام طور پر بھوک کو کنٹرول کرتا ہے لیکن یہ چکنائی والی خوراک سے متاثر ہو جاتا ہے۔ چیا کے بیجوں نے دماغی سوزش کو بھی کم کیا، جسے غیر صحت مند خوراک بڑھا دیتی ہے۔ تاہم سائنسدانوں نے واضح کیا کہ تجربے کے دوران چوہوں کا وزن کم نہیں ہوا کیونکہ وہ انتہائی زیادہ کیلوریز والی خوراک کھا رہے تھے۔

غذائی فوائد

چیا کے بیج اومیگا-3 فیٹی ایسڈز سے بھرپور ہیں اور مکمل پروٹین فراہم کرتے ہیں، یعنی ان میں تمام نو ضروری امینو ایسڈز موجود ہیں۔ یہ بیج موٹاپے، ہائی بلڈ پریشر، ذیابیطس اور دل کی بیماریوں کے خطرے کو کم کرنے میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔ تحقیق کے مطابق چیا کے آٹے اور تیل کا استعمال غیر متوازن خوراک کے ساتھ جڑے میٹابولک امراض کو قابو میں رکھنے کی حکمتِ عملی ہو سکتا ہے۔

بریسٹ کینسر اسکریننگ، اے آئی کے استعمال سے متعلق اہم انکشاف

ڈاکٹر سلیم

ایک تحقیق کے مطابق بریسٹ کینسر کی اسکریننگ میں آرٹیفیشل انٹیلی جنس (اے آئی) کے استعمال سے خطرناک اور آخری مراحل کے کینسر کے کیسز میں کمی آئی

وزن کم کرنے میں مددگار سبزی بیہہ کے صحت پر حیران کن طبی فوائد

ڈاکٹر مریم

بیہہ (لوٹس روٹ) ایک غذائیت سے بھرپور سبزی ہے جو تیزی سے وزن کم کرنے اور صحت پر بے شمار طبی فوائد کی حامل ہونے کے سبب مقبول ہو رہی ہے۔ فائبر، وٹامن سی اور پوٹاشیم سے بھرپور یہ سبزی نہ صرف کم کیلوریز رکھتی ہے بلکہ مجموعی صحت کے لیے بھی مفید سمجھی جاتی ہے۔ بیہہ سبزی جسے لوٹس روٹ بھی کہا جاتا ہے آج کل سوشل میڈیا پر کافی وائرل ہے، خصوصاً نوجوان طبقہ وزن کم کرنے اور فٹنس کے لیے اس سبزی کو ترجیح دے رہا ہے۔ ماہرین کے مطابق بیہہ میں موجود فائبر کی زیادہ مقدار دیر تک پیٹ بھرے رہنے کا احساس دلاتا ہے جس سے غیر ضروری کھانے کی خواہش پر قابو پایا جا سکتا ہے۔ اس کی کم کیلوریز اور کمپلیکس کاربوہائیڈریٹس بلڈ شوگر کو متوازن رکھنے میں مدد دیتے ہیں جو وزن کم کرنے کے لیے اہم ہے۔

بیہہ سبزی کے اہم فوائد:

غذائی ماہرین کے مطابق بیہہ کی سبزی نظام ہاضمہ بہتر بناتی ہے اور آنتوں کی صحت کے لیے مفید ہے۔ اس میں پوٹاشیم کی موجودگی دل کی صحت کو سہارا دیتی ہے۔ وٹامن سی کی وافر مقدار قوتِ مدافعت بڑھاتی ہے۔ اینٹی آکسیڈنٹس جسم میں چربی کم کرنے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں اور روایتی طب کے مطابق یہ سبزی معدہ ٹھنڈا رکھنے کے لیے بھی استعمال کی جاتی ہے۔

استعمال کا درست طریقہ:

بیہہ کو اچھی طرح دھو کر اور مکمل طور پر پکا کر استعمال کرنا چاہیے۔ کچی حالت میں کھانے سے معدے کے مسائل ہو سکتے ہیں۔ اسے ابال کر، بھاپ میں پکا کر یا ہلکا فرائی کر کے کھایا جا سکتا ہے۔

ممکنہ نقصانات:

بیہہ کا زیادہ مقدار میں استعمال کرنے سے گیس یا پیٹ میں تکلیف ہو سکتی ہے۔ بعض افراد میں الرجی کا امکان بھی ہوتا ہے۔ شوگر یا خون پتلا کرنے والی ادویات استعمال کرنے والے افراد اس سبزی کا استعمال ڈاکٹر سے مشورے کے بعد کریں۔

Read and Recommend
The daily Surathal
Srinagar
صورت حال
صورت حال ہمیشہ سے بہت انصاف سے ... کرتا ہے

انڈین ریلوے
ای۔ٹینڈر نوٹس
آخری تاریخ/وقت: 15:00 13.10.2026
صدر جمہوریہ ہند کی جانب سے کام کرتے ہوئے ... ای ٹینڈر نوٹس نمبر 433_TELE_JAT_13_26_27 آخری تاریخ/وقت: 15:00/13.10.2026 بجے کے خلاف ... https://www.ireps.gov.in ... IREPS ... FDR ...

معاہدہ کی قسم	کام		
کام کا نام	[illegible]		
ٹینڈر تکمیل کی تاریخ	13/10/2026 15:00	ٹینڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ اور وقت	21/09/2026 18:59
اشتہار کی قیمت (روپئے)	35773490.97	ٹی آر ای پی ایس کے مطابق بولی شروعات کی تاریخ	29/09/2026
بیعانہ کی رقم (روپئے)	215500.00	پورا ہونے کی مدت	04 مہینے

ٹینڈر نوٹس نمبر: 33_TELE_JAT_13_26_27 تاریخ: 22.09.2026 3290/26
گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

انڈین ریلوے
ای۔ٹینڈر نوٹس
ٹینڈر نوٹس نمبر: 158-2026-27-Sr.DEN-I-FZR مورخہ 21-09-2026
... www.ireps.gov.in ... 12-10-2026 دوپہر 15.00 بجے تک ... www.ireps.gov.in ... www.ireps.gov.in ...

ٹینڈر ٹائپ	ٹینڈر کیٹیگری	بولی سسٹم
کھلا	کام	سنگل بولی سسٹم
ٹینڈر اپلوڈ کرنے کی تاریخ	بولی شروع کی تاریخ	ٹینڈر اختتام کی تاریخ اور وقت
19-09-2026	28-09-2026	12-10-2026، 15.00 بجے

نمبر شمار	ٹینڈر نمبر	ٹینڈر کی تفصیلات
1.	158-2026-27 SrDEN-I-FZR	... (TVU 10,000 سے 20,000 کے بیچ) ... (23 لیول کراسنگ) ... NRHQ-0-97-2017/R1 کے مطابق

تخمینی لاگت (روپے)	بیعانہ کی رقم	آفر کی میعاد	مدت تکمیل کام
29519971.98	590400.00	60 دن	08 مہینے

... IPSC/RCC ...
نوٹ 1۔ ٹینڈر ڈالنے سے پہلے ٹینڈر دہندگان ٹینڈر کے سلسلے میں جاری کی گئی کسی بھی تصحیح نامہ کی جانچ کریں گے۔ 2۔ تضاد میں کسی بھی خامی کیلئے انگریزی ورژن کا مطالعہ کریں اور انگریزی ورژن ہی جائز ہونگے۔
3287/26
گراہکوں کی خدمت میں مسکان کے ساتھ

لمبے قد کے نقصانات اور صحت کے 5 مسائل جو بہت کم لوگ جانتے ہیں

ڈاکٹر وجیہا بیگ

لمبا قد عموماً خوبصورتی اور اعتماد کی علامت سمجھا جاتا ہے لیکن طبی تحقیق کے نتائج میں انکشاف ہوا ہے کہ لمبا قد مخصوص صحت کے مسائل کا باعث بھی بن سکتا ہے۔ ماہرین کے مطابق لمبے قد والے افراد کو دل، جوڑوں اور ریڑھ کی ہڈی سے متعلق مسائل کا خطرہ نسبتاً زیادہ ہوتا ہے تاہم صحت مند طرزِ زندگی سے ان خطرات کو کم کیا جا سکتا ہے۔

لمبے قد والے افراد کو درپیش 5 عام صحت کے مسائل:

دل اور خون کی نالیوں پر اضافی دباؤ

ماہرین کے مطابق لمبے قد کے باعث خون کی نالیاں بھی لمبی ہوتی ہیں جس کی وجہ سے دل کو خون پمپ کرنے میں زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے۔ اس سے دل کی دھڑکن کی بے ترتیبی اور خون کے لوتھڑے بننے جیسے مسائل کا خطرہ بڑھ سکتا ہے۔

جوڑوں اور کمر کے مسائل

لمبا قد اور وزن کی وجہ سے گھٹنوں، کولہوں اور ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ بڑھ جاتا ہے، وقت کے ساتھ یہ دباؤ جوڑوں کے درد، ابتدائی گٹھیا اور دائمی کمر درد کا سبب بن سکتا ہے۔

سانس لینے میں مشکلات

اگرچہ لمبے قد والے افراد کے پھیپھڑے بڑے ہوتے ہیں لیکن غلط بیٹھنے یا جھک کر چلنے کی عادت سانس لینے کی صلاحیت کو متاثر کر سکتی ہے، ریڑھ کی ہڈی کے مسائل بھی سانس میں دقت پیدا کر سکتے ہیں۔

کھیلوں میں چوٹ لگنے کا زیادہ خطرہ

لمبے ہاتھ اور ٹانگیں کھیلوں کے دوران پٹھوں اور لیگامنٹس (Ligament) پر زیادہ دباؤ ڈالتی ہیں، اچانک مڑنے یا چھلانگ لگانے سے گھٹنے اور ٹخنے پر چوٹیں زیادہ لگ سکتی ہیں۔

ریڑھ کی ہڈی کی ڈسک کا خراب ہونا

لمبی ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ زیادہ ہوتا ہے، خاص طور پر طویل وقت تک بیٹھنے اور کمزور جسمانی ساخت کے باعث، اس سے ڈسک خراب ہونے اور مستقل کمر درد کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ قد بذاتِ خود بیماری کی وجہ نہیں بنتا بلکہ اصل کردار طرزِ زندگی، ورزش، بیٹھنے کی درست عادات اور متوازن غذا ادا کرتی ہے۔ لمبے قد والے افراد اگر اپنی جسمانی صحت کا خیال رکھیں تو وہ ان مسائل سے بڑی حد تک محفوظ رہ سکتے ہیں

ڈراؤنے خواب دیکھنے والوں میں موت کا خطرہ 3 گنا زیادہ ہوتا ہے، تحقیق

ڈاکٹر مریم

ایک تحقیق کے مطابق ڈراؤنے خواب دیکھ کر جاگنے سے دل کی دھڑکن تیز ہو سکتی ہے، لیکن اس طرح رات کو جاگنے کے اثرات کافی دور رس ہو سکتے ہیں۔ نئی تحقیق کے مطابق جن لوگوں کو ہر ہفتے ڈراؤنے خواب نظر آتے ہیں، ان میں 75 سال کی عمر سے پہلے موت کا خطرہ ان افراد کے مقابلے میں تقریباً تین گنا زیادہ پایا گیا جو شاذ و نادر ہی ایسے خواب دیکھتے ہیں۔ یہ تشویشناک نتیجہ جس کا ابھی تک ہم عصر ماہرین نے جائزہ نہیں لیا ہے۔ اس تحقیقی ٹیم نے امریکا میں ہونے والی چار بڑی طویل المدتی اسٹڈیز کے اعداد و شمار کو یکجا کیا۔ ان اسٹڈیز میں 26 سے 74 سال کی عمر کے درمیان کے چار ہزار سے زائد افراد کی کیفیات کا مکمل طور پر جائزہ لیا گیا تھا۔ اس تحقیق کے شروع میں رضا کاروں نے بتایا کہ کتنی بار ڈراؤنے خواب نے ان کی نیند میں خلل ڈالا۔ اس کے بعد اگلے 18 برسوں تک محققین نے یہ ریکارڈ رکھا کہ کتنے شرکا وقت سے پہلے انتقال کر گئے۔ رپورٹ کے مطابق ایسے افراد کی مجموعی تعداد 227 تھی۔ یہاں تک کہ اگر عمر، جنس، ذہنی صحت، تمباکو نوشی اور جسمانی وزن جیسے عام خطرے کے عوامل کو مدِنظر رکھنے کے بعد یہ بات سامنے آئی کہ جو لوگ ہر ہفتے ڈراؤنے خواب دیکھتے تھے، ان میں وقت سے پہلے موت کا خطرہ تقریباً تین گنا زیادہ تھا، جو کہ بہت زیادہ تمباکو نوشی کے خطرے کے برابر ہے۔ ٹیم نے ایپی جینیٹک کلاکس کا بھی جائزہ لیا، جو ڈی این اے پر موجود کیمیائی مارکس (نشانات) ہوتے ہیں جو حیاتیاتی عمر ناپنے والے میٹر کی طرح کام کرتے ہیں۔ تینوں کلاکس سے جائزہ لینے کے بعد یہ بات سامنے آئی کہ جن لوگوں کو بار بار ڈراؤنے خواب آتے تھے، وہ حیاتیاتی طور پر اپنی اصل عمر کے مقابلے میں زیادہ بوڑھے پائے گئے۔

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

روزنامہ صورت حال

وادی کا ٹریفک نظام

ناقص ٹریفک نظام کے باعث ریاست خاص کر وادی کے لوگوں کو شدید مصائب ومشکلات کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ اگرچہ اخبارات کے ذریعے حکام کو بار بار ٹریفک جام، ناقص ٹریفک نظام کے بارے میں آگاہ کیا گیا تاہم انتظامیہ میڈیا کی جانب سے اس حساس معاملے کو بار بار اجاگر کرنے کے باوجود کوئی توجہ نہیں دے رہی ہے۔ حکومت کی دانست میں ہو نہ ہو مگر اہل وادی بخوبی جانتے ہیں کہ پوری وادی میں ٹریفک جام کی وجہ سے لوگوں کے چلنے پھرنے میں مشکلات پیدا ہو چکی ہیں جبکہ کسی بھی قصبے یا بڑے شہروں میں چھوٹی مسافر بردار گاڑیوں کیلئے سٹینڈ دستیاب نہ ہونے کے باعث مسافروں کو شدید عذاب سے گزرنا پڑ رہا ہے جبکہ ناقص ٹریفک نظام کے باعث وادی کے لوگوں کو ایک جگہ سے دوسری جگہ جانے کیلئے سورج غروب ہونے کے بعد گاڑیاں دستیاب نہیں ہوتی ہیں۔ ان تاثرات کا اظہار معزز شہریوں کے ایک وفد نے کہا۔

معزز شہریوں کے اس وفد کے مطابق محکمہ ٹرانسپورٹ کی بنیادیں اس قدر کھوکھلی ہو چکی ہیں کہ یہ کسی بھی وقت زمین بوس ہو سکتا ہے اور اس محکمہ کی کارکردگی میں سدھار لانے کیلئے کوئی قدم نہیں آٹھایا جارہا ہے جس کی وجہ سے وادی کے مسافروں کو شدید عذاب سے گزرنا پڑ رہا ہے۔ ناقص ٹریفک نظام کے باعث نہ صرف وادی کے مسافروں کو ایک جگہ سے دوسری جگہ جانے میں مشکلات کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے بلکہ چھوٹی مسافر بردار گاڑیوں کے مالکان کا یہ ماننا ہے کہ انہیں وادی کشمیر کے کسی بھی قصبے یا شہروں میں سٹینڈ دستیاب نہیں ہیں جس کی وجہ سے انہوں نے اپنا نام آوارہ رکھا ہے اور آوارگی کے حالت میں سڑکوں پر گھوم رہے ہیں جس کے نتیجے میں مسافروں کو بے حد تکلیفوں کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔

ریاست جموں وکشمیر کے دارالخلافہ شہر سرینگر میں ٹرانسپورٹ کی صورتحال کا اگر باریک بینی سے جائزہ لیا جائے تو پانتھ چوک کے نزدیک ایک بس اسٹینڈ قائم کیا گیا ہے اور بتہ مالو میں ایک جبکہ ۷۰۴، ٹاٹا گاڑیوں، مزدا، ٹاٹا سومو، آٹو رکشاؤں اور دوسری چھوٹی مسافر بردار گاڑیوں کیلئے کسی بھی جگہ سٹینڈ دستیاب نہیں ہے اور آئے دن چھوٹی مسافر بردار گاڑیوں کیلئے بے تحاشہ پرمٹ اجرا کئے جاتے ہیں جس کی وجہ سے سڑکوں پر ٹریفک دباؤ میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے اور ٹریفک جام ہونے کے باعث راہ چلتے لوگوں کا چلنا پھرنا مشکل ہونے کے ساتھ ساتھ حادثات بھی رونما ہوتے ہیں۔ صورتحال سے نمٹنے میں اگرچہ حکومت بار بار یقین دلاتی ہے کہ ریاست خاص کر وادی کشمیر میں موثر ٹرانسپورٹ پالیسی اختیار کی جائے گی تاکہ وادی کے مسافروں کو مشکلات کا سامنا نہ کرنا پڑے لیکن یہ یقین دہانیاں سراپا فریب ثابت ہو رہی ہیں۔ سورج غروب ہونے سے پہلے ہی وادی کی سڑکوں سے مسافر بردار گاڑیاں غائب ہو جاتی ہیں اور دور دراز علاقے کے مسافروں کو شدید مشکلات سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ کشمیر وادی میں ناقص ٹرانسپورٹ پالیسی کی وجہ سے ٹریفک حادثات بھی رونما ہو رہے ہیں اور ایک اندازے کے مطابق امسال میں ٹریفک حادثات کے دوران اپنی جانیں گنوانے والے افراد کی تعداد پانچ سو سے تجاوز کر گئی اور پانچ ہزار کے قریب افراد چھوٹے بڑے حادثات کے دوران زخمی بھی ہوئے ہیں جن میں سے کئی ایک عمر بھر کیلئے اپاہج بن کر رہ گئے ہیں۔ کشمیر وادی میں بہتر ٹرانسپورٹ پالیسی کیلئے کب اقدامات اٹھائے جائینگے اس کے بارے میں کچھ بھی نہیں کہا جا سکتا ہے۔

کیا شیر واقعی جنگل کا بادشاہ ہے؟

یونانی دیوتا ہرکولیس کے ہاتھوں مارے گئے نیمین شیر سے لے کر شیر جیسے منہ والے جنگ کے دیوتا ماحس تک شیروں کے قدیم تصورات نے دنیا بھر میں کئی خیالی داستانوں کو جنم دیا ہے۔

تقریباً سبھی تہذیبوں میں شیروں کو اہم مقام حاصل رہا ہے۔ حالیہ برسوں میں بھی شیروں کے بارے میں کئی خیالی تصورات بنائے ہیں۔

نسل در نسل سنائی جانے والی شیروں کی کہانیاں اور ان سے منسلک خیالی داستانوں کے درپردہ سچائی کیا ہے۔ آیئے جانتے ہیں۔

شیر جنگل کا بادشاہ نہیں ہے

امریکی فلم ساز کمپنی ڈزنی کی کلاسک فلم لائن کنگ بھلے ہی آپ کو بہت اچھی لگتی ہو اور اس کی کہانی کو آپ سچ سمجھتے ہوں، لیکن بادشاہ مفاسا یا شہزادہ سمبا کی طرح شیروں یا افریقہ کے سبھی جانوروں کا کوئی انچارج یا سربراہ نہیں ہوتا۔

شیروں میں بادشاہ اور ملکہ نہیں ہوتے، بلکہ وہ مساوی طور بنا کسی درجہ بندی کے رہتے ہیں۔

شیروں میں سربراہ یا اعلیٰ درجہ پر فائض ہونے کا تنظیمی ڈھانچہ نہیں ہوتا۔ مطلب ان کے ہاں کوئی بادشاہ شیر نہیں ہے، کوئی ملکہ شیرنی نہیں ہے۔ کوئی جانشین نہیں ہے۔ کوئی درجہ بندی یا عہدہ نہیں ہے۔

شیروں کے بارے میں حقیقتاً سب سے اچھی بات یہ ہے کہ شیروں کا سماج مساوات کا سماج ہے، جس میں سبھی شیر برابر ہوتے ہیں۔

ہو سکتا ہے کہ کسی نر شیر کے پاس سب سے خوبصورت شیرنی ہو اور وہ اس مادہ کی حفاظت کرتا ہو، لیکن وہ شیر بادشاہ شیر قطعاً نہیں ہے۔

شیروں کا سماج حقیقت میں بہت ہی دلچسپ سماج ہے۔ لیکن انسان یہ سمجھ نہیں پاتے کہ شیر حقیقت میں کتنے دوستانہ ہوتے ہیں اور ان میں کوئی درجہ بندی کا نظام نہیں ہوتا۔

درختوں کے بغیر جنگل کے بادشاہ

شیروں کے لیے 'جنگل کا بادشاہ' کی اصطلاح بہت مشہور ہے۔ ہزاروں کہانیوں میں ایسا ہی بتایا گیا ہے، لیکن شیروں کے حوالے سے یہ بالکل سچ نہیں ہے۔

جنگل کے بادشاہ کی اصطلاح گمراہ کن ہے، کیونکہ شیر اصل میں جنگل میں نہیں رہتے اور جیسا کہ ہم نے اوپر پڑھا ہے کہ ان میں کوئی بادشاہ نہیں ہوتا۔

شیر جھاڑیوں میں، لمبی گھاس والے بڑے میدانوں میں اور چٹانوں اور پہاڑیوں پر رہتے ہیں، لیکن وہ درختوں والے جنگلوں میں نہیں رہتے۔

شیروں کے معاملے یہ غلطی ترجمے میں غلطی کی وجہ سے ہوئی ہے۔

انگریزی کا جنگل لفظ اردو یا ہندی کے جنگل لفظ سے لیا گیا ہے۔ اردو یا ہندی میں جنگل کا مطلب ہوتا ہے: جنگل یا ویران اور بنجر زمین۔ بنجر زمین کی تعریف گھاس کے کھلے میدانوں پر آسانی سے لاگو ہو سکتی ہے۔

شیروں کے لیے جنگلی جانوروں کے بادشاہ کی اصطلاح یہاں متنازع نہیں ہے۔ اگر آپ اسے چیلنج کرنا چاہیں تو کسی شیر سے لڑ کر اس کا اندازہ کر سکتے ہیں۔

البینو نہیں سفید شیر

افریقہ میں سفید شیروں کو مقدس جانور سمجھا جاتا ہے۔ ایک عام غلط فہمی یہ ہے کہ وہ البینو ہیں۔

ویسے البینو شیر بھی ہوتے ہیں، لیکن سفید شیر اس طاقتور جانور کی ایک الگ نسل سے ہیں۔ وہ البینو نہیں ہیں۔

سفید شیروں کے نسلی ارتقا میں ایک الٹ سمت میں ہونے والا تبدیلی دیکھی گئی ہے۔ اسے لیوسزم کہا جاتا ہے۔ اس میں شیر کے جسم میں میلانن کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔

میلانن ایک پگمنٹ ہے جو شیر کے بالوں اور ان کی آنکھوں کے رنگ کا تعین کرتا ہے۔

میلانن کی کمی ہونے پر شیروں میں کیسریا رنگ کم ہونے لگتا ہے اور وہ سفید دکھائی دینے لگتے ہیں۔

اصل میں آنکھوں کے رنگ سے سفید شیروں اور البینو شیروں کی پہچان ہوتی ہے۔ سفید شیروں کی آنکھیں نیلی ہوتی ہیں، جبکہ البینو شیروں کی آنکھیں لال یا گلابی ہوتی ہیں۔

لمبے بال ہونا کامیاب نر کی نشانی؟

شیر کی گردن پر لہراتے لمبے بالوں کو عام طور پر ان کی جنسی کشش کو ماپنے کے طریقے کے طور پر دیکھا جاتا ہے۔

نر شیر کی گردن پر جتنے زیادہ اور گھنے بال ہوتے ہیں، مادہ شیروں کو مائل کرنے کی ان کی صلاحیت اتنی ہی زیادہ سمجھی جاتی ہے۔

لیکن سامنے آنے والے نئے ثبوتوں سے پتا چلا ہے کہ یہ اصول ہر جگہ لاگو نہیں ہوتا۔

تساوو (کینیا) میں بالوں کے بغیر نر شیروں نے نہ صرف مادہ شیروں کو مائل کیا، بلکہ دوسرے نر شیروں سے اپنے علاقے کی حفاظت کرنے میں بھی کامیاب رہے۔

گردن پر لمبے بال ہونے کا مطلب نر شیر ہونے کی ضمانت بھی نہیں ہے۔ شیرنیوں میں بھی لمبے بال پائے گئے ہیں، خاص طور پر بوسٹوانا کے اوکاوانگو ڈیلٹا کے علاقے میں رہنے والے شیروں میں۔

یہ شیرنیاں عام طور پر نر شیروں جیسی سرگرمیوں میں شامل رہتی ہیں اور ان میں بانجھ پن کی شرح زیادہ ہوتی ہے۔

خود شکار کرنا

شیروں کے بارے میں ایک عام خیال یہ بھی ہے کہ سبھی شکار مادہ شیر ہی کرتی ہیں، لیکن نئے ثبوتوں سے لگتا ہے کہ یہ خیال بالکل درست نہیں ہے۔

شیرنی کی بنیادی کردار شکار کرنے کا ہے، جب کہ نر شیر اپنے علاقے کی حفاظت کرتے ہیں۔ لیکن نر شیر خود شکار کرنے کے قابل بھی ہوتے ہیں۔

اتنا ہی نہیں، تحقیق سے یہ بھی پتا چلتا ہے کہ شکار کے معاملے میں کامیابی کی شرح شیر اور شیرنیوں دونوں میں لگ بھگ برابر ہے۔

کچھ کمانا چاہتے ہیں تو کمفرٹ زون سے باہر نکلیے

اسی معاشرے میں چھوٹے کاروبار کرنے والے آپ کو بارش میں مینڈکوں کی طرح ہر گلی، چوراہے، سڑک پہ نظر آئیں گے۔ اکثر لوگ یہ عرض کرتے ہیں کہ ہم کاروبار شروع کرنا چاہتے ہیں لیکن پیسے کم ہیں، کوئی آئیڈیا بتائیں کہ ہم کیا کریں؟ بہت سے دوستوں سے سنا کہ کیا کوئی ایسا طریقہ ہے جس سے اچھی انکم والا اپنا کاروبار کر سکیں تو ایسے دوستوں کی خدمت میں عرض کرنا چاہوں گا کہ کاروبار چھوٹا ہو یا بڑا محنت طلب ہوتا ہے۔

یہ آپ کا خلوص، اپنے کام سے محبت اور مستقل مزاجی ہوتی ہے جو آپ کے کاروبار کو چار چاند لگاتی ہے۔ ہمارے ایک دوست کے پاس پچاس ہزار روپے تھے۔ انہوں نے دو سال پہلے ایک لاکھ اسی ہزار روپے میں پرانے ماڈل کی کار لی۔ 50 ہزار ایڈوانس دیے اور 80 ہزار قسطوں میں دینے کا وعدہ کر لیا۔ (آج کل مارکیٹ میں اچھی جان پہچان ہو تو پی آر کی وجہ سے قسطوں میں ایسی چیزیں مل جاتی ہیں۔) پانچ ہزار روپے میں کرائے پر ایک دکان لی اور ایک اچھا سا "ڈرائیونگ اسکول" کا پینا فلکس بنوا کر لگا دیا۔ انھوں نے ڈرائیونگ اسکول کا لائسنس جو کہ مفت میں بن جاتا ہے، حاصل کیا اور کام کا آغاز کر دیا۔

مہینے میں 12 سے 20 اسٹوڈنٹ انہیں ملنے لگے۔ فی اسٹوڈنٹ انھوں نے 3500 روپے فیس رکھی۔ انہیں 40 سے 63 ہزار کی آمدن ہر ماہ ہونے لگی۔ جس میں سے دکان کا کرایہ، سی این جی، گاڑی کی قسط، مینٹیننس نکال کر 15 ہزار ماہانہ انہیں بچ جاتے۔ اب اگر بندہ بیٹھے بٹھائے بغیر نوکری کیے 15000 کما تا رہے تو اسے نوکری کرنے کی کیا ضرورت ہے۔ لیکن انہوں نے اپنے کام کو مزید آگے بڑھایا اور ڈیڑھ سال کے اندر ایک بولان ہائی روف لے لی۔ وہ صبح، دوپہر کی اسکول کی شفٹیں خود اٹھاتا ہے اور شام کو ڈرائیونگ اسکول چلاتا ہے۔ اگر کسی قریبی جان پہچان یا رشتہ داروں میں تقریب ہوتی ہے تو وہ اپنی خدمت پیش کر دیتا ہے۔ اس سے یہ سہولت رہتی ہے کہ رشتہ داروں کو سواری کی پریشانی نہیں ہوتی اور گاڑی والے کو کسی "پک اینڈ ڈراپ" کے اڈے پہ کھڑا نہیں ہونا پڑتا۔ مہینے میں پک اینڈ ڈراپ کے چار چکر بھی لگ جائیں اور اوسط کرایہ 2000 ہو تو وہ اضافی 8000 روپے کما لیتا ہے۔ یہ تینوں کام یعنی ڈرائیونگ اسکول، اسکول کی شفٹیں اٹھانا اور پک اینڈ ڈراپ سے وہ ایک لاکھ کے لگ بھگ آمدنی حاصل کر رہا ہے۔ جس میں سے خرچ نکال کر 50000 روپے وہ منافع بچا لیتا ہے۔

اب آپ بتایئے کہ پچاس ہزار سے شروع کیا گیا کاروبار اچھی حکمت عملی سے چھ لاکھ تک پہنچا کہ نہیں؟

ہمیں اکثر مارکیٹ جانا ہوتا ہے۔ ہم کچھ دن قبل صدر گئے۔ گرمی کی شدت سے ہمیں پیاس لگی تو ہم ایک مٹکے کی لسی بیچنے والے کے پاس پہنچے۔ ہم نے اس سے لسی لی اور ساتھ ہی ان کے کاروباری حالات معلوم کرنے کے لیے انہیں کریدا تو ہمیں لسی بیچنے والے بابا نے حیران کر دیا۔ وہ حیرانی کیا تھی آپ بھی سنیئے۔

اس لسی کو عموماً "چاٹی کی لسی" کہا جاتا ہے۔ بابا کا کہنا تھا کہ 15 کلو دہی سے 100 لیٹر چاٹی کی لسی بناتا ہوں۔ اس کا خرچ بھی کم ہے اور محنت تو نام کی ہے۔ دودھ، آگ، برف، نمک کا خرچ ملا کر تقریباً دو ہزار تک ہو جاتا ہے۔ 100 لیٹر لسی سے آدھا لیٹر والے 200 مگ بن جاتے ہیں اور یہ شام تک بڑے اطمینان سے بک بھی جاتے ہیں۔ ایک مگ 20 روپے کا ہوتا ہے تو اس سے چار ہزار روپے آتے ہیں، جس میں سے 2 ہزار خرچ نکال کر 2 ہزار منافع مل جاتا ہے۔ ہم نے غٹاغٹ لسی حلق میں انڈیلی اور انگلیاں گننے لگے۔ 2 ہزار روز کا مطلب ہے 60000 روپے ماہانہ۔ اور ساٹھ کو بارہ مہینوں پہ ضرب کیا تو سات لاکھ بیس ہزار سال کا منافع۔ ہم تو ساری زندگی نوکریاں کر کر کے اتنا سارا مال پورے سال میں جمع نہ کر پائیں۔ ہوئے نا آپ بھی حیران؟ ہم بھی ہوئے تھے۔

اس لیے کہتے ہیں کہ آپ تعلیم یافتہ ہوں یا ان پڑھ، کاروبار کرنا سیکھیے۔ کیوں؟ کیوں کہ جب آپ پروفیشنل زندگی میں قدم رکھتے ہیں اور خود کو بہتر بنانے کی طرف جاتے ہیں تو آپ کو نت نئے چیلنجوں کو قبول کرنا سیکھنا ہوگا۔ اپنی ذہنی صلاحیتوں کو بہترین منصوبہ بندی کے ساتھ بروئے کار لانا ہوگا۔ اکثر لوگ ایک خاص لیول تک کامیابی حاصل کر کے رک جاتے ہیں، ایک گولز کر چکے ہوتے ہیں اور اسی کو کامیابی تسلیم کر لیتے ہیں۔ وہ اگلے لیول پر جانے کی کوشش ہی نہیں کرتے۔ جس کی وجہ سے وہ سستی کا شکار ہو جاتے ہیں اور آرام طلب بن جاتے ہیں۔

کوئی بھی کام کرنا ہو، اسکلز میں مہارت ضروری ہے۔ اور یہ چیز کاروبار شروع کرنے سے پہلے آپ کو اپنے اندر تلاش کرنی ہے۔ کسی بھی بڑے کاروبار کو کرنے سے پہلے مارکیٹیر بننا ہوگا۔ مثلاً آپ کو کپڑے کا کاروبار کرنا ہے، دکان کھولنی ہے، تو آپ کسی کپڑے کی دکان پہ کام کرنے لگ جائیں۔ اسی طرح اگر آپ کو کاسمیٹکس کی دکان لگانی ہو یا فینسی جیولیری کی، آپ جب تک کسی سے سیکھیں گے نہیں، اس کام میں نقصان ہی کریں گے۔ فائدہ کچھ نہیں ہوگا۔ لہٰذا جس کام کو سیکھ کر کیا جائے، اس میں نقصان کا اندیشہ کم ہوتا ہے۔

کچھ کام ایسے ہوتے ہیں جن میں ذہنی پختگی، چیلنجوں سے لڑنے کا حوصلہ اور نتائج کا صبر کے ساتھ انتظار کرنا ہوتا ہے۔ فی الفور اور ادھر کام ادھر دام والا معاملہ بڑے کاروبار کے ساتھ چھوٹے کاروبار کے لیے بھی زہر قاتل ہے۔ اس لیے آپ کو اپنے کاروبار سے متعلق معلومات کو بڑھانا ہوگا۔ ارد گرد کا جائزہ لیتے رہیں اور اپنی اسکلز میں بہتری لاتے رہیں۔ اس سے نا صرف آپ کمفرٹ زون سے باہر آجائیں گے، بلکہ نئے لیول تک جانے اور کامیابی تک رسائی کے چانسز بھی بڑھ جاتے ہیں۔ اس لیے اگر کاروبار میں کامیابی چاہتے ہیں تو کمفرٹ زون سے باہر نکلیں۔

نوٹ: ایکسپریس نیوز اور اس کی پالیسی کا اس بلاگر کے خیالات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔

دیمکوں کی ملکہ سے ایک ملاقات

مجتبیٰ حسین

ایک زمانہ تھا جب میرا زیادہ تر وقت لائبریریوں میں گذرتا تھا۔ لیکن جب میں نے دیکھا کہ سماج میں جہلا ترقی کرتے چلے جا رہے ہیں اور اونچی اونچی کرسیوں پر قبضہ جما چکے ہیں تو میں نے سوچا کہ لعنت ہے ایسے علم پر جس سے علم کی پیاس تو بھلے ہی بجھ جائے لیکن پیٹ کی آگ نہ بجھنے پائے۔ ملک کی یونیورسٹی پر غصہ بھی آیا کہ اگر وہ علم کو پھیلانے کے بجائے جہالت کو ہی عام کرنے کا بیڑہ اٹھا لیتیں تو آج ملک نہ جانے کتنی ترقی کر لیتا۔

اس خیال کے آتے ہی میں نے لائبریریوں کو خیرباد کہا اور پھر کبھی ان کی طرف آنکھ اٹھا کر بھی نہ دیکھا۔ میں نے باہر آکر جہالت کے گر سیکھنے کی کوشش کی۔ یہاں تک کہ سیاستدانوں کی صحبتوں سے فیض یاب ہوا کہ یہ ہستیاں جہالت کا سرچشمہ ہوتی ہیں۔

لیکن یہ گر نہ آیا۔ کسی نے سچ کہا ہے کہ علم کی دولت آدمی کے پاس ایک بار آجاتی ہے تو پھر کبھی نہیں جاتی۔

میں نے لاکھ کوشش کی کہ اپنے اندر یہ جو علم کا افلاس ہے اسے کسی طرح باہر نکالوں اور اس کی جگہ جہالت کی دولت سے اپنے سارے وجود کو مالا مال کر دوں مگر یہ کام نہ ہو سکا۔ یہ اور بات ہے کہ ایک عرصہ تک علم سے لگاتار اور مسلسل دور رہنے کی وجہ سے میں نے تھوڑی بہت ترقی کر لی ہے۔

مگر پچھلے دنوں بات کچھ یوں ہوئی کہ میں اپنے ایک دوست کے ساتھ کہیں جا رہا تھا۔

راستہ میں اسے اچانک ایک ضروری کام یاد آ گیا۔ اس نے کہا کہ وہ دو گھنٹوں میں واپس آجائے گا۔ تب تک میں یہیں اس کا انتظار کروں۔ سامنے ایک پارک تھا۔ سوچا کہ یہاں وقت گذاروں لیکن اس عمر میں نوجوانوں کی خوشگوار مصروفیتوں اور ناخوشگوار حرکتوں میں مخل ہونا پسند نہ آیا۔ سامنے ایک ہوٹل تھا جہاں نہایت اونچی آواز میں موسیقی کو بجا کر گاہکوں کو ہوٹل کے اندر آنے سے روکا جا رہا تھا۔

اب وہ پرانی لائبریری ہی برابر میں رہ گئی تھی جس میں میں اپنے زمانہ جاہلیت میں نہایت پابندی سے جایا کرتا تھا۔ خیال آیا کہ چلو آج لائبریری میں چل کر دیکھتے ہیں کہ کس حال میں ہیں یاران وطن۔

افسوس ہوا کہ اب بھی وہاں کچھ لوگ علم کی دولت کو سمیٹنے میں مصروف تھے۔ چونکہ علم کی دولت چرائی نہیں جا سکتی۔ اسی لئے ایک صاحب ضروری علم کو حاصل کرنے کے بعد اپنے سارے گھوڑے بیچ کر کتاب پر سر رکھ کر سو رہے تھے۔

چاروں طرف کتابیں ہی کتابیں تھیں۔ بہت دنوں بعد لسان العصر حضرت شیکسپیئر، مصور فطرت علامہ ورڈ سورتھ، شمس العلماء تھامس ہارڈی، مصور غم جان کیٹس وغیرہ کی کتابوں کا دیدار کرنے کا موقع ملا۔ میں نے سوچا کہ ان کتابوں میں اب میرے لئے کیا رکھا ہے۔ کیوں نہ اردو کتابوں کی ورق گردانی کی جائے۔ چنانچہ جب میں لائبریری کے اردو سکشن میں داخل ہوا تو یوں لگا جیسے میں کسی بھوت بنگلہ میں داخل ہو گیا ہوں۔

میں خوفزدہ سا ہو گیا۔ لیکن ڈرتے ڈرتے میں نے گرد میں اٹی ہوئی "کلیات میر" کھولی تو دیکھا کہ اس میں سے ایک موٹی تازی دیمک بھاگنے کی کوشش کر رہی ہے۔

میں اسے مارنا ہی چاہتا تھا کہ اچانک دیمک نے کہا "خبردار! جو مجھے ہاتھ لگایا تو۔ میں دیمکوں کی ملکہ ہوں۔ باادب باملاحظہ ہوشیار۔ ابھی ابھی محمد حسین آزاد کی 'آب حیات' کا خاتمہ کر کے یہاں پہنچی ہوں۔

جس نے "آب حیات" پی رکھا ہو اسے تم کیا مارو گے۔ قاتل سے دبنے والے اے آسماں نہیں ہم۔"

دیمک کے منہ سے اردو کے مصرعہ کو سن کر میں بھونچکا سا رہ گیا۔ میں نے حیرت سے کہا "تم تو بہت اچھی اردو بول لیتی ہو بلکہ اردو شعروں پر بھی ہاتھ صاف کر لیتی ہو۔"

بولی "اب تو اردو ادب ہی میرا اوڑھنا بچھونا اور کھانا پینا بن گیا ہے۔"

پوچھا "کیا اردو زبان تمہیں بہت پسند ہے؟"

بولی "پسند ناپسند کا کیا سوال پیدا ہوتا ہے۔ زندگی میں سب سے بڑی اہمیت آرام اور سکون کی ہوتی ہے جو یہاں مجھے مل جاتا ہے۔ تم جس سماج میں رہتے ہو وہاں آرام، سکون اور شانتی کا دور دور تک کہیں کوئی پتہ نہیں ہے۔ امن وامان کی تلاش میں مارے مارے پھرتے ہو۔ اب اگر میں یہاں آرام سے رہنے لگی ہوں تو تمہیں کیوں تکلیف ہو رہی ہے۔

میں نے پوچھا "لیکن تمہیں یہاں سکون کس طرح مل جاتا ہے؟"

بولی "ان کتابوں کو پڑھنے کے لئے اب یہاں کوئی آتا ہی نہیں ہے۔ مجھے تو یوں لگتا ہے جیسے یہ ساری کتابیں میرے لئے فوڈ کارپوریشن آف انڈیا کا درجہ رکھتی ہیں۔ مجھے تو یقین ہے کہ ہو۔ کہیں تم خود مصنف تو نہیں ہو؟"

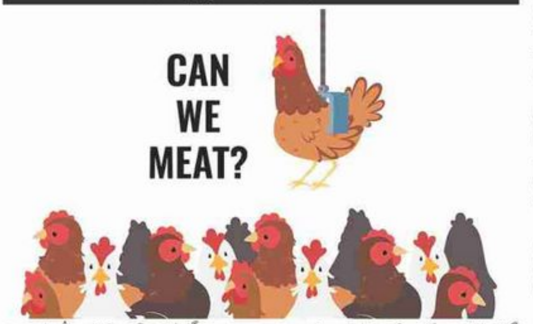
میں نے حیرت سے پوچھا "تم نے کیسے پہچانا کہ میں مصنف ہوں۔"

بولی "میں تمہیں جانتی ہوں۔ ایک رسالہ کی ورق نوشی کرتے ہوئے میں نے تمہاری تصویر دیکھی تھی بلکہ تھوڑی سی تصویر کھائی بھی تھی۔ ایک دم بدذائقہ اور کڑوی کسیلی نکلی۔ حالانکہ وہ تمہاری جوانی کی تصویر تھی۔ پھر بھی اتنی کڑوی کہ کئی دنوں تک منہ کا مزہ خراب رہا۔ میں تو بڑی مشکل سے صرف تمہاری آنکھیں ہی کھا سکی تھی کیونکہ تمہارے چہرے میں کھانے کے لیے ہے ہی کیا۔

تم اردو کے مصنفوں میں یہی تو خرابی ہے کہ تصویریں ہمیشہ اپنی نوجوانی کی چھپواتے ہو اور تحریریں بچوں کی سی لکھتے ہو۔

جاری

مرغی اچھی ہے یا بری؟



حسیب آصف

اگر آپ نے کبھی پاکستان میں کسی ریسٹورینٹ پر چکن کڑاہی کا آرڈر دیا ہے تو آپ کو یہ ضرور معلوم ہوگا کہ ان کے پاس مرغی 2 اقسام میں دستیاب ہوتی ہے، یا تو آپ دیسی مرغی کی کڑاہی منگوا سکتے ہیں یا پھر ولایتی یعنی برائلر۔ میں اس بات کی تصدیق کرسکتا ہوں کہ دیسی مرغی لذیذ اور دیسی انڈے زیادہ بڑے اور زیادہ بھورے رنگ کے ہوتے ہیں۔ یعنی معیار میں اعلیٰ۔

مگر معیار کبھی مقدار کا مقابلہ نہیں کرسکتا کہ جس کا اندازہ برائلر مرغیوں سے بھرے پولٹری فارمز دیکھ کر لگایا جاسکتا ہے۔ برائلر مرغیاں گوشت حاصل کرنے کے مقصد سے کثیر تعداد میں پیدا کی جاتی ہیں، انہیں بند رکھا جاتا ہے اور کم سے کم خوراک پر کم سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ موٹا کرنے کے لیے خاص قسم کی فیڈ یا خوراک دی جاتی ہے۔

نتیجتاً، پورے ملک میں لاکھوں کی تعداد میں ایک جیسی مرغیاں پیدا ہوتی ہیں، گوشت بہت زیادہ نرم اور زرد رنگ کا ہوتا ہے، انڈے بہت زیادہ سفید اور ذائقہ بہت ہی بے ذائقہ سا ہوتا ہے۔

تو پھر ان کی تعداد اتنی زیادہ کیوں ہے؟ کیونکہ ان کی پیداوار سستی ہے۔ ان مرغیوں کی پیداوار کم خرچے میں زیادہ منافع بخش ثابت ہوتی ہے۔

پہلے تو سالن سبزیوں کا پکتا تھا، جس میں آلو، پالک، پھول گوبی جیسی سبزیاں ڈالی جاتیں پھر بیوی کو پیسے بچانے اور ایک بار پھر آلو کا سالن پکانے کی درخواست، جو ناراضگی، علیحدگی یہاں تک کہ طلاق تک کے لیے راہیں ہموار کردیتی تھی، کے بجائے سالن میں گوشت/ہڈی کا شوربہ شامل کرکے لذت حاصل کرنے کی کوشش کی جاتی۔ پھر برائلر مرغیاں آئیں اور محنت کش طبقے میں شادیوں کے بندھن کو بچانے کا سامان بھی بنیں، جن کا گوشت اتنا سستا ہے کہ اس کے مقابلے میں ان دنوں سبزیاں مہنگی ملتی ہیں۔

دیسی مرغی پالنا کافی سست رفتار، چھوٹے پیمانے پر کیا جانے والا اور کافی زیادہ محنت طلب کام ہے۔ مرغی کو بڑا ہونے میں زیادہ وقت لگتا ہے جس کی وجہ سے مرغیوں کو ہر قسم کی بیماری سے بچانے کے لیے زیادہ نگرانی کی ضرورت پڑتی ہے۔ مرغیاں پالنے والا مالک تو ان سے جذباتی طور پر منسلک ہوجاتا ہے، ان کے نام رکھتا ہے، مرغے مرغیوں کو ہر صبح نیند سے جگانے کی اجازت دیتا ہے اور مرغیوں کو انڈوں پر بیٹھنے سے قبل گنتا ہے۔ بہت ہی کم لوگ اب یہ سب کرنا چاہتے ہوں گے۔

مگر پولٹری فارمنگ نے صرف معاشی اعتبار سے ہی تبدیلی پیدا نہیں کی ہے بلکہ برائلر مرغی نے ہمارے کھانوں پر بھی اپنے اثرات مرتب کیے ہیں۔

مرغیاں اب ہماری شادیوں اور میتوں پر بلا ناغہ آتی ہیں۔ انہیں ہمارے فرجوں، ڈیپ فریزروں، اور مائیکروویز اوونز میں پایا جاسکتا ہے۔ یہ all you can eat یا بفے میں نظر آجائیں گی۔ لہٰذا مرغیاں عوام میں گھلنے ملنے کے ساتھ اشراف داری کا باعث بھی بنی ہیں۔ یہ یا سر بروسٹ سے منسلک ہیں تو کے ایف سی کا حصہ بھی ہیں۔ اگر چکن قیمہ بنایا جاتا ہے تو چکن نہاری بھی پکائی جاتی ہے (اسلام آباد تمہیں اس وجہ سے بھی معاف نہیں کروں گا۔)

جہاں نظر دوڑائیں برائلر مرغیاں نظر آجاتی ہیں، یہاں تک کہ اس گلاس میں بھی جس میں بھرا پانی ابھی آپ پینے والے ہیں۔

مگر جہاں کچھ لوگ ہر روز مرغی کھاتے نہیں تھکتے وہیں کچھ مرغیوں کے بارے میں بدگوئی کرنے والے بھی ہیں۔ عوام میں مقبول بدگوئی کرنے والے ہیں۔

آپ کو کچھ ایسے بھی انکلز مل جائیں گے جو قسم کھا کر کہتے ہیں کہ مرغیوں کو ہر روز ہارمون انجیکشن لگائے جاتے ہیں۔ وہ دعوے کریں گے کہ انہوں نے خود اپنی آنکھوں سے مرغیوں کو انجیکشن لگتا ہوا دیکھا ہے جو کہ سراسر غلط عمل ہے۔ پولٹری میں ڈوپنگ یا مرغیوں کو دوائیں دینے کے اس عمل کا سن کر آپ سوچنے لگتے ہیں کہ اگر یہ مرغی ٹور ڈی فرانس کی سائیکل دوڑ میں حصہ لیتی تو پکا جیت جاتی۔

انکلز آپ کو بتائیں گے کہ برائلر مرغی کے استعمال سے سوائن فلو، ایس اے آر ایس، کانگو وائرس، ممپس (ایک بیماری جس میں گلا سوج جاتا ہے) اور سب سے بدترین مہاسوں کا خطرہ رہتا ہے۔ ایک انکل یہ دعویٰ کریں گے کہ انہیں یہ تمام بیماریاں ایک ہی وقت میں لاحق ہوئیں مگر اب وہ صرف مچھلی کھاتے ہیں اور صحتیاب بھی ہوچکے ہیں۔

پھر کچھ ایسے بریڈرز (نسل بڑھانے والے) بھی ہیں، جو اپنی مرغی کی نسلوں میں ایسی سلیکٹو بریڈنگ کا دعویٰ کرتے ہیں کہ جس کی مدد سے مرغیاں گزشتہ سائز کے مقابلے میں نصف وقت کے اندر ہی دگنی بالغ ہوجاتی ہیں۔ تو کیا ہوگا اگر وہ 3 آنکھیں اور آگے کے دو دانت بھی پیدا کرنے لگیں یا پھر اتنی موٹی ہونے لگیں کہ ان کی وزن سے ان کی ٹانگیں ٹوٹ جاتی ہوں۔ مصنوعی فیڈ سے تو اس کا کوئی تعلق نہیں۔

بریڈرز کے ساتھ سابق چیف جسٹس ثاقب نثار بھی کھڑے نظر آئے، جنہوں نے گزشتہ سال کے ابتدائی دنوں میں یہ واضح کیا تھا کہ پاکستان میں برائلر مرغی نہایت لذیذ اور کھانے کے لیے محفوظ ہے۔

تو اس مرغی پر اس بحث پر کون جیتتا ہے؟ مرغی اچھی ہے یا بری؟

2 ڈبل روٹیوں کے درمیان موجود ایک عمدہ زنگر پیٹی کی طرح حقیقت بھی کہیں بیچ میں موجود ہے۔

پراسس شدہ گوشت برائلر مرغی کے مقابلے میں کہیں زیادہ وارننگ کے ساتھ ہم تک پہنچتا ہے۔ یہاں تک کہ ہارمون سے عاری سرخ گوشت کو سرطان کی بیماری کا ممکنہ موجب تصور کیا جاتا ہے جبکہ سفید گوشت یا برائلر مرغی کے زرد گوشت کو تو تصور نہیں کیا جاتا۔ تاہم سائنس سے خطا ہو بھی سکتی ہے۔ اگر پراسس شدہ، مائیکروویو شدہ، سرخ، تلا ہوا اور بچا کھچا گوشت سب کے سب کینسر کا باعث بنتے ہیں تو پھر میرے حساب کتاب کے مطابق مجھے 5 سال قبل ہی مجھے مرجانا چاہیے تھا اور میں یہ مضمون قبر میں بیٹھ کر لکھ رہا ہوتا۔

اگر مرغی میں پیداواری ہارمون کی انجیکشن لگائی بھی جاتی ہے تو بھی کم از کم یہ گدھے یا کتے کا گوشت تو نہیں ہے۔ مذہبی جھکاؤ رکھنے والوں کے لیے یہ کسی مثبت پہلو سے کم نہیں ہونا چاہیے۔

چاہے مرغی کا ہو، بکرے کا یا پھر گدھے کا، پاکستان میں گوشت کی صنعت ترقی کررہی ہے۔ اگر میری بات پر یقین نہیں ہے تو حمزہ شہباز سے پوچھ لیں۔ حمزہ پولٹری وہ واحد کاروبار ہے جو کسی شریف کی قید کا باعث نہیں بنا ہے۔

یہ مضمون ابتدائی طور پر ہیرالڈ میگزین کے مارچ 2019 کے شمارے میں شائع ہوا۔

ہارن کے بغیر

اپنے وارث روڈ والے ''معاصر'' کے دفتر سے نکلتے ہوئے میں نے گاڑی کو فاطمہ جناح میڈیکل کی طرف ٹرن کیا تو گاڑی کا ہارن خود بخود بجنا شروع ہوگیا اور پھر بجتا ہی چلا گیا۔ راہگیروں نے کانوں میں انگلیاں ٹھونس لیں اور دوسری گاڑیوں والوں نے اسے اپنے خلاف جارحانہ اقدام تصور کرتے ہوئے مجھے ایسی نظروں سے گھورنا شروع کیا کہ میں پانی پانی ہوگیا۔

میں نے جلدی سے اتر کر بونٹ کھولا اور ایسے ہی ادھر ادھر ہاتھ مارنا شروع کردیا جس کے لئے صحیح لفظ ٹامک ٹوئیاں مارنا ہے کیونکہ حرام ہے اگر مجھے بونٹ کے نیچے پائی جانے والی چیزوں کے بارے میں کچھ پتہ ہو، ادھر گاڑی کا ہارن بجتا جارہا تھا۔ بلکہ یوں لگتا تھا کہ فریاد کی لے اور تیز ہوگئی ہے، اتنے میں ایک شریف آدمی کو مجھ پر ترس آیا چنانچہ اس نے آگے بڑھ کر ایک تار ڈس کنکٹ کردی اور اس کے ساتھ ہی ہارن بجنا بند ہوگیا۔

میں نے اس کا شکریہ ادا کیا، کہنے لگا، شکریے کی کوئی بات نہیں۔ اب یہ آپ کے بجانے پر بھی نہیں بجے گا۔ آپ اسے کسی مکینک کے پاس لے جائیں!''

مکینک کے پاس لے جانے کا اس وقت میرے پاس وقت ہی نہیں تھا، کیونکہ مجھے اچانک یاد آیا کہ مجھے تو اس وقت ایک دوست کو ریسیو کرنے اسٹیشن جانا تھا، چنانچہ میں نے گاڑی کا رخ بدل کر اسے اسٹیشن کے راستے پر ڈال دیا۔

چیئرنگ کراس سے اسمبلی ہال کا نصف راؤنڈ مکمل کرنے کے بعد میکلوڈ روڈ کی طرف آگیا کہ مجھے یہاں کچھ دیر کے لئے اپنے ایک پرانے دوست سے ملنا تھا مگر وہ اپنے دفتر میں نہیں تھا، چنانچہ میں نے گاڑی موٹر سائیکلوں کے سپیئر پارٹس والی سڑک پر ڈال دی جو سیدھا اسٹیشن کو جاتی ہے۔ اس سڑک پر بہت رش تھا، تانگے، ریڑھے، رکشے، سوزوکیاں اور اللہ جانے کیا کیا کچھ تھا کہ سیل بلا کی طرح رواں دواں تھا۔

ایک عورت بچوں کی انگلی پکڑے سڑک پار کرنے کا ارادہ کررہی تھی جس کے لئے وہ چہرے پر پڑے بھاری نقاب سے دائیں بائیں دیکھنے کی ناکام کوشش کررہی تھی۔ میرے پاس اتنا مارجن نہیں تھا کہ میں بریک لگا کر اسے گزرنے کا موقع دے سکتا، چنانچہ اسے اس کے ارادے سے باز رکھنے کے لئے ہارن دبایا، مجھے یہ یاد ہی نہیں رہا تھا کہ ہارن اب دبانے سے بھی نہیں بجے گا، ادھر عورت اپنے فیصلے پر عمل درآمد شروع کرچکی تھی، چنانچہ وہ اس وقت سڑک کے عین درمیان میں تھی، میں نے اتنی قوت سے گاڑی کی بریکیں لگائیں کہ بریکوں کی چرچراہٹ نے ہارن کا کام دیا، مگر اس کی وجہ سے ایک سکوٹر سوار نے پیچھے سے مجھے ٹکر ماردی سکوٹر سوار کو پیچھے سے آنے والا رکشہ ''ٹکر'' مار گیا اور ظاہر ہے خود رکشے والے کے ساتھ بھی کچھ اسی قسم کا ناز یبا سا سلوک ہوا ہوگا۔

ٹرین کی آمد کا وقت ہوگیا تھا مگر سڑک پر رش اس قدر تھا کہ اس میں سے رستہ بنانے کے لئے ہارن کی ضرورت شدت سے محسوس ہورہی تھی، میں نے دو چار دفعہ ہارن کا کام اپنے منہ سے لینے کی کوشش یعنی گردن باہر نکال کر بھوں بھوں قسم کی آوازیں نکالیں مگر مرد ناداں پر کلام نرم و نازک کہاں اثر کرتا ہے؟ چنانچہ میں راضی برضا ہوکر ڈرائیو کرنے لگا، تاہم اس وقت ضبط کا پیمانہ ایک بار پھر چھلک گیا۔

جب ایک سائیکل سوار عجیب وارفتگی کے عالم میں سیٹی پر کسی فلمی گانے کی دھن بجاتا ہوا میرے آگے آگے چلنے لگا، حالانکہ وہ اگر ذرا سا بائیں جانب ہوجاتا تو میری مرادیں پوری ہوسکتی تھیں، مگر وہ بد بخت ٹھیک ناک کی سیدھ میں چلا جارہا تھا، میں نے دعا کی کہ یا خدا اس کے کتے فیل ہوجائیں، اس کی دھوتی سائیکل کے چین میں پھنس جائے، اس کی گدی یا ہینڈل ایک دم سے نیچے کو بیٹھ جائے لیکن لگتا تھا کہ وہ گھر سے ماں کی دعائیں لے کر نکلا ہے، چنانچہ میری بددعائیں اس پر کوئی اثر نہیں کررہی تھیں۔

خدا کا شکر ہے چوک میں پہنچ کر وہ بائیں طرف مڑ گیا ورنہ سفر حیات کا بے حد طویل تھا۔

میں نے ہارن کے بغیر یہ چوک جس طرح عبور کیا، وہ ایک دردناک داستان ہے مگر اس المیہ کہانی میں چونکہ ایسے دردناک واقعات خاصی تعداد میں موجود ہیں۔ لہٰذا یہ داستان چھوڑی بھی جاسکتی ہے۔ اب اسٹیشن بالکل قریب رہ گیا، مگر اچانک ٹریفک بلاک ہوگیا جن کو اللہ تعالیٰ نے ہارن دیئے تھے، وہ خوش نصیب مسلسل ہارن بجا کر اپنے غم و غصے کا اظہار کررہے تھے مگر یہ بغیر ہارن والا حرماں نصیب صرف دعاؤں کے زور پر رستہ صاف ہونے کی توقع میں چپ چاپ بیٹھا ہونٹ ہلاتا رہا۔

میرے سامنے ایک ریڑھا کھڑا تھا جس پر تیز دھار والے سریے لدے ہوئے تھے اور ان ''نیزوں'' کا رخ میری طرف تھا۔ میں نے احتیاطاً ان ''نیزوں'' اور اپنے درمیان ''باعزت فاصلہ'' رکھا ہوا تھا مگر اچانک گھوڑے نے الٹے پاؤں چلنا شروع کردیا۔ یہ دیکھ کر میرے ہاتھ پاؤں پھول گئے۔ میں نے گاڑی کا ایکسیلیٹر پورے زور سے دبایا، مگر سر اور کانوں کو ''پرنے'' سے اچھی طرح لپیٹ کر رکھنے والے کوچوان کے لئے یہ نحیف سا الارم کوئی معنی نہیں رکھتا تھا، چنانچہ گھوڑا دبے پاؤں پیچھے کی طرف چلتا رہا، میں نے ہاتھ باہر نکال کر گاڑی کے دروازے کو زور زور سے تھپتھپایا، اتنے زور سے کہ میں بھول ہی گیا کہ آج کل کی کاروں کی باڈی بقول شخصے ڈالڈا کے ڈبوں سے بنی ہوئی ہیں۔

گر اس باڈی کو اتنے زور سے بجانے کا رسک لینے کے باوجود گھوڑے اور کوچوان کے کانوں پر جوں تک نہیں رینگی۔ مجھے اس وقت گھوڑے پر بہت غصہ آیا کہ کمبخت تم گھوڑے ہو، گدھے نہیں ہو لیکن اس غصے کے اظہار کے لئے بھی ہارن بجانا ضروری تھا، چنانچہ میں صرف جی مسوس کر رہ گیا اب وہ مقام آپہنچا تھا جس کا شمار ''مقامات آہ و فغاں'' میں ہوتا ہے یعنی ریڑھے پر لدے ہوئے سریوں اور گاڑی میں کم و بیش اتنا فاصلہ رہ گیا تھا جتنا جان اور دشمن جاں میں ہوتا ہے۔

ایک دفعہ پشاور کی طرف جاتے ہوئے حسن ابدال کے قریب بھی میں اس جان لیوا تجربے سے گزرا تھا چنانچہ انجام کا سوچتے ہی میرے رونگٹے کھڑے ہوگئے اور میں فوراً کار سے نکل کر باہر آگیا تاکہ کار کے ساتھ میں بھی کسی سریے میں پرویا نہ جاؤں۔

تاہم خدا کا شکر ہے کہ اس عرصے میں ٹریفک رواں ہوگیا، جس کے نتیجے میں کوچوان نے باگوں کو جھٹکا دیا ''منہ سے ''کچھ کچھ'' کی آواز نکالی اور یوں میں اس موذی سواری کی زد میں آنے سے بچ گیا!

اسٹیشن پہنچنے پر میں نے دوست کا سامان گاڑی کی ڈکی میں رکھا اور کہا ''اس ٹرین کو بھی آج ہی وقت پر پہنچنا تھا۔

''دوست نے کہا ''اس کی کسر تم نے پوری کردی، دس منٹ سے باہر کھڑا تمہارا انتظار کررہا ہوں۔ کیا بات ہوگئی تھی؟'' میں نے گاڑی اسٹارٹ کرتے ہوئے کہا ''ابھی پتہ چل جائے گا!'' جی ٹی ایس کے اڈے کے پاس سے گزرتے ہوئے ایک بس میرے آگے لگ گئی۔ دوست نے کہا ''کیا اس کے پیچھے پیچھے رینگ رہے ہو، اسے پاس کیوں نہیں کرتے؟'' میں نے کہا ''اس کے پیچھے لکھا ہوا ہے، ہارن دے کر پاس کریں!'' دوست نے کہا ''ہارن کیوں نہیں دیتے؟'' میں نے کہا ''ابھی پتہ چل جائے گا!'' ریڈیو اسٹیشن والی سڑک پر ٹریفک کم تھا، مگر میرے لئے بہت زیادہ تھا۔

دوست نے کہا ''تیز کیوں نہیں چلتے، اس طرح تو ہم منزل تک بہت دیر سے پہنچیں گے۔ میں نے کہا ''اگر تیز چلے تو یہ امکان بھی موجود ہے کہ ہم منزل تک کبھی پہنچ ہی نہ سکیں!'' دوست نے پوچھا ''وہ کیوں؟'' میں نے کہا ''ابھی پتہ چل جائے گا!'' گھر میں کھانے پر میرا اور میرے دوست کا انتظار ہورہا تھا، چنانچہ میں نے ای ایم سوسائٹی تک پہنچنے کے لئے نہر والی سڑک کا انتخاب کیا کہ وہ پرسکون اور رواں سڑک ہے چنانچہ اس کے لئے ریڈیو اسٹیشن سے بائیں جانب ٹرن لے کر میں ڈیوس روڈ پر آیا لیکن سرخ پھولوں والے چنار کے دو رویہ درختوں میں سے گزرتے ہوئے سامنے سے ایک کار جھومتی جھومتی آتی دکھائی دی میں نے غیر ارادی طور پر ہارن اور بریکوں پر پاؤں رکھ دیا، بریکیں تو کام آگئیں مگر ہارن نے اس موقع پر بھی خاموش اختیار کئے رکھی وہ تو خدا کا شکر ہے کہ سامنے سے آنے والی کار کے ڈرائیور کو عین موقع پر اپنی غلطی کا احساس ہوگیا، مگر یہ احساس قدرے لیٹ تھا جس کا خمیازہ ہم دونوں کو بہر حال بھگتنا پڑا۔

دوست نے ایک ہاتھ سے اپنا گھٹنا سہلاتے ہوئے دوسرے ہاتھ سے اپنی ٹیڑھی گردن سیدھی کرتے ہوئے خشمگیں نظروں سے میری طرف دیکھا، میں نے ہنستے ہوئے پوچھا ''کیا بات ہے؟'' اس دفعہ میری بجائے اس نے کہا ''ابھی پتہ چل جائے گا؟''

''کیا پتہ چل جائے گا؟'' میں نے پوچھا۔

''یہی کہ ہمارے ہاں بغیر ہارن کے گاڑی چلانا بہت خطرناک ہے۔''

''یہ تم نے کون سی نئی بات کی ہے۔

''میں نے کب کہا ہے کہ یہ نئی بات ہے''۔ دوست بولا ''میں تو بہت پرانی بات کررہا ہوں...... میں تو جو کچھ کہہ رہا ہوں پاکستان کی تاریخ کے حوالے سے کہہ رہا ہوں جو فوجی، مذہبی اور معاشرتی المیوں سے بھری پڑی۔

''کیا مطلب؟ میں نے پوچھا۔ دوست کو تازہ تازہ چوٹ لگی تھی اور یوں اسے ہارن کے ڈانڈے سے دور دور تک ملانے کا حق تھا۔

دوست نے ایک دفعہ پھر اپنی گردن سہلاتے ہوئے کہا ''مطلب یہ کہ خطرے سے آگاہ ہونے کے بعد خطرے سے آگاہ کرنے کے لئے ہارن بجانا بہت ضروری ہے تاکہ طرفین متوقع غلطی سے واقف ہوجائیں اور اس کے نتیجے میں ہولناک انجام سے بچ جائیں، لیکن صورت حال یہ ہے کہ ہمارا سیاسی نظام، فوجی نظام، معاشی نظام اور معاشرتی نظام ہارن سے بے نیاز چل رہا ہے۔

ہارن کی آواز کسی کو اچھی نہیں لگتی چنانچہ اگر کوئی ہارن بجائے تو ارباب اقتدار ناراض ہوجاتے ہیں، سیاست دانوں کو ان کی کسی غلطی پر ٹوکنے کے لئے ہارن بجائیں تو وہ آگے سے دھمکیاں دینے لگتے ہیں اور اپنا راستہ بدلنے کی بجائے پرانے رستوں پر چلتے رہتے ہیں۔ مذہبی رہنماؤں کے کان خطرے کے ہارن نہیں سن رہے حالانکہ اس پر توجہ نہ دینے کی صورت میں ان مذہبی رہنماؤں سمیت سب کچھ خس و خاشاک کی طرح بہہ جائے گا۔

معاشی بزرجمہروں نے معاشی نظام میں وہ ہارن ہی فٹ نہیں ہونے دیا۔ جو بدترین معاشی ناہمواری کے نتیجے میں جنم لینے والے ہولناک تصادم سے بچا سکے۔ فوجی علاقوں میں ہارن بجانا ویسے ہی مداخلت فی الدین کے مترادف ہے۔ معاشرتی سیاست دانوں نے کانوں پر مفلر لپیٹے ہوئے ہیں اور ہارن کی تار بھی ڈس کنکٹ کی ہوئی ہے۔ اس صورت حال کے نتیجے میں ہم جن المیوں سے گزر چکے ہیں وہ ہمارے لئے کافی بڑے المیے ہیں۔

لیکن یقین کرو، یہ نظام اگر زیادہ دیر بغیر ہارن کے چلتے رہے تو ان کی تباہ کاریاں ایسی ہیں کہ جن کا اندازہ لگانا بھی ممکن نہیں۔ لوگوں کی زندگیوں اور ان کے عقیدوں سے کھیلنا بہت بڑا جرم ہے، ایک نسل تو ہمارے اس جرم کا عذاب بھگت چکی ہے کم از کم آئندہ نسلوں کو اس عذاب سے بچالو!''

میں نے یہ لیکچر طول پکڑتا دیکھا تو کار ایک الیکٹریشن کی دکان پر روکی اور کہا ''اس کا ہارن خراب ہے، ٹھیک کردو'' اور اس کے بعد میں کچھ اس طرح مطمئن ہوگیا جیسے میں نے اپنی کار کا ہارن نہیں، موجودہ نظام کا ہارن ٹھیک کروانے کی ہدایت کردی ہے۔

کتاب: جادونگری کو جاتا سیدھا راستہ

میاں عمران احمد

کتاب ایک جادوئی دروازہ ہے، آپ اس پر دستک دیتے ہیں اور ایک ایسا دروازہ کھل جاتا ہے جو آپ پر جادو کردیتا ہے۔ اس دروازے میں داخل ہوتے ہی آپ ایک نئی دنیا میں داخل ہوجاتے ہیں اور زندگی کا بہترین سفر شروع ہوجاتا ہے، جہاں آپ تہذیبوں اور ثقافتوں کے بارے میں جانتے ہیں، جہاں آپ ماضی میں ہونے والے حالات اور واقعات سے آگاہ ہوتے ہیں، جہاں جادوئی مستقبل کی تاریں جڑتی ہیں، کائنات کو تسخیر کرنے کے نئے راستے ملتے ہیں۔

آپ سمندر کی گہرائیوں اور آسمان کی وسعتوں کا حساب جاننے لگتے ہیں۔ آپ ایک شخص کی ساری زندگی کی محنت کو صرف پڑھ کر صاحب علم ہوجاتے ہیں۔ ساری زندگی گزار کر لکھے گئے سفرنامے صرف چند گھنٹوں کے مطالعے کے بعد آپ کے ذہن پر نقش ہوجاتے ہیں۔ پہاڑوں سے بہتی آبشاریں، ہوا کی گدگدی، دریاؤں کا شور، پرندوں کی چہچہاہٹ، بارش کی چھم چھم، مٹی کی مہک، پھولوں کی خوشبو، درختوں کی لہلہاہٹ، بادلوں کے رنگ اور قوس وقزاح کی لکیر جیسے مناظر پلک جھپکتے ہی ہاتھ باندھے آپ کے سامنے حاضر ہوجاتے ہیں اور آپ جب تک چاہیں اس جادونگری کے بے تاج بادشاہ بن کر رہ سکتے ہیں۔

کتاب کی اہمیت کا اندازہ یوں بھی لگایا جاسکتا ہے کہ فطرت نے انسان کو سمجھانے اور سکھانے کے لیے کتاب کا ہی سہارا لیا۔ جو چیز کتاب کا حصہ بن گئی وہ صدیوں کے لیے امر ہوگئی اور جو کتاب میں نہ سما سکی وہ ہمیشہ کے لیے ختم ہوگئی۔ کتاب ایک ایسی دنیا ہے جس کے اندر سما جانے والے حقائق، واقعات، لوگ، تہذیبیں لاکھوں سالوں تک زندہ رہتے ہیں بلکہ اسے یوں کہنا چاہیے کہ کتاب ایک ایسی دنیا ہے جس کے باسیوں کی عمریں لاکھوں سال ہوتی ہے۔ آدم کی غلطی ہو یا حوا کی پیدائش، نمرود کی آگ ہو یا ابراہیم کا معجزہ، فرعون کا دربار ہو یا موسیٰ کا عصا، یوسف کا حسن ہو یا زلیخا کی محبت، مصر کی خشک سالی ہو یا یوسف کی کامیاب حکمت عملی، مریم کا معجزہ ہو یا عیسیٰ کی تبلیغ، حضرت محمد ﷺ کی سچائی ہو یا ابوجہل کی نفرت، رومیو جولیٹ کی محبت ہو یا ہیر رانجھا کے قصے، جولیس سیزر کی بہادری ہو یا بروٹس کی مکاری، پہلی جنگ عظیم ہو یا ایٹم بم کے دھماکے، چاند پر پہلا قدم ہو یا نئے سیاروں کی دریافت، مریخ پر پہنچنا ہو یا بلیک ہول کی تصویر کھینچنا، نیز کہ دنیا کا کوئی بھی عمل ہو وہ صرف اسی وقت تک زندہ رہ سکتا ہے جب تک وہ کتاب کا حصہ رہے گا۔ جس دن وہ کتاب کا حصہ نہیں رہے گا وہ مر جائے گا اور ذہنوں سے ایسا محو ہوگا کہ جیسے وہ کبھی تھا ہی نہیں۔

(جاری)

بزنس ڈائری

معیشت کی مستحکم بحالی

ریزرو بینک کے گورنر شکتی کانت داس نے کہا کہ بھارت مالی امور کی ٹکنالوجی Fin Tech کی 87 فیصد شرح کے ساتھ ایشیا کا مالی تکنیک کا سرکردہ مرکز بننے کی جانب گامزن ہے، جب کہ عالمی اوسط 64 فیصد ہے۔ جناب داس نے یہ بات دوہرائی ہے کہ ریزرو بینک عالمی وبا کے منفی اثرات سے معیشت کی مستحکم بحالی کی خاطر ہر طرح کے پالیسی طور طریقے اور وسیلے استعمال کرنے کا پابند ہے۔ وہ ایک پرائیویٹ میڈیا ہاؤس کے زیر اہتمام Economic Conclave میں اظہار خیال کر رہے تھے۔ جناب داس نے کہا کہ اجتماعی کوششوں کی بدولت مالی شعبے میں استحکام آیا ہے اور معیشت میں سرمائے کی آمد کو برقرار رکھنے کے لیے نقد رقم کی دستیابی سے ضروری مدد ملی ہے۔

ہند۔امریکہ تجارتی تعلقات

مرکزی وزیر برائے تجارت اور صنعت، ریلوے اور صارفین کے امور، خوراک اور سرکاری تقسیم جناب پیوش گوئل کے امریکہ کی تجارتی نمائندہ (VSTV) کیتھرین تائی کے ساتھ 25 گزشتہ دنوں ویڈیو کال کے ذریعہ باہمی مذاکرات ہوئے۔ جناب پیوش گوئل نے محترمہ کیتھرین کو USTR کے طور پر ان کی تقرری پر مبارکباد دی۔ دونوں نے مختلف معاملات پر تبادلہ خیال کیا اور ہندوستان اور امریکہ کے تجارت اور سرمایہ کاری کے تعلقات کو مستحکم کرنے سے اتفاق کیا۔ بات چیت کے دوران ہم خیال جمہوریتوں کے مابین کھلے پن، شفافیت اور نیک نیتی کے اصولوں کی پاسداری کے ساتھ اقتصادی ساجھیداری کو مضبوط کرنے پر بات ہوئی۔ دونوں نے ہندوستان اور امریکہ کے درمیان اقتصادی تعاون بڑھانے سے اتفاق کیا جو یکساں مقاصد کے تحت ہو اور زیر التوا معاملات کو باہمی بات چیت کے ذریعہ حل کرنے کو کہا۔

دھان کی خریداری

خریف مارکیٹنگ سیزن (کے ایم ایس) 21-2020 کے دوران، حکومت اپنی موجودہ کم از کم امدادی قیمت (ایم ایس پی) اسکیموں کے مطابق ہی کسانوں سے کم از کم امدادی قیمت پر خریف فصلوں کی خریداری کر رہی ہے، جس طرح سے پچھلے سیزنوں میں ہوتی رہی ہے۔ خریف 21-2020 کے لئے دھان کی خریداری خوش اسلوبی سے جاری ہے۔ پنجاب، ہریانہ، اتر پردیش، تلنگانہ، اتراکھنڈ، تمل ناڈو، چنڈی گڑھ، جموں و کشمیر، کیرالہ، گجرات، آندھرا پردیش، چھتیس گڑھ، اڈیشہ، مدھیہ پردیش، مہاراشٹر، بہار، جھارکھنڈ، آسام، کرناٹک، مغربی بنگال اور تریپورہ سے دھان کی خریداری کی جا رہی ہے۔ 24 مارچ 2021 تک ان ریاستوں اور مرکز کے زیر انتظام علاقوں کے کسانوں سے 688.02 لاکھ میٹرک ٹن سے زیادہ دھان کی خریداری کی جا چکی ہے۔

کھلونا سازی کا عالمی مرکز بنے گا ہندوستان!

جاوید اختر

کھلونا صنعت کو فروغ دینے کے لیے حکومت ہند نے گزشتہ 27 فروری سے دو مارچ کے درمیان 'انڈیا ٹوائے فیئر 2021' کا انعقاد کیا۔ یہ اپنی نوعیت کا پہلا ڈیجیٹل میلہ تھا۔ میلے کا افتتاح کرتے ہوئے وزیر اعظم نریندر مودی ہندوستان میں کھلونا صنعت میں پوشیدہ صلاحیتوں کو اجاگر کرنے اور آتم نربھر بھارت مہم کے حصے کے طور پر اس کی ایک علیحدہ شناخت قائم کرنے پر زور دیا۔ وزیر اعظم نے کہا کہ کھلونے کے شعبے میں ہندوستان کے پاس روایت بھی ہے اور ٹکنالوجی بھی، نظریہ بھی ہے اور صلاحیت بھی۔ وزیر اعظم کا کہنا تھا ''اس کھلونا میلے کے ذریعہ حکومت اور انڈسٹری ایک ساتھ مل کر اس بات پر غور و خوض کر سکتے ہیں کہ ہندوستان کو کس طرح کھلونا سازی کا دوسرا عالمی مرکز اور بازار بنایا جا سکتا ہے۔ اس سیکٹر میں سرمایہ کاری کو کیسے راغب کیا جا سکتا ہے اور برآمدات کو کس طرح فروغ دیا جا سکتا ہے۔''

کھلونا کی عالمی صنعت اس وقت لگ بھگ 100 ارب ڈالر کی ہے اور اس میں سالانہ پانچ فیصد کی شرح سے اضافہ ہو رہا ہے۔ کھلونا مارکیٹ میں تیزی سے ترقی کا سبب معیشتوں کی تیز رفتار ترقی اور کھلونا صنعت کے اندر پائی جانے والی اپنی زبردست لچک ہے کیونکہ اس کا قریبی تعلق بچوں کی مجموعی نشو و نما سے بھی ہے۔ لیکن دوسری طرف کھلونا کے اس بہت بڑی عالمی مارکیٹ میں ہندوستان کا حصہ صرف 1.5 فیصد ہے۔

ہندوستان کا کھلونا مارکیٹ تقریباً 1.5 ارب ڈالر کا ہے جس میں سالانہ دس سے پندرہ فیصد کی ترقی کی پیش گوئی کی گئی ہے جب کہ عالمی ترقی کا اوسط پانچ فیصد ہے۔ ہندوستانی کھلونوں کی برآمدات ایچ ایس کوڈ 9503 کے تحت کی جاتی ہے جو 20-2019 میں 130 ملین ڈالر کے بقدر تھی جب کہ اسی مدت کے دوران ہندوستان میں 280 ملین ڈالر کے کھلونے درآمد کیے گئے۔ اس طرح ہندوستان کو کھلونوں میں 150 ملین ڈالر کا تجارتی خسارہ ہوا۔ اس وقت ہندوستان میں کھلونوں کی مانگ کا تقریباً 85 فیصد درآمد کے ذریعہ پورا کیا جاتا ہے۔

ہندوستان میں سب سے زیادہ کھلونے (تقریباً 84 فیصد) چین سے درآمد کیے جاتے ہیں۔ اس کے بعد ہانگ کانگ (5.5 فیصد)، سری لنکا (2.3 فیصد)، ملائیشیا (1.4 فیصد) اور برطانیہ (0.9 فیصد) کا نمبر آتا ہے۔ دوسری طرف ہندوستان سب سے زیادہ کھلونے (26.2 فیصد) امریکا کو برآمد کرتا ہے۔ اس کے بعد برطانیہ کو 9.7 فیصد، جرمنی کو 8 فیصد، بیلجیئم کو 6.4 فیصد اور پولینڈ کو پانچ فیصد کھلونے برآمد کیے جاتے ہیں۔

ہندوستان میں کھلونا مارکیٹ کا غیر منظم شعبہ کافی بڑا یعنی تقریباً 90 فیصد ہے۔ جب کہ کھلونے تیار کرنے والے تقریباً چار ہزار کارخانے ایم ایس ایم ای سیکٹر کے تحت آتے ہیں۔ ہندوستان میں کھلونا سازی کے بیشتر کارخانے مہاراشٹر، کرناٹک، تمل ناڈو، قومی دارالحکومت خطہ (این سی آر) میں ہیں جب کہ وسطی ہندوستان میں مختلف ریاستوں میں اس کے کلسٹر ہیں۔ حکومت نے کھلونا صنعت میں آٹومیٹڈ روٹ کے ذریعہ صد فیصد غیر ملکی راست سرمایہ کاری (ایف ڈی آئی) کی اجازت دے رکھی ہے۔

ہندوستان کی آبادی اور اقتصادی خصوصیات ملک میں کھلونا صنعت کے فروغ اور ترقی کے لیے سازگار ماحول فراہم کرتی ہیں۔ ہندوستان چین کے بعد دنیا میں سے بڑی آبادی والا ملک ہے۔ ہندوستان کی مجموعی آبادی 135 کروڑ سے تجاوز کر چکی ہے جس میں صفر سے دس برس عمر کے بچوں کی تعداد تقریباً 22 فیصد ہے۔ اس کے علاوہ قابل خرچ آمدنی میں اضافہ، مڈل کلاس کی بڑھتی ہوئی تعداد، مسلسل شہر کاری، ای کامرس کی تیز رسائی وغیرہ کئی دیگر ایسے عناصر ہیں جو ملک میں کھلونا انڈسٹری کی ترقی میں کافی مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔

مرکزی حکومت نے فروری 2020 میں 'ٹوائے (کوالٹی کنٹرول) آرڈر 2020' شائع کیا تھا۔ جس کے بعد چودہ برس سے کم عمر کے بچوں کے لیے تمام طرح کے کھلونوں کے لیے بیورو آف انڈین اسٹینڈرز (بی آئی ایس) سے سرٹیفائی ہونا ضروری کر دیا گیا ہے۔ البتہ ایم ایس ایم ای کے کارخانوں کو تقویت فراہم کرنے کے مقصد سے حکومت نے ان کارخانوں میں تیار کھلونوں کو بی آئی ایس مارک سے مستثنیٰ رکھا ہے۔

حکومت ہندوستان میں کھلونا صنعت کی ترقی کے لیے ہمیشہ معاون رہی ہے اس نے دیسی کھلونا سازی کو تقویت دینے، نئے صنعتی ماحول کی تیاری، درآمدی مصنوعات کو منظم بنانے، کوالٹی کنٹرول کو سختی سے برقرار رکھنے وغیرہ جیسے دیگر اقدامات کیے ہیں۔ دیسی کھلونا سازی کو تقویت دینے اور ایم ایس ایم ای کے ذریعہ کھلونا سازی کی مدد کرنے کی غرض سے حکومت نے گزشتہ برس کھلونوں پر امپورٹ ڈیوٹی 20 فیصد سے بڑھا کر 60 فیصد کر دی تھی۔

نیشنل ایجوکیشن پالیسی (این ای پی) 2020 کے ذریعہ حکومت نے کھیل کھیل میں اور ایکٹی ویٹی کے ذریعہ تعلیم کے فروغ پر زور دیا ہے۔ چونکہ کھلونے بچوں کی نشو و نما، لسانی رابطہ، علاجی کھیل، مسائل کو حل کرنے، سماجی میل جول اور جسمانی سرگرمیوں میں بنیادی رول ادا کرتے ہیں اس لیے یہ این ای پی کو تقویت فراہم کریں گے اور کھلونا انڈسٹری کو بھی ترقی ملے گی۔

انڈسٹری سے متعلق درج بالا اعداد و شمار، ہندوستان کی آبادی اور اقتصادی خوبیوں کے مدنظر ملک میں کھلونے کے صنعت کی ترقی کے لیے زبردست مواقع ہیں اور یہ نہ صرف نئی بلندیوں تک پہنچ سکتی ہے بلکہ آتم نربھرتا بھی حاصل کر سکتی ہے۔ یہ وہ پہلو ہیں جو ہندوستان کو کسی بھی کھلونا ساز کمپنی یا انٹرپرینیور کے لیے ایک خواب کی طرح ہے۔ ہندوستانی کھلونا انڈسٹری کو فروغ دینے پر حکومت جس طرح توجہ دے رہی ہے اس سے اس شعبے کو بلندیوں تک پہنچایا جا سکتا ہے اور یہ نہ صرف چین کا متبادل ثابت ہو سکتا ہے بلکہ بڑی تعداد میں نوجوانوں کے لیے روزگار کے مواقع بھی پیدا ہو سکتے ہیں۔ بہرحال اس راہ میں حائل بعض رکاوٹوں کو دور کرنے کی بھی ضرورت ہے۔ (اے ایم این)

موبائل ایپ کے ذریعہ کاروبار میں آسانی!

عندلیب اختر

کاروبار میں آسانی فراہم کرنے کی خاطر پچھلے دو برسوں میں کارپوریٹ امور کی وزارت نے کئی اقدامات کئے ہیں، جس کے ذریعے بھارت میں کاروباری یونٹوں کو قائم کرنے کے خواہش مند افراد کو ون اسٹاپ سولوشن دستیاب کرایا گیا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ کووڈ-19 عالمی وباء کے دوران بھی ملک میں کمپنیوں کی سرمایہ کاری میں اضافہ ہوا ہے۔ اس سال فروری، 2021 تک تقریباً 1.38 لاکھ کمپنیاں قائم کی گئی ہیں، جب کہ پچھلے سال کی اسی مدت کے دوران مرکزی رجسٹریشن سینٹر کے مطابق 1.16 لاکھ کمپنیاں قائم کی گئی تھیں۔ اس طرح 17 فی صد سے زیادہ کا اضافہ کمپنیوں کی سرمایہ کاری کے لئے نئے اقدامات کرنے کا نتیجہ ہے۔

اسی مہم کو مزید تقویت دینے کی خاطر گزشتہ دنوں مرکزی وزیر خزانہ اور کارپوریٹ امور محترمہ سیتا رمن نے اپنی وزارت کی دو نئی پہل - سینٹرل اسکروٹنی سینٹر (سی ایس سی) اور انویسٹر ایجوکیشن اینڈ پروٹیکشن فنڈ اتھارٹی (آئی ای پی ایف اے) Central Scrutiny Centre (CSC) اور Investor Education and Protection Fund Authority's (IEPFA) Mobile App — موبائل ایپ لانچ کیا۔ یہ پہل وزیر اعظم کے ڈیجیٹل طور سے بھارت کو با اختیار بنانے کے ویژن کو پورا کرنے کے ساتھ ساتھ ایک نئے کارپوریٹ اور سرمایہ کار دوست نظام کو تشکیل دے گی۔ سینٹرل اسکروٹنی سینٹر (سی ایس سی) ایم سی اے 21 کی رجسٹری میں کارپوریٹ کے ذریعے داخل کردہ اسٹریٹ تھرو پروسیس (ایس ٹی پی) فارمس کی جانچ کرے گا اور مزید جانچ پڑتال کے لئے نشاندہی کرے گا۔ ایم سی اے کو، کارپوریٹ اعداد و شمار کا بنیادی ذریعہ ہونے کی وجہ سے، اس بات کو یقینی بنانا ضروری ہے کہ اعداد و شمار کی اپنی میں کوئی سمجھوتہ نہ کیا جا سکے۔

اس مقصد کو ذہن میں رکھتے ہوئے کارپوریٹ امور کی وزارت نے سی ایس سی قائم کیا ہے، جو ایس ٹی پی کے تحت استعمال کرنے والوں کے ذریعے داخل کردہ فائلوں کی جانچ پڑتال کرے گا اور اعداد و شمار کی کوالٹی اور بے ضابطگی وغیرہ کی نشاندہی کرے گا اور اسے متعلقہ کمپنی رجسٹرار کو فراہم کرے گا تا کہ اس کی درستگی کو بحال کیا جا سکے اور اگر ضروری ہو تو اسے ریگولیٹروں کو فراہم کیا جا سکے۔

اس موقع پر وزیر خزانہ نے کہا کہ کارپوریٹ امور کی وزارت سماج، کمپنیوں، معیشت اور پیشہ ور افراد کے مفاد کے لئے ڈیجیٹائزیشن، آٹومیشن اور بہتری کے لئے مسلسل کوششوں میں مصروف ہے۔ محترمہ سیتا رمن نے کہا کہ بھارت میں کاروبار میں آسانی میں اضافہ کرنے کی خاطر پچھلے دو برسوں میں کارپوریٹ امور کی وزارت نے کئی اقدامات سے ہی کووڈ-19 عالمی وباء کے دوران بھی بھارت میں کمپنیوں کی سرمایہ کاری میں اضافہ ہوا ہے، جو کمپنیوں کی سرمایہ کاری کے لئے نئے اقدامات کرنے کا نتیجہ ہے۔ اس کے ذریعے بھارت میں کاروباری یونٹوں کو قائم کرنے کے خواہش مند افراد کو ون اسٹاپ سولوشن دستیاب کرایا گیا ہے۔

وزیر خزانہ نے کہا کہ کارپوریٹ امور کی وزارت مستقبل میں کاروبار کرنے کو آسان بنانے اور لوگوں کے لئے زندگی گزارنے کو آسان بنانے کی خاطر مزید تکنیکی طریقہ کار پر مبنی خدمات فراہم کرے گی۔ ٹیکنالوجی کے شعبے میں ملک کو ڈیجیٹل طور پر با اختیار بنانے کے ساتھ ساتھ حکومت کی خدمات الیکٹرانک طریقے سے دستیاب کرانا بھی حکومت کا مقصد ہے۔

وزیر خزانہ نے آئی ای پی ایف اے موبائل ایپ بھی لانچ کیا۔ لانچ کے دوران وزیر خزانہ نے کہا کہ اس موبائل ایپ کا مقصد مالی خواندگی کا ہدف حاصل کرنا، سرمایہ کاروں میں بیداری میں اضافہ کرنا، انہیں تعلیم دینا اور سرمایہ کاروں کو تحفظ فراہم کرنا ہے۔ انہوں نے کہا کہ یہاں ہمارا بنیادی مقصد رہن سہن میں آسانی میں اضافہ کرنا ہے۔ محترمہ سیتا رمن نے مزید کہا کہ موبائل ایپ شہریوں کو شریک کرنے اور سرمایہ کاروں میں بیداری میں اضافہ کرنے کے لئے معلومات کو مشتہر کرنے کے لئے تیار کیا گیا ہے۔ اس ایپ کے ساتھ اقتدار کا مقصد مالی خواندگی حاصل کرنا، سرمایہ کاروں میں بیداری میں اضافہ کرنا اور دیہی اور شہری دونوں علاقوں میں سرمایہ کاروں کا تحفظ کرنا ہے۔ آئی ای پی ایف اے ایپ میں آئی ای پی ایف کے ریفنڈ کے متعلق عمل میں پیش رفت اور اسٹیٹس کا پتہ لگانے کی سہولت ہوگی۔ اس کے علاوہ، یہ سرمایہ کاروں اور عام شہریوں کو دھوکہ دہی والی اسکیموں اور مشتبہ اسکیموں کے بارے میں رپورٹ کرنے کا نظام بھی فراہم کرتا ہے۔ سردست، یہ ایپ اینڈرائیڈ والے موبائلوں پر دستیاب ہے اور اسے پلے اسٹور سے ڈاؤن لوڈ کیا جا سکتا ہے۔ (اے ایم این)

ہندوستان دنیا کی کیمیکل صنعت میں نمایاں ملک بن کر ابھرے گا

ہندوستانی کیمیکل اور پیٹرو کیمیکل صنعت نئی بلندیوں کی طرف بڑھ رہی ہے اور اس شعبے میں سال 2025 تک 8 لاکھ کروڑ روپے کی سرمایہ کاری کا امکان ہے۔ حکومت نے الگ الگ شعبوں کے لئے 12 پی ایل آئی اسکیمیں لانچ کی ہیں، جو کہ بلاواسطہ یا بالواسطہ طور پر کیمیکل شعبے کو فائدہ پہنچائیں گی۔ کیمیکل اور فرٹیلائزر کے مرکزی وزیر جناب ڈی وی سدانند گوڑا نے کہا کہ ہندوستان دنیا کی کیمیکل اور پیٹرو کیمیکل صنعت میں نمایاں ملک بن کر ابھرے گا۔ ''ہندوستان: کیمیکل اور پیٹرو کیمیکل کیلئے عالمی مینوفیکچرنگ ہب'' کے موضوع پر انڈیا کیم 2021 کے 11 ویں ایڈیشن کا افتتاح کے بعد اپنے خطاب کے میں جناب گوڑا نے کہا کہ کیمیکل اور پیٹرو کیمیکل صنعت میں ہو با اضافہ وزیر اعظم کے آتم نربھر بھارت کے نظریہ میں بھی تعاون کر رہا ہے۔ انہوں نے بتایا کہ حکومت نے الگ الگ شعبوں کے لئے 12 پی ایل آئی اسکیمیں لانچ کی ہیں، جو کہ بلاواسطہ یا بالواسطہ طور پر کیمیکل شعبے کو فائدہ پہنچائیں گی۔ انہوں نے یہ بھی کہا کہ حکومت اس شعبے کو فوقیت دے رہی ہے اور سال 22-2021 کے بجٹ میں نفتھا پر درآمدی ڈیوٹی کو 4.0 فیصد سے کم کر کے 2.5 فیصد کر دیا گیا ہے۔ کیمیکل اور فرٹیلائزر کی وزارت میں کیمیکل اور پیٹرو کیمیکل محکمے کے سکریٹری جناب یوگیندر ترپاٹھی نے کہا کہ ہندوستان دنیا میں سب سے تیزی سے آگے بڑھ رہی معیشت کے طور پر ابھر رہا ہے۔ انڈیا کیم 2021 کا نظریہ ہندوستان کو کیمیکل اور پیٹرو کیمیکل ہب کے طور پر قائم کرنے کے موقع کا فائدہ اٹھانے کا ہے۔ انہوں نے متعلقہ کوریڈور، قومی انفراسٹرکچر پائپ لائن، مسابقتی ٹکنالوجی فرموں سے ہندوستان کو مسابقتی فائدہ پہنچانے جیسے مختلف عوامل پر روشنی ڈالی۔ اڈیشہ حکومت کے صنعت، ایم ایس ایم ای، توانائی اور وزیر اعلیٰ کیپٹن دیویا شنکر مشرا نے زور دیتے ہوئے کہا کہ اڈیشہ سرمایہ کاری کے ایک مرکز کے طور پر ابھر رہا ہے اور اگر اڈیشہ میں سرمایہ کاری کی جاتی ہے تو یہاں کا ایکو سسٹم ایسا ہے جس سے سرمایہ کاروں کو فائدہ ہوگا۔ کمپنیوں کو ریاست میں سیٹ اپ اور کاروبار کرنے کی سہولت فراہم کرنے کیلئے اڈیشہ نے ایز آف ڈوئنگ بزنس فریم ورک پر عمل درآمد کے سلسلے میں کئی اقدامات کئے ہیں۔ اے ایم این

زر مبادلہ

Australian Dollar	55.289380
Bahraini Dinar	192.727152
British Pound	99.919942
Bruneian Dollar	53.842088
Canadian Dollar	57.457567
Chinese Yuan	11.077761
Danish Krone	11.491559
Emirati Dirham	19.731902
Euro	85.469731
Hong KongDollar	9.327087
Indonesian Rupiah	0.005028
Iranian Rial	0.001724
Israeli Shekel	21.755230
Japanese Yen	0.661070
Kuwaiti Dinar	239.791112
Libyan Dinar	16.063455
Malaysian Ringgit	17.476042
Nepalese Rupee	0.622084
Omani Rial	188.466604
Pakistani Rupee	0.467553
Qatari Riyal	19.908079
Russian Ruble	0.954532
Saudi Riyal	19.324109
Singapore Dollar	53.842088
Sri Lankan Rupee	0.364908
South African Rand	4.835317
US Dollar	72.465409

نئی تحقیق

بچوں کیلئے انسٹاگرام کا نیا ورژن

فیس بک کی فوٹو شیئرنگ ایپ انسٹاگرام کے سربراہ ایڈم موسیری نے کہا ہے کہ 13 برس سے کم عمر بچوں کے لیے مقبول ایپ کے نئے ورژن کی تیاری پر کام جاری ہے۔ دی ورج کی رپورٹ میں بز فیڈ نیوز کا حوالہ دیتے ہوئے کہا گیا کہ ایڈم موسیری نے کہا کہ فیس بک کے زیر ملکیت کمپنی یہ جانتی ہے کہ بہت سے بچے انسٹاگرام استعمال کرنا چاہتے ہیں، لیکن اس حوالے سے ابھی تک تفصیلی منصوبہ بندی نہیں کی تھی۔ انہوں نے بتایا کہ 'اس کا ایک حل یہ ہے کہ نوجوان افراد یا بچوں کے لیے انسٹاگرام کا ایک نیا ورژن تیار کیا جائے جہاں والدین کے پاس ٹرانسپیرنسی یا کنٹرول ہو'۔ ایڈم موسیری نے کہا کہ 'یہ ان میں سے ایک چیز ہے جس کی ہم کھوج لگا رہے ہیں'۔

خیال رہے کہ انسٹاگرام کی موجودہ پالیسی 12 برس سے کم عمر بچوں کو پلیٹ فارم کے استعمال سے روکتی ہے۔ فیس بک کے ترجمان جو اوسبورن نے دی ورج کو ایک ای میل میں جواب دیا کہ 'بچوں کی بڑھتی ہوئی تعداد اپنے والدین سے پوچھ رہی ہے کہ کیا وہ اپنے دوستوں سے رابطے میں رہنے کے لیے ایپس جوائن کر سکتے ہیں'۔ انہوں نے کہا کہ ''اس وقت والدین کے پاس زیادہ آپشنز موجود نہیں ہیں، لہٰذا ہم اضافی پروڈکٹس کی تیاری پر کام کر رہے ہیں، جیسا ہم نے میسنجر کڈز کے ساتھ کیا، جو بچوں کے لیے مناسب ہیں اور والدین اسے منیج کرتے ہیں'۔ فیس بک کے ترجمان نے کہا کہ ہم انسٹاگرام میں پیرنٹ-کنٹرولڈ تجربہ لانے پر کام کر رہے ہیں تا کہ وہ اپنے دوستوں کے ساتھ رہ سکیں، انہیں نئی مشغلے اور دلچسپیاں ڈھونڈنے میں مدد مل سکے۔ دوسری جانب بز فیڈ نیوز کی رپورٹ کے مطابق انسٹاگرام کے نائب صدر برائے مصنوعات ویشال شاہ نے کہا کہ کمپنی کی جانب سے 'یوتھ پلر' نامی پروجیکٹ کو ترجیح دی جا رہی ہے۔ انہوں نے کہا کہ 'ان کا کمیونٹی پروڈکٹ پرائیوسی اور سیفٹی کے مسائل پر توجہ مرکوز کرے گا تا کہ نوعمر افراد کو محفوظ ترین ممکنہ تجربے کی یقین دہانی کرائی جا سکے'۔ انسٹاگرام کے نائب صدر نے بتایا کہ ایڈم موسیری، نائب صدر پاونی دیوانجی کے ساتھ پروجیکٹ کی نگرانی کریں گے۔ اس سے قبل پاونی دیوانجی نے گوگل پر ملازمت کے دوران یوٹیوب کڈز کی نگرانی کی تھی۔ علاوہ ازیں رواں ایک بلاگ پوسٹ میں بتایا تھا کہ وہ پلیٹ فارم کو کم عمر صارفین کے لیے محفوظ بنانے کے لیے کام کر رہے ہیں۔

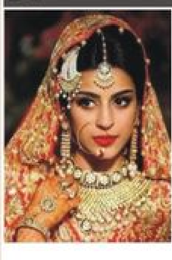
4 بیک کیمروں والا اوپو کا نیا اسمارٹ فون اے 94

اوپو نے اے 94 فون لانچ کر دیا ہے۔ یہ فون درحقیقت ری برانڈڈ رینو ایف 5 ہے اور ابھی اسے سنگاپور میں فروخت کے لیے پیش کیا گیا ہے۔ اس نئے فون میں میڈیا ٹیک ہیلیو پی 95 پراسیسر اور 6.43 انچ کا فل ایچ ڈی پلس امولیڈ ڈسپلے دیا گیا ہے۔ تاہم اس فون میں اینڈرائیڈ 11 آپریٹنگ سسٹم کا امتزاج کمپنی نے اپنے کلر او ایس 11.1 سے کیا ہے۔ اوپو اے 94 میں 8 جی بی ریم اور 129 جی بی اسٹوریج موجود ہے جس میں مائیکرو ایس ڈی کارڈ سے مزید اضافہ کیا جا سکتا ہے۔ فون میں 4310 ایم اے ایچ بیٹری 30 واٹ فاسٹ چارجنگ سپورٹ کے ساتھ دی گئی ہے۔ فون کے دیگر فیچرز میں ہیڈ فون جیک، یو ایس بی سی پورٹ اور ڈسپلے کے اندر نصب فنگر پرنٹ سنسر قابل ذکر ہیں۔ فون کے فرنٹ پر 32 میگا پکسل سیلفی کیمرا پنچ ہول ڈیزائن میں دیا گیا ہے جبکہ بیک پر 4 کیمروں کا سیٹ اپ موجود ہے۔ اس سیٹ میں مین کیمرا 48 میگا پکسل کا ہے جس کے ساتھ 8 میگا پکسل الٹرا وائیڈ، 2 میگا پکسل میکرو اور 2 میگا پکسل مونوکروم کیمرے دیے گئے ہیں۔ کیمرا سیٹ اپ میں اے آئی کلر پورٹریٹ ویڈیو، مونوکروم ویڈیو اور ڈوئل ویو ویڈیو جیسے فیچرز موجود ہیں۔ اس فون کی قیمت 319 ڈالرز رکھی گئی ہے۔

ویوو ایکس 60 فونز

ویوو کی جانب سے دنیا میں پہلی بار ایسے فلیگ شپ فونز متعارف کرائے جا رہے ہیں جن میں پکسل شفٹ ٹیکنالوجی کا استعمال کیا گیا ہے۔ پکسل شفٹ ٹیکنالوجی مخصوص ڈی ایس ایل آر کیمروں میں تو استعمال ہوئی ہے مگر اب تک کسی اسمارٹ فون کا حصہ نہیں بنی۔ ویوو ایکس 60، ایکس 60 پرو اور ایکس 60 پرو پلس کو چین میں پہلے ہی فروخت کے لیے پیش کیا جا چکا ہے مگر ان میں یہ کیمرا ٹیکنالوجی موجود نہیں۔ تاہم اب اس سیریز کو عالمی سطح پر 22 مارچ کو پیش کیا جا رہا ہے جس میں یہ کیمرا ٹیکنالوجی دیے جانے کا امکان ہے جبکہ پراسیسرز بھی مختلف ہوں گے۔ چین میں ایکس 60 اور ایکس 60 پرو میں سام سنگ کا تیار کردہ ایگزینوس 1080 پراسیسر دیا گیا ہے مگر لیکس کے مطابق عالمی سطح پر ان فونز میں اسنیپ ڈراگون 870 پراسیسر کا استعمال ہوگا جبکہ ایکس 60 پرو پلس میں اسنیپ ڈراگون 888 موجود ہوگا۔ جہاں تک پکسل شفٹ ٹیکنالوجی کی بات ہے تو اس کے لیے عموماً بائیر پیٹرن استعمال کیا جاتا ہے جو ایک سنسر کے سنگل پکسل میں صرف ایک رنگ کو دیکھتا ہے اور سرخ، سبز اور نیلے پکسلز کو بائیر پیٹرن کے مطابق ارینج کرتا ہے۔

صرافہ بازار



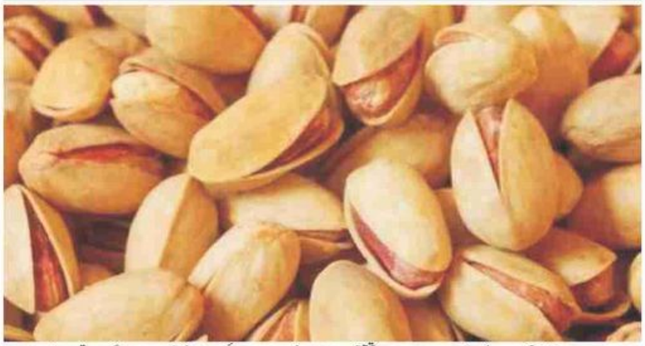
سونا/دس گرام

شہر	22K	24K
دھلی	44,050	48,050
ممبئی	43,000	44,000
چنئی	41,900	45,710
کولکاتا	44,180	46,900
حیدر آباد	43,000	44,000
بنگلور	41,900	45,710

چاندی فی کلو

شہر	قیمت
دھلی	64900
ممبئی	64900
چنئی	65700
کولکاتا	64900
حیدر آباد	63,527
بنگلور	65700

پستہ ایک قلب دوست میوہ



عمدہ غذائیت اور اچھے ذائقے کے پستے آپ کے لیے بہترین صحت کی ضمانت فراہم کرتے ہیں

ہمارے شب و روز جیسے جیسے مصروف ہوتے جا رہے ہیں ویسے ویسے اسنیکس کی اہمیت میں زیادہ سے زیادہ اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ اسنیکس کے بغیر کسی ایک دن کا تصور کرنا بھی ناممکن ہوتا جا رہا ہے۔ چنانچہ اس میں کوئی تعجب کی بات نہیں ہے کہ اسنیکنگ ہماری زندگیوں کے روزمرہ کے معمولات کا ایک اہم حصہ بن گئی ہے اور اسے غذائیت' سہولت اور تفریح میں ایک خاص درجہ حاصل ہو گیا ہے۔

امریکہ میں شائع ہونے والی صحت کے سلسلے میں "کنزیومر" کی رپورٹ کے مطابق ہر چار میں سے تین بالغ روزانہ کم سے کم ایک اسنیک کھاتے ہیں اور اسنیکس ایک دن میں کھائی جانے والی مجموعی کیلوریز کے پچیس فیصد حصے پر مشتمل ہوتے ہیں۔

اگرچہ سینکڑوں اقسام کے اسنیکس بازار میں موجود ہیں' تاہم بہت کم اسنیکس ایسے ہیں جو غذائیت' سہولت اور تفریح کے اعتبار سے پستوں کا مقابلہ کر سکیں۔

پستے ذائقے میں بہت اچھے ہوتے ہیں اور ان میں بہت سے غذا بخش اجزا شامل ہوتے ہیں جو اچھی صحت میں اضافے کا سبب بنتے ہیں۔ درحقیقت پستے ایک غذائی خزانے کی حیثیت رکھتے ہیں۔

پستوں کی ایک سرونگ (Serving) میں ایک سو ستر کیلوریز شامل ہوتی ہیں اور یہ بہت کلیدی غذا بخش اجزا کی فراہمی کا اچھا وسیلہ ہوتی ہے۔ اس میں روزانہ استعمال میں لائے جانے والے فائبر' پروٹین'

وٹامن بی تھائی مین' فاسفورس' میگنیشیم اور کاپر کا دس فیصدی سے زیادہ حصہ شامل ہوتا ہے۔

علاوہ ازیں اس امر کے بھی سائنسی شبہات موجود ہیں کہ گری دار میوے کھانے سے آپ کے وزن کو بھی ٹھیک ٹھاک رکھنے میں مدد مل سکتی ہے۔ بالالفاظ دیگر' وہ نہ صرف آپ کو وہ غذائی اجزا فراہم کرتے ہیں جو شاید آپ کو روزمرہ کے کھانوں میں نہ دستیاب ہوتے ہوں بلکہ وہ اسنیکس کی شکل میں آپ کو عمدہ اور ذائقہ دار خوراک بھی مہیا کرتے ہیں۔ پستوں کو اگر مناسب طور پر اسٹور کیا جائے تو وہ تازہ رہتے ہیں اور انہیں ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جانا بھی آسان ہوتا ہے۔

پستے اور دل کی نگہداشت

کیلی فورنیا کے پستوں میں Saturated Fat کی بھی کم مقدار پائی جاتی ہے' یہ کولیسٹرول سے آزاد ہوتے ہیں اور ان میں مونو ان سیچوریٹڈ فیٹ (Monounsaturated Fat) پایا جاتا ہے جو دل کے لئے مفید ہوتا ہے اور زیتون کے تیل میں بھی پایا جاتا ہے۔ حال ہی میں کی جانے والی تحقیق سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ جو لوگ ایسی غذا استعمال کرتے ہیں جس میں کیلوریز کو کنٹرول کیا جاتا ہے' وہ زیادہ بہتر صحت کے حامل ہوتے ہیں۔

خوش قسمتی سے اس بات پر اتفاق رائے ہے کہ ایسی غذائیں جن میں سیچوریٹڈ (Saturated) چربی کی زیادہ تعداد شامل ہو' دل کے شدید حملوں کا باعث بنتی ہیں۔ اس کے ساتھ اس بات کی شہادت بھی موجود ہے کہ مونو ان سیچوریٹڈ فیٹی ایسڈز (Monounsaturated Fatty Acids) دل کی بیماریوں کے خطرے کو کم کرتے ہیں۔

خاص طور سے ایسے گری دار میووں کے بارے میں جن میں مونو ان سیچوریٹڈ فیٹی ایسڈ (Monounsaturated Fatty Acids) کی بڑی تعداد شامل ہوتی ہے۔

تحقیقی مطالعے سے بھی ایسے ہی نتائج ظاہر ہونے شروع ہوئے ہیں کہ یہ دل کے امراض کے خطرے کے محرکات کو کم کرتے ہیں۔ ڈاکٹر پینی کرس ایتھرٹن کے حال ہی میں شائع ہونے والے مضمون میں اس مسئلے پر بڑی تفصیل کے ساتھ بحث کی گئی ہے۔ یہ جائزہ پیش کیا گیا ہے کہ گری دار میووں کا زیادہ استعمال امراض قلب کے خطرے کو کم کرتا ہے۔ مونو ان سیچوریٹڈ فیٹ (Monounsaturated Fat) پر گہرائی کے ساتھ کی جانے والی تحقیق نے غذائیت کی سائنسی اور پیشہ ور کمیونٹی کے لئے حالیہ غذائی رہنمائی کے اصولوں میں تبدیلی کی نشاندہی کی ہے جس میں یہ سفارش کی گئی ہے کہ چربی کی مجموعی مقدار کو کیلوریز کے تیس فیصد یا اس سے کم تک مونو ان سیچوریٹڈ فیٹ کو کیلوریز کے دس یا اس سے بھی کم فیصد تک پر لے آیا جائے۔

ان تمام شہادتوں کی روشنی میں پستوں کو روز افزوں طور پر "قلب دوست" سمجھا جا رہا ہے۔ بہرحال پستوں میں مونو ان سیچوریٹڈ فیٹ کا غالب عنصر موجود ہوتا ہے جو کولیسٹرول کے لیول اور امراض قلب کے خطرے کو کم کرتا ہے۔

ان پستوں کی ایک اونس کی مقدار میں چربی کی مجموعی مقدار تیرہ گرام ہوتی ہے۔ جس میں سے صرف 5.1 گرام Saturated ہوتی ہے۔ اور کیلی فورنیا کے پستے قدرتی طور پر کولیسٹرول سے آزاد ہوتے ہیں۔

گری دار میووں میں پائے جانے والے اجزاء کے بارے میں جنہیں Phytosterol کہا جاتا ہے۔ تازہ ترین تحقیق بھی اس امر کی شہادت دیتی ہیں کہ یہ امراض قلب کے خطرے کو کم کرتے ہیں۔

اچھے عمدہ غذائیت اور اچھے ذائقے کے حامل پستے کسی بھی موقع کے لئے مسرت بخش ہوتے ہیں۔ وہ خواہ کسی بھی شکل میں کیوں نہ ہو۔

وہ غذائیت سے بھرپور ہوتے ہیں اور جسم کو توانائی بہم پہنچاتے ہیں۔

ہر ایک اونس پستوں میں تین سو دس ملی گرام پوٹاشیم' چھ گرام پروٹین' نو گرام مجموعی کاربوہائیڈریٹ اور تین گرام غذائیت بخش فائبر شامل ہوتے ہیں۔ اس بات کو یاد رکھنا چاہئے کہ مختلف اقسام کے کھانے کھانا اور اس کے ساتھ باقاعدہ جسمانی سرگرمی کو جاری رکھنا ایک صحت مند طرز زندگی کے لئے ضروری ہیں۔

مٹھی بھر پستے کھا لینا آپ کے لئے بہتر صحت کی ضمانت فراہم کر سکتا ہے۔

چنانچہ اپنی مرضی اور پسند کے کھانوں سے اپنے لئے بہتر اور صحت بخش متوازن غذا ترتیب دیجئے۔ اس کے ساتھ ہلکی پھلکی ورزش کے عمل کو بھی جاری رکھئے اور اس طرح زندہ رہنے کے عمل کو خوشگوار بنایئے۔ اس کے ذریعے وزن میں بھی کمی کی جا سکتی ہے۔

پستے ذیابیطس کی روک تھام کے لئے

پستوں سمیت گری دار میووں کے کھانے سے اب ممکنہ طور پر عورتوں میں ذیابیطس قسم 2 کی روک تھام کا تعلق قائم کیا جا رہا ہے۔

جرنل آف دی امریکن میڈیکل ایسوی ایشن میں شائع ہونے والی نئی تحقیق کے مطابق ان عورتوں نے جنہوں نے ہفتے میں پانچ بار یا اس سے زیادہ ایک اونس گری دار میوے یا اخروٹ کا ایک بڑا چمچ مکھن کھایا ان میں ذیابیطس قسم 2 کے پیدا ہونے کا خطرہ بیس فیصدی کم ہو گیا۔

یہ ذیابیطس کی روک تھام کے لئے ایک اہم خبر ہے کیونکہ مشہور امریکن ڈائی بیٹس ایسوسی ایشن کے مطابق امریکہ میں ذیابیطس کے مریضوں کی تعداد سترہ ملین کے قریب ہے اور ہر سال تقریباً ایک ملین نئے بالغ افراد ان مریضوں کی فہرست میں شامل ہو جاتے ہیں۔

حالیہ اسٹڈیز سے یہ ظاہر ہوا ہے کہ غذا اور طرز زندگی میں مناسب تبدیلیاں ذیابیطس 2 کی روک تھام میں اہمیت کی حامل ہیں۔ ذیابیطس قسم 2 کا تعلق امراض قلب' کسی عضو کے کاٹے جانے' اندھے پن اور گردوں کے فیل ہو جانے سے ہوتا ہے۔

مزید برآں اس اسٹڈی سے گری دار میوے یا اخروٹ کے کھانے اور ذیابیطس قسم 2 کے درمیان تعلق کو واضح کیا جس کا مطلب یہ تھا کہ زیادہ گری دار میوے کھانے سے زیادہ تحفظاتی اثر پیدا ہوا۔

چنانچہ مثال کے طور پر ان عورتوں کے گروپ کو جو روزانہ ایک اونس گری دار میوے ہفتے میں ایک سے چار بار تک کھاتی تھیں ذیابیطس لاحق ہونے کا خطرہ سولہ فیصدی کم لاحق تھا۔

پستوں کی غذائیت از اول تا آخر

مختلف اقسام کی غذائیں کھانا اچھی غذائیت کی کلید ہے۔ ہر غذا غذائیت میں کچھ نہ کچھ اضافہ کرتی ہے۔

اگرچہ بعض غذائی اشیا دوسری غذائی اشیاء کے مقابلے میں زیادہ صحت بخش ہو سکتی ہیں اور آپ کی غذائی ضروریات کو زیادہ بہتر طور پر پورا کر سکتی ہیں۔

کیا آپ کو یہ بات معلوم ہے کہ پستے بہت سی کلیدی غذائیت بخش اشیا کی بھرپور شکل ہیں۔

وٹامن اے آپ کو اندھیرے میں دیکھنے میں مدد دیتا ہے اور جسم کے تمام خلیوں اور ٹشوز کے نمو میں اضافہ کرتا ہے۔

وٹامن بی۔ ون (تھیامین) جسم کے تمام خلیوں کو کاربوہائیڈریٹس سے توانائی پیدا کرنے میں مدد دیتا ہے۔

وٹامن بی۔ 6 ان پروٹینز کی پیداوار میں جسم کی مدد کرتا ہے جو کہ جسم کے خلیوں کی تشکیل میں استعمال ہوتے ہیں۔

بی۔ 6 ہیموگلوبین اور انسولین جیسے اہم جسمانی کیمیاوی مادوں کو نیز انفیکشن کے خلاف مزاحمت کرنے کے لئے اینٹی باڈیز کو پیدا کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔

فولاد ہمارے جسم کے لئے ضروری ہے۔ یہ آکسیجن کو خلیوں تک پہنچاتا ہے۔ یہ خون کے سرخ خلیوں میں ہیموگلوبین کا ایک ضروری حصہ ہے۔

میگنیشیم صحت مند ہڈیوں کا ایک جزو ہے اور تین سے زیادہ انزائموں کا ایک حصہ ہے جو کہ بہت سے جسمانی وظائف کو منضبط کرتے ہیں جیسے عضلات کا سکڑنا۔

فاسفورس نئے خلیوں کی تخلیق میں مدد دیتا ہے اور جسم کو کاربوہائیڈریٹس' پروٹین اور چربی کو موثر طور پر استعمال کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔

پوٹاشیم جسم کے رقیق مادوں (Fluids) اور الیکٹرولائٹس کو متوازن بناتا ہے۔ عضلات کے سکڑنے اور اعصابی تحریکات کے لئے اہم ہے۔

سیلینیم (Selenium) خلیوں کی نشوونما میں مدد دیتا ہے اور وٹامن ای کے ساتھ مل کر اینٹی ڈاکسن کی طرح کام کرتا ہے اور جسم کے خلیوں کو نقصان پہنچنے سے محفوظ رکھتا ہے جو کہ دل کی بیماری اور کینسر کا سبب بن سکتا ہے۔

زنک (Zinc) نمو کے لئے ضروری ہے۔ یہ زخموں کو مندمل کرنے کے لئے خلیوں کی پیداوار اور ٹشوز کی نشوونما کو فروغ دیتا ہے۔

گنے کا رس

حکیم حارث نسیم سوہدروی

گنے کا رس جگر کی گرمی، پیشاب سے زہریلے مواد کے اخراج، آنتوں کی گندگی صاف کرنے میں مدد دیتا ہے اور مسوڑھوں کو مضبوط بناتا ہے۔ گنا دانتوں سے چھیل کر کھانے سے نہ صرف دانت مضبوط ہوتے ہیں بلکہ امراض میں فائدہ ہوتا ہے۔ گنے میں قدرتی طور پر کیلشیم، فولاد، مینگانیز، حیاتین ب اور ج (وٹامن بی اور سی) ہوتی ہے۔ جس سے جسم انسانی کی صحت پر خوشگوار اثرات ہوتے ہیں۔

گنے کا رس جسمانی کمزوری ختم کرتا اور بخار کی شدت کم کرتا ہے۔

ایسے لوگ جو جسمانی صحت کمزور خیال کرتے ہیں۔ ان کو یہ روزانہ پینا چاہئے۔ یرقان میں روزانہ دو تین گلاس پینا مفید ہے۔ ہمارے ہاں صدیوں سے یرقان میں اطباء گنے کا رس تجویز کرتے ہیں۔ اس سے جگر کا فعل درست ہوتا ہے۔ بلکہ پیشاب صاف ہو جاتا ہے۔

جن افراد کا ایل ایف ٹی (جگر کے فعل کا ٹیسٹ) درست نہ ہو، وہ چند روز گنے کا رس پئیں۔ تو جگر کا فعل درست ہو جاتا ہے۔

جن ماؤں میں دودھ کی کمی کی شکایت ہو وہ ایک بڑا گلاس گنے کا رس میں کانجی آدھا کپ ملا کر پئیں۔ تو دودھ فروانی سے آئے گا۔ کانجی ایک قسم کا کھٹا پانی ہوتا ہے۔ جس میں رائی اور زیرہ اچار کی طرح ڈالتے ہیں۔ چاولوں کی پیچ اور گاجروں کے اچار کے پانی کو کانجی کہتے ہیں۔ موسم گرما میں جب شدت گرمی سے پسینہ بکثرت آنے سے پیشاب کم اور زرد رنگت میں آنے لگتا ہے۔ تو ایسے میں گنے کا رس پینا بہت مفید ہے، بلکہ علاج ہے۔

ہمارے ہاں عدم برداشت کا رجحان بڑھ رہا ہے، حالات نے افراد کے مزاج میں چڑچڑاپن اور تلخی کو فروغ دیا ہے۔ خصوصاً نوجوان لڑکے اور لڑکیاں گرم مزاج ہیں۔ بات بات پر تلخی اور غصہ میں آ جاتے ہیں۔ معمولی سی بات ہوتی تو لڑائی جھگڑا، پڑھائی اور کام کاج سے دوری کرتے ہیں۔ ان کے ذکر پر غصہ میں آ جاتا جس کی وجہ بڑھتی عمر کی وجہ سے جسم میں گرمی کا زیادہ ہوتا ہے۔

ایسے نوجوانوں کو گنے کا رس پلایا جائے۔ بلکہ کچھ روز تک باقاعدگی سے پئیں۔ تو اس طرح طبیعت میں بے چینی، غصہ، چڑچڑاپن کافی حد تک کم ہو جائے گا۔ گنے کا رس ہاضم بھی ہے۔ کھانا درست ہضم ہوگا۔ ڈکاریں آئیں گی۔

گنے کے رس سے گڑ بناتے ہوئے جو شیرہ بچ جاتا ہے۔ اسے داب کہتے ہیں۔ اسے زیادہ دیر نہ رکھا جائے کیونکہ جلد خراب ہو جاتا ہے۔ یہ سیاہ داب کئی فوائد سے بھرپور ہے، لوگوں کے پھولنے، جوڑوں کے درد، جلد کی سوزش، ورم، ایگزیما، خارش میں مفید ہے، بال اور ناخن خراب ہونے پر بھی مفید ہے۔ یہ کسی بھی وقت پی سکتے ہیں۔

احتیاطی تدابیر

جس ٹھیلے یا دکان سے گنے کا رس خریدیں۔ اس کی صفائی اور خاص کر گلاسوں کے معیار کو ضرور مدنظر رکھئے بہتر یہی ہے کہ گھر سے اپنا گلاس ہمراہ لے جائیں۔

بند مشین سے پہلا گلاس کبھی نہ پئیں چلتی ہوئی مشین یعنی قطار میں لگے گاہکوں سے اپنی باری کا انتظار کر لینا اچھا ہے اور کبھی بھی جگ میں پہلے سے ذخیرہ کیا ہوا رس نہ خریدا جائے تو اچھا ہے۔

ذیابیطس کی 16 علامات جن سے اکثر افراد ناواقف

ذیابیطس دنیا میں تیزی سے عام ہوتا ہوا ایسا مرض ہے جسے خاموش قاتل کہا جائے تو غلط نہ ہوگا کیونکہ یہ ایک بیماری کئی امراض کا باعث بن سکتی ہے اور حیرت انگیز طور پر ذیابیطس ٹائپ ٹو کے شکار 25 فیصد افراد کو اکثر اس کا شکار ہونے کا علم ہی نہیں ہوتا۔

تاہم اس مرض کا شکار ہونے کی صورت میں کچھ علامات ایسی ہوتی ہیں جس سے عندیہ ملتا ہے کہ آپ کو اپنا چیک اپ کروا لینا چاہئے تاکہ ذیابیطس کی شکایت ہونے کی صورت میں اس کے اثرات کو آگے بڑھنے سے روکا جا سکے۔

تو ایسی ہی خاموش علامات کے بارے میں جانیے جو آپ کو اس مرض میں مبتلا ہونے کی صورت میں باخبر کرنے میں مددگار ثابت ہو سکتی ہیں اور یہ مردوں و خواتین دونوں میں نظر آتی ہیں۔

ٹوائلٹ کا زیادہ رخ کرنا

جب آپ ذیابیطس کے شکار ہو جاتے ہیں تو آپ کا جسم خوراک کو شوگر میں تبدیل کرنے میں زیادہ بہتر کام نہیں کر پاتا جس کے نتیجے میں دوران خون میں شوگر کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور جسم اسے پیشاب کے راستے باہر نکالنے لگتا ہے یعنی ٹوائلٹ کا رخ زیادہ کرنا پڑتا ہے۔ تاہم اس مرض کے شکار اکثر افراد اس خاموش علامت سے واقف ہی نہیں ہوتے اور نہ ہی اس پر توجہ دیتے ہیں۔ خاص طور پر رات کو جب ایک یا 2 بار ٹوائلٹ کا رخ کرنا تو معمول سمجھا جا سکتا ہے تاہم یہ تعداد بڑھنے اور آپ کی نیند پر اثرات مرتب ہونے کی صورت میں اس پر توجہ مرکوز کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

معمول سے زیادہ پیاس لگنا

بہت زیادہ پیشاب کرنے کے نتیجے میں پیاس بھی زیادہ محسوس ہوتی ہے اور ذیابیطس کے مریض افراد اگر جوسز، کولڈ ڈرنکس یا دودھ وغیرہ کے ذریعے اپنی پیاس کو بجھانے کی خواہش میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو یہ خطرے کی علامت ہو سکتی ہے۔ یہ میٹھے مشروبات خون میں شکر کی مقدار کو بڑھا دیتے ہیں جس کے نتیجے میں پیاس کبھی ختم ہونے میں ہی نہیں آتی۔

جسمانی وزن میں کمی

جسمانی وزن میں اضافہ ذیابیطس کے لیے خطرے کی علامت قرار دی جاتی ہے تاہم وزن میں کمی آنا بھی اس مرض کی ایک علامت ہو سکتی ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق جسمانی وزن میں کمی دو وجوہات کی بناء پر ہوتی ہے ایک تو جسم میں پانی کی کمی ہونا (پیشاب زیادہ آنے کی وجہ سے) اور دوسری خون میں موجود شوگر میں پائے جانے والی کیلیوریز کا جسم میں جذب نہ ہونا۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ ذیابیطس کا علم ہونے کی صورت میں جب لوگ اپنے بلڈ شوگر کو کنٹرول کرنا شروع کرتے ہیں تو اس کے نتیجے میں وزن بڑھ سکتا ہے مگر یہ اچھا امر ہوتا ہے کیونکہ اس کا مطلب ہوتا ہے کہ بلڈ شوگر ک لیول زیادہ متوازن ہے۔

کمزوری اور بھوک کا احساس

یہ کوئی غیر معمولی بات نہیں کہ ذیابیطس کے مریضوں کو اچانک ہی بھوک کا احساس ستانے لگے اور ان کے اندر فوری طور پر زیادہ کاربوہائیڈیٹ سے بھرپور غذا کی خواہش پیدا ہونے لگے۔ بی ماہرین کے مطابق جب کسی فرد کا بلڈ شوگر لیول بہت زیادہ ہوا تو جسم کے لیے گلوکوز کو ریگولیٹ کرنا مسئلہ بن جاتا ہے، جس کے نتیجے میں جب آپ کاربوہائیڈریٹس سے بھرپور غذا استعمال کرتے ہیں تو مریض کا جسم میں انسولین کی مقدار بڑھ جاتی ہے جبکہ گلوکوز کی سطح فوری طور پر گر جاتی ہے، جس کے نتیجے میں کمزوری کا احساس پیدا ہوتا ہے اور آپ کے اندر چینی کے استعمال کی خواہش پیدا ہونے لگتی ہے اور یہ چکر مسلسل چلتا رہتا ہے۔

ہر وقت تھکاوٹ

یقیناً تھکاوٹ تو ہر شخص کو ہی ہوتی ہے مگر ہر وقت اس کا طاری رہنا ذیابیطس میں مبتلا ہونے کی اہم علامت ثابت ہو سکتی ہے۔ ذیابیطس کا شکار ہونے کی صورت میں خوراک جسم میں توانائی بڑھانے میں ناکام رہتی ہے اور ضرورت کے مطابق توانائی نہ ہونے سے تھکاوٹ کا احساس اور سستی طاری رہتی ہے۔ اسی طرح ذیابیطس ٹائپ ٹو میں شوگر لیول اوپر نیچے ہونے سے بھی تھکاوٹ کا احساس غلبہ پا لیتا ہے۔

سانس کی بو

جیسا اوپر درج کیا جا چکا ہے کہ ذیابیطس کے شکار افراد کو بہت زیادہ پیاس لگتی ہے، جس کے نتیجے میں منہ بھی زیادہ خشک ہوتا ہے، جس کے نتیجے میں سانس کی بو کا سامنا ہوتا ہے۔ جب شوگر کنٹرول میں نہیں ہوتی تو جسم گلوکوز کی بجائے چربی کو توانائی کے گھلانے لگتا ہے، جس سے ایک کیمیکل ریلیز ہوتا ہے جو سانس کی بو کو ناخوشگوار بناتا ہے جو میٹھی یا پھل جیسی ہو سکتی ہے۔

جلد پر سیاہ حلقے

گردن اور بغلوں کی جلد کی رنگت گہری ہو جانا انسولین کی مزاحمت کی عام اور اولیم علامت ہے، جس کے بعد ذیابیطس کا مرض آپ کو شکار بنا دیتا ہے۔

جلد خشک ہونا اور خارش

اگر ذیابیطس آپ کو گرفت میں لے چکا ہو تو جلد میں خشکی عام ہوتی ہے، ہائی بلڈ شوگر اس کی وجہ بنتی ہے، جلدی انفیکشن یا دوران خون میں خرابی بھی اس کا باعث بنتی ہے، جبکہ اس کے ساتھ ساتھ ہر وقت خارش کا احساس بھی ستاتا رہتا ہے۔

مثانے کی شکایات

پیشاب میں شکر کی زیادہ مقدار بیکٹریا کے افزائش نسل کا باعث بنتی ہے جس کے نتیجے میں مثانے کے انفیکشن کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ بار بار انفیکشن کا سامنے آنا فکرمندی کی علامت ہو سکتی ہے اور اس صورت میں ذیابیطس کا ٹیسٹ لازمی کرا لینا چاہئے کیونکہ یہ اس مرض میں مبتلا ہونے کی بڑی علامات میں سے ایک ہے۔

خاندان کی طبی تاریخ

ذیابیطس ٹائپ ٹو اگر آپ کے خاندان میں کسی کو شکار بنا چکا ہے تو اس بات کا امکان کافی ہوتا ہے کہ مردوں میں وہ منتقل ہو جائے یا مستقبل قریب میں اس کے شکار ہو جائیں۔ ایک تحقیق میں دریافت کیا گیا کہ اگر کسی خاندان میں ٹائپ ٹو ذیابیطس کی تاریخ ہو تو ان کے بچوں میں یہ خطرہ 26 فیصد تک بڑھ جاتا ہے۔ تو اپنے خاندان کی طبی تاریخ کو اپنے ذہن میں رکھیں اور اپنا شوگر چیک اپ کروانا عادت بنا لیں۔

پل پل مزاج بدلنا یا چڑچڑاپن

جب آپ کا بلڈ شوگر کنٹرول سے باہر ہوتا ہے تو آپ کو کچھ بھی اچھا محسوس نہیں ہوتا۔ ایسی صورت میں مریض کے اندر چڑچڑے پن یا اچانک میں غصے میں آ جانے کا امکان ہوتا ہے۔ درحقیقت ہائی بلڈ شوگر ڈپریشن جیسی علامات کو ظاہر کرتا ہے یعنی تھکاوٹ، ارگرد کچھ بھی اچھا نہ لگنا، باہر نکلنے سے گریز اور ہر وقت سوتے رہنے کی خواہش وغیرہ۔ ایسی صورتحال میں ڈپریشن کی جگہ سب سے پہلے ذیابیطس کا ٹیسٹ کرا لینا زیادہ بہتر ثابت ہوتا ہے خاص طور پر اس وقت جب اچانک مزاج خوشگوار ہو جائے کیونکہ بلڈ شوگر لیول نارمل ہونے پر مریض کا موڈ خود بخود نارمل ہو جاتا ہے۔

بینائی میں دھندلاہٹ

ذیابیطس کی ابتدائی سطح پر آنکھوں کے لینس منظر پر پوری طرح توجہ مرکوز نہیں کر پاتے کیونکہ آنکھوں میں گلوکوز کی مقدار بڑھ جاتی ہے جس کے نتیجے میں عارضی طور پر اس کی ساخت یا شیپ بدل جاتی ہے۔ چھ سے آٹھ ہفتے میں جب مریض کا بلڈ شوگر لیول مستحکم ہو جاتا ہے تو دھندلا نظر آنا ختم ہو جاتا ہے کیونکہ آنکھیں جسمانی حالت سے مطابقت پیدا کر لیتی ہیں اور ایسی صورت میں ذیابیطس کا چیک اپ کروانا ضروری ہوتا ہے۔

زخم یا خراشوں کے بھرنے میں تاخیر

زخموں کو بھرنے میں مدد دینے والا دفاعی نظام اور پراسیس بلڈ شوگر لیول بڑھنے کی صورت میں موثر طریقے سے کام نہیں کر پاتا جس کے نتیجے میں زخم یا خراشیں معمول سے زیادہ عرصے میں مندمل ہوتے ہیں اور یہ بھی ذیابیطس کی ایک بڑی علامت ہے۔

پیروں میں جھنجھناہٹ

ذیابیطس کی شکایت دریافت ہونے سے قبل بلڈ شوگر میں اضافہ جسمانی پیچیدگیوں کو بڑھا دیتا ہے۔ اس مرض کے نتیجے میں اعصابی نظام کو بھی نقصان پہنچتا ہے اور اس کے نتیجے میں آپ کے پیروں کو جھنجھناہٹ یا سن ہونے کا احساس معمول سے زیادہ ہونے لگتا ہے کہ جو کہ خطرے کی گھنٹی ہوتا ہے۔

مثانے کی شکایات

پیشاب میں شکر کی زیادہ مقدار بیکٹریا کے افزائش نسل کا باعث بنتی ہے جس کے نتیجے میں مثانے کے انفیکشن کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ بار بار انفیکشن کا سامنے آنا فکرمندی کی علامت ہو سکتی ہے اور اس صورت میں ذیابیطس کا ٹیسٹ لازمی کرا لینا چاہئے کیونکہ یہ اس مرض میں مبتلا ہونے کی بڑی علامات میں سے ایک ہے۔

کوئی علامت نہیں

یہ خوفناک علامت ہوتی ہے کیونکہ آپ ذیابیطس کے قبل کے مرحلے سے گزر رہے ہوتے ہیں مگر برسوں تک کوئی علامت سامنے نہیں آتی، عام طور پر بلڈ شوگر کے مسائل ذیابیطس سے 6 سے 7 سال پہلے ہی پیدا ہو جاتے ہیں اور سست روی سے بڑھتے رہتے ہیں۔

سپورٹس صورت حال

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

سب سے تیز سنچری، 34 گیندوں میں 108 رن بنائے

مسلسل وکٹیں گرنے کی وجہ سے ہندوستان کا اسکور آخر میں 221 رن ہی رہا

(مانیٹرنگ ڈیسک)

ابھیشیک شرما (108) نے ہندوستان کی جانب سے سب سے تیز ٹی 20 سنچری بنائی، جس کی بدولت ٹیم انڈیا نے افغانستان کے خلاف تیسرے ٹی 20 میچ میں جمعرات کو یہاں ارون جیٹلی اسٹیڈیم میں 7 وکٹ پر 221 رن کا بڑا اسکور بنا لیا۔ یہ ٹی 20 تاریخ کی تیسری سب سے تیز سنچری اور ہندوستان کی جانب سے سب سے تیز سنچری ہے۔ ابھیشیک نے 34 گیندوں میں 9 چوکے اور 11 چھکوں کی مدد سے 108 رن کی طوفانی اننگز کھیلی۔ ابھیشیک نے ٹی 20 کے پاور پلے میں کسی بلے باز کے سب سے زیادہ اسکور کا ریکارڈ بھی اپنے نام کرلیا۔ اس سے پہلے یہ ریکارڈ آسٹریلیا کے ٹریوس ہیڈ کے نام تھا، جنہوں نے 74 رن بنائے تھے۔ ہندوستان نے ٹی 20 میں 100 رن کا سب سے زیادہ پاور پلے اسکور بنانے کا ریکارڈ بھی قائم کیا، اس سے پہلے یہ ریکارڈ 95 رن کا تھا۔ ابھیشیک نے محض 30 گیندوں میں اپنی سنچری مکمل کر کے روہت شرما کا ریکارڈ توڑ دیا۔ روہت شرما نے 2017 میں اندور میں سری لنکا کے خلاف 35 گیندوں میں سنچری بنائی تھی۔ سنچری مکمل کرنے کے بعد ابھیشیک پچ پر 'اوم' کا ورد کرنے کی حالت میں بیٹھ گئے۔ ٹی 20 میں یہ ابھیشیک کی مجموعی طور پر 10ویں سنچری ہے اور انہوں نے وراٹ کوہلی کے ریکارڈ کی برابری کرلی ہے۔ ایک وقت ایسا لگ رہا تھا کہ ہندوستان کا 297 رن کا سب سے بڑا اسکور بھی خطرے میں ہے۔ لیکن ابھیشیک کے آؤٹ ہونے کے بعد ہندوستانی اننگز لڑکھڑا گئی اور آخر تک ہندوستان اسکور بورڈ پر صرف 221 رن ہی جوڑ سکا۔ سیمسن اور ابھیشیک کے درمیان پہلے وکٹ کے لیے 142 رن کی جارحانہ شراکت ہوئی اور ابھیشیک نے 30 گیندوں پر ریکارڈ تیز سنچری بھی بنائی۔ سیمسن کے بلے سے بھی نصف سنچری نکلی، لیکن ان دونوں کے علاوہ کوئی دوسرا بلے باز زیادہ دیر تک نہیں ٹک سکا۔ افغانستان کی جانب سے سب سے کامیاب گیند باز عمرزئی رہے، جنہوں نے 2 وکٹیں حاصل کیں، جبکہ راشد نے بھی ایک وکٹ لینے کے ساتھ بہترین فیلڈنگ کا مظاہرہ کیا۔ ابھیشیک شرما کی اننگز شاندار تھی! اس طوفانی اوپنر نے افغانستان کے گیند بازوں کی دھجیاں اڑا دیں اور شروع ہی سے میدان کے چاروں طرف زبردست شاٹس کھیلے۔ ان کے زبردست حملے کی بدولت ہندوستان نے پاور پلے میں ہی 100 رن بنا لیے اور فیلڈنگ کی پابندیاں ختم ہونے کے بعد بھی یہ تباہ کن بلے بازی جاری رہی۔ ابھیشیک نے ریکارڈ بک میں اپنا نام درج کرایا اور ٹیسٹ کھیلنے والے ممالک کے کھلاڑیوں میں سب سے تیز ٹی 20 سنچری بنائی؛ انہوں نے صرف 30 گیندوں میں یہ کارنامہ انجام دیا۔ اس شاندار اوپنر کے زبردست حملے سے افغانستان کی ٹیم لڑکھڑا گئی۔ سنجو سیمسن نے بھی اہم تعاون کیا اور سیریز میں مسلسل دوسری نصف سنچری بنائی۔ سنجو نے 35 گیندوں پر 50 رن میں 2 چوکے اور 4 چھکے لگائے۔ مجموعی طور پر ہندوستان کے اوپنرز کا غلبہ دیکھنے کو ملا۔ لیکن اس کے بعد ہندوستان کے باقی بلے بازوں کی کارکردگی مایوس کن رہی اور ٹیم لڑکھڑا گئی۔ افغانستان کے گیند بازوں نے مسلسل وکٹیں لے کر واپسی کی اور ہندوستان کو اس بڑے اسکور تک پہنچنے نہیں دیا، جس کی امید کی جا رہی تھی۔ ایک وقت 250 سے زیادہ رن بنتے دکھائی دے رہے تھے، لیکن مسلسل وکٹیں گرنے کی وجہ سے ہندوستان کا اسکور آخر میں 221 رن ہی رہا

میسی کے گول اور اسسٹ سے انٹر میامی نے کیمپیونیس کپ کا خطاب جیت لیا

(ہندوستھان سماچار)

لیونل میسی کے گول اور اسسٹ کی بدولت انٹر میامی نے بدھ کو کروز ازول کو 0-2 سے شکست دے کر پہلی بار کیمپیونیس کپ کا خطاب جیت لیا۔ یہ مقابلہ میجر لیگ سوکر اور میکسیکن لیگا ایم ایکس کے چیمپئن کے درمیان کھیلا جاتا ہے۔ انٹر میامی کے لیے یہ کیمپیونیس کپ میں پہلی خطاب جیت ہے۔ وہیں، ٹیم کے نئے ہیڈ کوچ کرسٹیان "کیلی" گونزالیز کے دور کا بھی یہ پہلا مقابلہ تھا۔ میسی نے شاندار ہیڈر کے ذریعے انٹر میامی کو برتری دلائی۔ کم قد والے ارجنٹینی اسٹار نے لوئس سواریز کے کراس پر ولر ڈوٹا کے اوپر چھلانگ لگاتے ہوئے شاندار ہیڈر کے ذریعے گیند کو گول میں پہنچا دیا۔ اس کے بعد میسی نے خود دوسرا گول کرنے کی کوشش کی۔ سواریز کے پاس پر آگے بڑھتے ہوئے انہوں نے گیند کو گول میں پہنچا دیا، لیکن انہیں آف سائیڈ قرار دے دیا گیا۔ تاہم، میسی نے کچھ ہی دیر بعد دوسرے گول میں اہم کردار ادا کیا۔ انہوں نے کارنر سے شاندار گیند بھیجی، جس پر کاسیمیرو نے ہیڈر کے ذریعے گول کر کے انٹر میامی کی برتری 0-2 کردی۔ یہ کیمپیونیس کپ کا آٹھواں ایڈیشن تھا اور اس کی میزبانی ہمیشہ میجر لیگ سوکر کی ٹیم کرتی ہے۔ انٹر میامی کی جیت سے پہلے گزشتہ تین ایڈیشن میں میکسیکو کی ٹیموں نے خطاب جیتا تھا۔ میکسیکو کی معروف ٹیم کروز ازول اب تک کیمپیونیس کپ کا خطاب نہیں جیت سکی ہے۔ ٹیم کو 2021 کے فائنل میں بھی شکست کا سامنا کرنا پڑا تھا۔ اس کے بعد میسی نے خود دوسرا گول کرنے کی کوشش کی۔ سواریز کے پاس پر آگے بڑھتے ہوئے انہوں نے گیند کو گول میں پہنچا دیا، لیکن انہیں آف سائیڈ قرار دے دیا گیا۔ تاہم، میسی نے کچھ ہی دیر بعد دوسرے گول میں اہم کردار ادا کیا۔ ٹیم کو 2021 کے فائنل میں بھی شکست کا سامنا کرنا پڑا تھا۔ اس کے بعد میسی نے خود دوسرا گول کرنے کی کوشش کی۔

سونے کی ہال مارکنگ فیس میں 67 فیصد اضافہ

/ٹی ای این

سرینگر/ 17 ستمبر تہواروں کے موسم میں سونے کی خریداری میں تیزی سے قبل بیورو آف انڈین اسٹینڈرڈز (بی آئی ایس) نے سونے کے زیورات اور دیگر اشیا کی ہال مارکنگ فیس میں نمایاں اضافہ کردیا ہے۔ فیس 45 روپے سے بڑھا کر 75 روپے فی آرٹیکل کردی گئی ہے۔ نئی شرحیں 14 ستمبر کو جاری کردہ بی آئی ایس ہال مارکنگ ترمیمی ضوابط 2026 کے نوٹیفکیشن کے بعد فوری طور پر نافذ ہوگئی ہیں۔ چاندی کی اشیا کی ہال مارکنگ فیس میں کوئی تبدیلی نہیں کی گئی اور یہ بدستور 35 روپے فی آرٹیکل رہے گی۔ ترمیم شدہ شیڈول کے مطابق تسلیم شدہ جانچ اور ہال مارکنگ مراکز میں زیورات فروشوں کو اب سونے کی ہر شے کی ہال مارکنگ کے لیے 75 روپے ادا کرنا ہوں گے۔ ہر کھیپ کے لیے کم از کم 200 روپے فیس مقرر کی گئی ہے۔ چاندی کی اشیا کے لیے 35 روپے فی آرٹیکل کی موجودہ فیس برقرار رکھی گئی ہے، جبکہ ہر کھیپ کے لیے کم از کم 150 روپے فیس ہوگی۔ ہال مارکنگ بی آئی ایس کا تصدیقی نظام ہے جس کے ذریعے قیمتی دھات سے بنی اشیا کی خالصیت کی نشاندہی کی جاتی ہے۔ ہال مارک شدہ سونے کے زیورات پر بی آئی ایس کا معیاری نشان، سونے کی خالصیت یا فائنس کی نشاندہی اور چھ ہندسوں پر مشتمل حروف و اعداد کا ہال مارک یونیک آئیڈنٹیفکیشن نمبر درج ہوتا ہے۔ سونے کی ہال مارکنگ فیس میں 45 روپے سے 75 روپے تک اضافہ تقریباً 67 فیصد بنتا ہے۔ اہم بات یہ ہے کہ یہ فیس زیور کے وزن کے بجائے آرٹیکل کی تعداد کی بنیاد پر وصول کی جاتی ہے اس کا مطلب ہے کہ ایک گرام کا ہلکا زیور اور اس سے کہیں زیادہ وزن رکھنے والا زیور، دونوں کے لیے ہال مارکنگ فیس 75 روپے ہوسکتی ہے۔ اس فیس کے وزن سے آزاد ہونے والے نظام کے باعث کم وزن کے زیورات پر اضافی لاگت کا تناسب زیادہ محسوس ہوسکتا ہے۔ تاہم فیس میں اضافہ براہ راست ہر زیور کی قیمت میں 30 روپے اضافے کے مترادف نہیں ہے۔ اس کا اصل اثر اس بات پر منحصر ہوگا کہ زیورات فروش اضافی تعمیری اور تعمیلی لاگت کو کس حد تک صارفین تک منتقل کرتے ہیں۔ یہ اضافہ ایسے وقت میں کیا گیا ہے جب سونے کی قیمتیں پہلے ہی بلند سطح پر ہیں

جموں و کشمیر میں جسمانی طور خاص افراد کیلئے راحت

سرکاری پبلک ٹرانسپورٹ میں مفت سفر کی منظوری دی گئی

/ٹی ای این

سرینگر/ 17 ستمبر/ جموں و کشمیر حکومت نے معذور افراد کے لیے سرکاری پبلک ٹرانسپورٹ میں مفت سفر کی سہولت فراہم کرنے کی منظوری دے دی ہے۔ یہ فیصلہ رواں سال مارچ میں پیش کیے گئے بجٹ میں کیے گئے اہم اعلان پر عمل درآمد کے طور پر سامنے آیا ہے۔ وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ کے دفتر کے مطابق مفت سفری سہولت جموں و کشمیر روڈ ٹرانسپورٹ کارپوریشن کی بسوں کے علاوہ جموں اسمارٹ سٹی لمیٹڈ اور سرینگر اسمارٹ سٹی لمیٹڈ کی جانب سے چلائی جانے والی برقی بسوں پر بھی لاگو ہوگی۔ وزیر اعلیٰ کے دفتر نے سوشل میڈیا پر جاری ایک بیان میں کہا کہ حکومت نے معذور افراد کے لیے پبلک ٹرانسپورٹ میں مفت سفر کی منظوری دے دی ہے۔ اس اقدام کے تحت جموں و کشمیر روڈ ٹرانسپورٹ کارپوریشن کی خدمات کے ساتھ ساتھ جموں اور سرینگر میں اسمارٹ سٹی منصوبے کے تحت چلنے والی برقی بسوں میں بھی متعلقہ افراد سے کرایہ وصول نہیں کیا جائے گا۔ وزیر اعلیٰ عمر عبداللہ نے اس اقدام پر وزیر ٹرانسپورٹ ستیش شرما کو مبارک باد دیتے ہوئے کہا کہ یہ فیصلہ سماجی انصاف کے لیے حکومت کے عزم کی عکاسی کرتا ہے۔ حکومت کے مطابق اس سہولت کا مقصد معذور افراد کے لیے آمدورفت کو مزید آسان بنانا، پبلک ٹرانسپورٹ تک رسائی بہتر کرنا اور جموں و کشمیر میں ایک جامع سفری نظام کو فروغ دینا ہے۔ حکومت کا کہنا ہے کہ مفت سفری سہولت سے معذور افراد کو روزمرہ سفر کے دوران مالی بوجھ میں کمی کے ساتھ ساتھ عوامی ٹرانسپورٹ کے استعمال میں زیادہ سہولت حاصل ہوگی۔ یہ اقدام معاشرے کے تمام طبقات کے لیے یکساں اور قابل رسائی سفری سہولیات فراہم کرنے کی حکومتی کوششوں کا حصہ ہے۔

سیمیکون انڈیا 0.2 میں 200 چپ ڈیزائن کمپنیوں کو فروغ دینے کا ہدف۔ ویشنو

ایم این این

نئی دہلی۔ مرکزی وزیر اشونی ویشنو نے جمعرات کے روز کہا کہ سیمیکون انڈیا 0.2 کے تحت ہندوستان میں سیمی کنڈکٹر سے متعلق مختلف ضروریات کے لیے چپس ڈیزائن کرنے والے کم از کم 200 اسٹارٹ اپس اور کمپنیوں کو فروغ دینے کا ہدف مقرر کیا گیا ہے۔ سیمیکون انڈیا 2026 کے دوران ویشنو نے کہا، "سیمیکون 0.2 میں ہمارا ہدف کم از کم 200 اسٹارٹ اپس اور کمپنیوں کو شامل کرنا ہے، جو ہندوستان میں سیمی کنڈکٹر کی مختلف ضروریات کے لیے چپس ڈیزائن کریں گی۔" انہوں نے بتایا کہ سیمیکون انڈیا 0.1 میں 105 اسٹارٹ اپس نے حصہ لیا تھا،

گزشتہ 5 سالوں کے دوران برکس کے ساتھ بھارت کی تجارت میں 100 فیصد سے زائد اضافہ ہوا: ایسوچیم

ایم این این

نئی دہلی۔ 17 ستمبر۔ ایسوچیم گلوبل ریسرچ اینڈ اسٹریٹجی سینٹر کی ایک تحقیقی رپورٹ، جس کا عنوان "برکس ممالک کا عروج 2030 تک برکس کو بھارتی برآمدات کو 200 ارب ڈالر تک بڑھانے کا موقع" ہے، کے مطابق گزشتہ پانچ سالوں میں برکس کے ساتھ بھارت کی تجارت میں نمایاں اضافہ ہوا ہے؛ یہ تجارت 2020-21 میں 203 ارب ڈالر سے بڑھ کر 2025-26 میں 417 ارب ڈالر تک پہنچ گئی ہے۔ گزشتہ دہائی کے دوران برکس رکن ممالک کی تجارتی کارکردگی (سامان کی تجارت کے حوالے سے) انتہائی متحرک رہی ہے، جس سے عالمی منڈیوں میں ان کی بڑھتی ہوئی اہمیت کا اظہار ہوتا ہے۔ 2025-26 میں برکس کے شراکت دار ممالک کو بھارت کی برآمدات 96 ارب ڈالر رہیں۔ ایسوچیم کا ماننا ہے کہ ساؤتھ-ساؤتھ (جنوبی ممالک کے مابین) تعاون کو بڑھا کر 2030 تک بھارت کی برآمدات کو 200 ارب ڈالر تک پہنچایا جاسکتا ہے،

پٹرول، ڈیزل اور اے ٹی ایف کی برآمد پر ونڈ فال ٹیکس کم

(ٹی ای این)

سرینگر/ 17 ستمبر حکومت نے پٹرول، ڈیزل اور ایوی ایشن ٹربائن فیول (اے ٹی ایف) کی برآمد پر عائد ونڈ فال ٹیکس میں کمی کردی ہے۔ نئی شرحیں 16 ستمبر سے شروع ہونے والے دو ہفتوں کے لیے نافذ کی گئی ہیں۔ وزارت خزانہ کی جانب سے جاری نوٹیفکیشن کے مطابق ڈیزل کی برآمد پر خصوصی اضافی ایکسائز ڈیوٹی (ایس اے ای ڈی) اور روڈ و انفراسٹرکچر سیس کو ملا کر اب 20 روپے فی لیٹر کردیا گیا ہے، جو گزشتہ دو ہفتوں کے دوران 25 روپے فی لیٹر تھا۔ ایوی ایشن ٹربائن فیول یعنی اے ٹی ایف کی برآمد پر ایس اے ای ڈی کو 19 روپے سے کم کر کے 15 روپے فی لیٹر کردیا گیا ہے۔ اسی طرح پٹرول کی برآمد پر ڈیوٹی 16 ستمبر سے کم کر کے 0.50 روپے فی لیٹر کردی گئی ہے، جو گزشتہ دو ہفتوں کے دوران 1.50 روپے فی لیٹر تھی۔ وزارت خزانہ نے واضح کیا ہے کہ مقامی استعمال کے لیے پٹرول اور ڈیزل کی سپلائی پر عائد موجودہ ڈیوٹی کی شرحوں میں کوئی تبدیلی نہیں کی گئی ہے۔ مغربی ایشیا میں بڑھتی ہوئی کشیدگی کے درمیان حکومت نے 27 مارچ کو ڈیزل اور اے ٹی ایف کی برآمد پر ونڈ فال ٹیکس عائد کیا تھا اور اس کی شرح ہر دو ہفتے بعد عالمی حالات اور مارکیٹ کی صورتحال کے مطابق تبدیل کی جاتی رہی ہے۔ 16 مئی سے پٹرول کی برآمد پر بھی یہ ٹیکس نافذ کیا گیا تھا۔ حکومت کے مطابق ونڈ فال ٹیکس عائد کرنے کا بنیادی مقصد ملک میں پٹرولیم مصنوعات کی مناسب دستیابی یقینی بنانا اور عالمی منڈی میں قیمتوں کے فرق سے برآمد کنندگان کو غیر معمولی فائدہ اٹھانے سے روکنا تھا۔ حکومت نے یہ قدم اس وقت اٹھایا تھا جب مغربی ایشیا میں جنگ اور کشیدگی کے باعث عالمی سطح پر خام تیل کی قیمتوں میں اضافہ ہوا تھا۔ ٹیکس کے ذریعے پٹرولیم مصنوعات کی غیر ضروری برآمد کی حوصلہ شکنی اور ملکی ضروریات کے لیے ایندھن کی دستیابی برقرار رکھنے کی کوشش کی گئی۔ نئی شرحوں کے تحت برآمدی ڈیوٹی میں کمی سے پٹرولیم مصنوعات کے برآمد کنندگان پر ٹیکس کا بوجھ کم ہوگا، تاہم مقامی استعمال کے لیے پٹرول اور ڈیزل پر موجودہ ڈیوٹی میں کوئی تبدیلی نہیں کی گئی ہے۔

جمیکا اور بھارت شانہ بشانہ تعاون کے ساتھ کھڑے ہیں۔ سفیر

ایم این این

نئی دہلی۔ 17 ستمبر بھارت میں جمیکا کے ہائی کمشنر جیسن کیٹس میتھیو ہال نے جمیکا اور بھارت کے درمیان دیرینہ تعلقات کو اجاگر کرتے ہوئے کہا ہے کہ دونوں ممالک کثیر الجہتی فورمز پر "شانہ بشانہ اور باہمی تعاون کے ساتھ" کھڑے ہیں اور بین الاقوامی تنظیموں کے اندر بامعنی تبدیلی لانے کے لیے مل کر کام کر رہے ہیں۔ بدھ کے روز میڈیا سے گفتگو کرتے ہوئے ہال نے کہا، یہ تعلقات 200 سال سے زائد عرصے پر محیط ہیں، اور حجم اور رقبے میں نمایاں فرق کے باوجود جمیکا اور بھارت کے درمیان بہت سی مشترکات پائی جاتی ہیں۔ کثیر الجہتی فورمز پر جمیکا اور بھارت شانہ بشانہ اور باہمی تعاون کے ساتھ کھڑے ہوکر ناانصافی کے خلاف آواز اٹھاتے ہیں اور کثیر الجہتی نظام اور بین الاقوامی تنظیموں کے اندر بامعنی تبدیلی لانے کے لیے کوشاں رہتے ہیں۔ یہ ایک انتہائی مضبوط تعلق ہے۔" جمیکا کے ہائی کمشنر نے وزیر اعظم نریندر مودی کو سالگرہ کی مبارکباد بھی پیش کی اور اس موقع پر جمیکا کا مخصوص جملہ "بگ بلیسڈ ارتھ سٹرانگ" استعمال کیا۔ انہوں نے کہا، "جمیکا میں ہم صرف ہیپی برتھ ڈے نہیں کہتے؛ ہم ہیپی بلیسڈ ارتھ سٹرانگ کہتے ہیں

تعداد 14 سے گھٹ کر 8 رہ گئی، تازہ مطالعاتی سروے میں انکشاف

/ٹی ای این

سرینگر/ 17 ستمبر/ کشمیر کی معروف ڈل جھیل میں مچھلیوں کی حیاتیاتی تنوع میں نمایاں کمی ریکارڈ کی گئی ہے۔ ایک تازہ مطالعاتی سروے کے دوران جھیل میں صرف آٹھ اقسام کی مچھلیاں پائی گئیں، جبکہ سابقہ مطالعات میں یہاں 14 سے زائد اقسام کی موجودگی رپورٹ کی

حاصل کیے گئے۔ اس کام میں مقامی ناگجر کے حضرت بل اور نہرو مارک میں

کے دوران نہیں مل سکیں، جو ڈل جھیل میں مچھلیوں کے تنوع میں مسلسل کمی کی جانب اشارہ کرتی ہے۔ تحقیق کے مطابق ڈل جھیل میں مچھلیوں کی اقسام میں کمی کی کئی وجوہات ہیں، جن میں بغیر صاف کیے جانے والے سیوریج کا جھیل میں داخل ہونا، زرعی علاقوں سے بہہ کر آنے والا آلودہ پانی، غذائی اجزا کی زیادتی کے باعث آبی پودوں کا بے تحاشا پھیلاؤ، غیر مقامی مچھلیوں کا جھیل میں داخل ہونے والے غیر صاف شدہ سیوریج اور زرعی آلودہ پانی کو روکنے، آبی جڑی بوٹیوں کے پھیلاؤ کو منظم کرنے اور جھیل کے اطراف انسانی سرگرمیوں کو باقاعدہ بنانے کی سفارش کی گئی ہے۔ محققین نے مقامی اور نایاب مچھلیوں کی دوبارہ افزائش، غیر مقامی اور نقصان دہ مچھلیوں کے داخلے کو روکنے اور غیر قانونی یا ضرورت سے زیادہ ماہی گیری کے خلاف موثر

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,