



www.AsiaTimes.US

Globally Recognized Editor-in-Chief: Azeem A. Quadeer, M.S., P.E.

FEBRUARY 2024 Vol 15, Issue 2

Elon Musk says his startup Neuralink has implanted a device in its first human



Tech billionaire Elon Musk said Monday that his brain-science startup company, Neuralink, had implanted a device in a human for the first time, a possible step toward a product that he said would allow people to control almost any external device “just by thinking.”

Musk made the announcement on X. He said the patient, whom he did not identify, “received an implant” Sunday and “is recovering well.” The initial results, he added, showed “promising neuron spike detection.” He gave no other details about the procedure, the patient or the device the company implanted.

Scientists for decades have worked on similar ideas for brain-computer interfaces that, if successful, could one day assist people who are physically disabled, change how people communicate or more.

There was no immediate independent confirmation of Neuralink’s progress. One of Neuralink’s competitors, Precision Neuroscience, implanted its device in a human for the first time last year.

Musk’s announcement comes eight months after Neuralink said it had received approval from the Food and Drug Administration to conduct its first in-human clinical study. In September, Neuralink said it would begin recruiting patients for the study.

Neuralink, which is based in San Francisco, did not immediately respond to a request for more information.

The FDA, which regulates medical devices and would need to approve any consumer product, did not immediately respond to a request for

comment on Musk’s announcement.

Neuralink has said it was building a brain implant called the Link to help patients, including those with severe paralysis, use external technologies. Musk said Monday that Neuralink’s first product would be called Telepathy. He did not say whether it was a new device or a new name for the previously announced device. Neuralink has faced accusations in recent years that it mistreated some of the monkeys it used in its experiments. The Agriculture Department said last year after an investigation that it did not find any violations of animal research rules other than a self-reported 2019 incident in which a Neuralink surgeon used an unapproved sealant to close holes drilled into a monkey’s skull, Reuters reported.

Citizen Tax Service PLLC Enrolled Agent

- 2266 S Dobson Road Suite 200
- Mesa, AZ 85202
- Phone : 480-478-5802
- Fax : 480-674-0878
- Email: service@citizentaxes.com
- Website: Citizentaxservicepllc.com

Mobile-friendly interface

Take photos of your documents and upload



Mullah Iqbal Baig
C.A. (India) E.A (USA)

Contact us for

- Individual & Business Taxes,
- Payroll & bookkeeping

THE LAW OFFICES OF KHALID Y. HAMIDEH

مكتب المحامي خالد حميده

214-515-0000

Personal Injury, Wrongful Death, Civil Litigation,
Family, Wills/Estate, and Mediation Services

EXPERIENCE . TRUST . RESULTS



Razan
Hamideh

Khalid
Hamideh

Yusef
Hamideh

40 years Trial Law Experience

- FREE LEGAL CONSULTATION ON ALL INJURY CASES
- NO FEE PAID ON INJURY CASES
- ATTORNEY FEE COLLECTED FROM INSURANCE COMPANY

- إستشارة قانونية مجانية لكل قضايا الإصابات
- لا رسوم تدفع لقضايا الإصابات
- أجور المحامي تدفع من قبل شركة التأمين

210 S. Greenville Avenue, Ste. 200-300
Richardson, Texas 75081

Phone: 214-515-0000

Fax: 214-463-2550

Email: info@hamidehlawfirm.com

www.hamidehlawfirm.com



The Law Offices of
Khalid Y. Hamideh



@hamidehlawfirm

www.AsiaTimes US

ISSN 2159-9645



CEO & Editor/Publisher
Azeem A. Quadeer, P.E.
Licensed Professional Engineer in the State of Texas
1-219-588-1538

Finance and Marketing Chief
Madam Sheela
MadamSheela1@gmail.com

Asia Times US is published monthly
Copyright 2024
All rights reserved as to the entire content

Asia Times US does not necessarily endorse views expressed by the authors in their articles

BOARD OF ADVISORS



Iftekhhar Shareef
CEO, National Bank Corp
Chicago, IL



Dr. Basheer Ahmed, M.D.
Renowned psychiatrist
Dallas, TX



Khalid Y. Hamideh
Civil rights attorney
General counsel and spokesman for Islamic organizations
Dallas, TX



Shawkat Mohammed
NEW YORK LIFE
Member Million Dollar Round Table
Dallas, TX



Dr. Abdul Rahiman, MD; MPH
Physician, Internal Medicine
Dallas, TX



Waliuddin
Senior Pharmacist
Chicago, IL



Elyas Mohammed
Charlotte, NC



Sher M. Rajput
Trustee East West University
Chicago, IL



ISLAMIC FINANCING SOLUTIONS

Experience matters when it comes to home financing!

- ✓ Home, Masjid & Commercial Financing
- ✓ 5-star Customer Service
- ✓ Competitive Monthly Payments with No Monthly LLC Fees

Anwer Mangrio
Regional Manager

NMLS ID #279529

Direct: (206) 679-9724

Cell: (510) 610-5255

Email: amangrio@myuif.com

Apply Now: www.myuif.com/amangrio

- ✓ Recognized by National Mortgage News as the Top 200 Mortgage Originators
- ✓ #1 Producer in the Islamic Finance Industry (Closed over \$800 M)



UIF Corporation (UIF is a trademark of UIF Corporation) – Equal Housing Opportunity - NMLS 93460 (www.nmlsconsumeraccess.org) is a Faith Based subsidiary of University Bank (NMLS 715685), Member FDIC, that operates in various states. UIF is licensed by the California Department of Business Oversight under the California Financing Law (#6031396). For a complete list of the states UIF Corporation is able to provide financing in, please visit <https://www.myuif.com/license-registration>. UIF Corporation is not affiliated with National Mortgage News or any government agency. This is not a commitment to lend or an offer for a rate lock agreement; a pre-qualification is based on a preliminary review of information provided and limited credit information. All home financing transactions are subject to verification of application information, satisfying all underwriting conditions and requirements, and property eligibility, including appraisal and title report. You must carry insurance on the property that secures the transaction, and flood insurance may be required. Any taxes or additional conditions imposed by the city, county or state that the subject property is located in will be the obligor's responsibility.





**We are the
company of
the community.**

**Contact me to learn more about
securing your family's financial future.**

Shawkat Mohammed (Agent)

**Ph: (817) 320-9439
mohammeds@ft.newyorklife.com**

**New York Life Insurance Company
6565 N. MacArthur Blvd, Suite 100
Irving, TX 75039**



Be good at life.

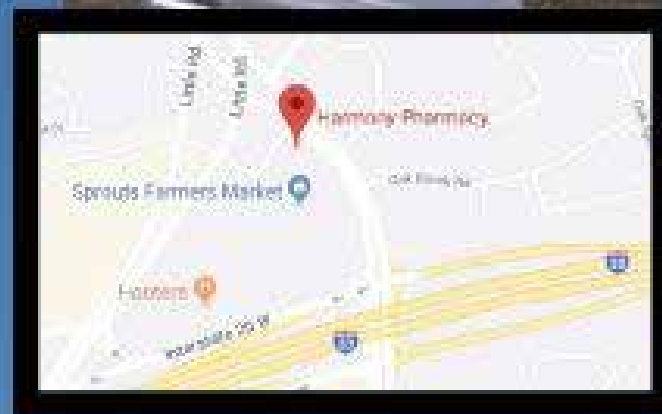
Insure. Prepare. Retire.

1911747 EXP: 8/26/2023



Why Harmony Pharmacy?

- ✓ Free Delivery
- ✓ Specialize in Compounding
- ✓ Quick Prescription Transfers
- ✓ 24/7 Pharmacist available on Phone
- ✓ We match Competitor Prices
- ✓ Fast and Friendly Service
- ✓ 15 years + Experience



WE PROVIDE FREE PRESCRIPTION DELIVERY TO YOUR DOORSTEP.



For CURRENT Prescriptions:

Provide us with the phone number of your current Rx Store and Harmony Pharmacy will take care of the rest.

For NEW Prescriptions:

Tell your Doctor that you would like to have your prescription filled by Harmony Pharmacy.

4388 W. Green Oaks Blvd #110, Arlington, TX 76016

Phone: 817-380-3030 | Fax: 817-476-6766



Republic Day Celebration in Irving



MEADOW WOODS
EVENTS VENUE

Affordable pricing to fit any budget, we allow outside catering.

Everything you need to host your event

Call us today to book your special occasion.



CONTACT : (972) 878-4771
ADDRESS: 2274 EAST BROWN ST.
WYLIE, TX 75098

INDOOR & OUTDOOR FACILITY

Hope Amidst Hardship

Finding Hope and Healing During Crisis from a Psycho-spiritual Lens

Join us for an authentic Palestinian brunch with fellow sisters in support of our brothers and sisters in Gaza

with



Ustadha Dunia Shuaib



Aleyna Nur Sarap, LPC

Allen, TX

2/4 10:30am - 12:30pm

guidedhearts.org/gaza

SMS SISTERS COMMITTEE PRESENTS

MORTGAGING IN ISLAM
GUIDENCE RESIDENTIAL
AND
UIF CORPORATION

SISTERS ONLY

Friday, Feb. 9th
6:00 pm

SPEAKER
SR. AMINA CHAUDHRY

2327 2nd St, Sachse, TX 75048

Light dinner and refreshments will be provided

DDS WEBINAR
PATHWAY TO HEALTHY UMMAH

FITNESS & NUTRITION
FROM ISLAMIC PERSPECTIVE

SAAD IBN HYDER
ONLINE MUSLIM FITNESS COACH

Embrace a Holistic Approach to Health - For Body and Soul

- WEIGHT LOSS GUIDANCE
- ONLINE FITNESS COACHING
- UNDERSTANDING FITNESS IN ISLAM
- HEALTHY, TASTY DIETARY CHOICES
- MOTIVATIONAL SUPPORT
- CORRECTING MISCONCEPTIONS
- CONSISTENCY MANAGEMENT

Moderators:
ZAMEER MOHAMMED
HAMMAD IBN HYDER

DallasDeccanSociety@gmail.com

03 Feb 2024 12 PM CST

Is fitness a priority for you?
REGISTER NOW

tinyurl.com/dds-fines

TEXAS UNITED AGAINST GENOCIDE IN PALESTINE

February 4, 2024 | 1:00 pm
1100 Congress Ave, Austin, TX

Dallas Bus Registration! Houston Bus Registration! Additional Information

Bus Information and More Details: austinforspalestinecoalition.org/statewidemarch

Sponsored by:

www.AsiaTimes.US

Offers



Medical Beds, wheel Chairs and other equipment loaned FREE to underprivileged people in Hyderabad, India

You use it until you are free of illness

Contact:

Mr. Ateeq 995 120 7710 (Hyd)

Mr. Azeem: WA# 00 1219 588 1538



Embassy of India, Beirut celebrated 75th Republic Day at its premises today. Ambassador Noor Rahman Sheikh unfurled #Tiranga in the presence of large number of Indian Diaspora and read out the Address of Hon'ble President to the Nation. Lebanese Friends of India and Members of Indian Battalion at UNIFIL-PIO also attended the function. Ambassador presented the prizes to the Winners of Hindi Essay Writing Competition organised on the occasion of World Hindi Day 2024. Amb also hosted a Reception on the occasion. Patriotic songs were presented by the officials of the Mission and Indian nationals.
Ministry of External Affairs, Government of India



India's 75th Republic Day flag hoisting ceremony held @India in Saudi Arabia (Consulate General of India, Jeddah) & International Indian School Jeddah



Dallas Dance Explosion and Expo VI Hotel & Ticket Portal

Thu, Jan 25
2645 Lyndon B Johnson Fwy, Dallas



Good Vibes DAY Party @ GVO

Sat, Jan 27
GVO Lounge & Bistro, Dallas



Soul of DFW Food & Black History Bus Tour!!

Sat, Feb 3
African American Museum of Dallas, Dallas



Avni KHanna with Shahid Rafi son of Singer Mohammed Rafi



Mr Hamid Ullah Khan Birth Day celebrated in Chicago

CHICAGO PAGES

CHICAGO PAGES

Singer Parveen Sultana

Parveen Sultana is a singer who was awarded the Padmashree Award in 1976 at the age of just 23 (a record) In addition, Parveen Sultana ji has been awarded Cleopatra of Music in 1972, Gandharva Kala Nidhi in 1980, Mian Tansen Award in 1986 and Music Drama Academy Award in 1999. Parveen Sultana's voice remains evergreen even today.

Parveen Sultana, the classical singer who considers song as her conscience, has been the birthplace of Assam and the land of Karma Mumbai. They belong to Patiala family. Parveen Sultana, who belongs to the Assamese background, has made his different destination in the Patiala dynasty singing. His family has been a classical music tradition for generations. Acharya Chinmay Lahiri and Ustad Dilshad Khan are chief among the gurus of Parveen Sultana. Parveen, who had studied in the field of singing with Ustad Dilshad Khan, married Dilshad Khan in 1975. Parveen, who has sung in many films, has become a part of many concerts around the world these days along with her husband Dilshad. Though music emperor Parveen started singing at the age of five but started singing in movies with the movie "Pakija". At the age of sixteen, Parveen came to Mumbai and by coincidence Naushad Sahab had seen Parveen's singing in a show, being impressed by the same he gave Parveen a beautiful chance in the movie Pakiza".

Parveen gave her first stage performance in 1962, when she was 12 years old and recording music since 1965. She has started her professional business with Abdul Majid's Assamese film Moram Trishna. Sultana has sung for Gadar, Kudrat, two drops of water and Pakiza and many other Assamese movies and Bollywood movies.

Ustad Dilshad Khan Sahab's training reinforced the foundation of his talent, giving new direction to his singing, which enabled him to be a mastery in melody and other factors of classical music. They knew very well what is the place of a teacher in life.

In one of his interviews, he said that- "As important is to find a good teacher, it is as important to walk on the path told by the Guru. "Probably why they sing the hardest tunes easily." His move from a slow taunt to intense taunts and lyrics, reflects his infinite confidence, the extract of that melody, emerge his sense. Whether it is a thought, a thumri or a bhajan, they present it in its purest form and attract everyone's heart.

Parveen Sultana had started singing in films from the film 'Pakiza'. Parveen came to Mum-



bai at the age of sixteen and here by chance famous musician Naushad Sahab requested him to sing a little song for the background of the film 'Pakiza'. Naushad Sahab had seen Parveen's singing in a show, he was impressed by him and gave Parveen a beautiful chance. Song from the film 'Nature' "We don't know how much we love you" (Music Director R. D. Burman) and movie 'Pakiza' was most liked by 'Kaun Gali Gayo Shyam

CHICAGO PAGES



After divorce with Saina Mirza Former Pakistani Cricketer Shoaib Malik married Pakistani actress*



Jagjit Singh, Chitra Singh, Talat Mahmood, Bhupinder Singh, Talat Aziz, Pop singers Gary Lawyer, Alisha Chinai, Ila Arun, Mitalee Singh and Nandu Bhende

Allahka Fazal
 Muhammad Imran Tahir
 Mohamed G Lata
 Ash Deiri-Terek Kadowr
 DjRoy Roy
 Ayman Jaber / Said Motawea
 Stephen S Adkins
 Shy Khan
 Kamran Khan
 Rachana S
 Jiaa Jabbar
 Vikash Rungta
 Parvathi Gangireddy/Shanker
 Mareddy
 Shaihlha Umar / Alim Akhtar /
 Rameez Kaukab
 Zameer Mohammed
 Manuel Tilca
 Mohd Tabrase / Sanjay Rao /
 Mir Amjed Ali

Bobby Panuganti/ Seema Ti-
 wari/Anil Savarapu
 Manoj Kumar Govindan
 Maruf Alam Show
 Ganesh Kar/Tijendra Kumar
 Hitesh Gandhi
 Narayan Mahajan
 Mubashir Faruqi / Samad Rafe
 / Zameer Mohammed
 Deepak Kaithakkapuzha
 Javaria Jabeen
 Anjali Desai/Bhavini Sreeniv-
 asan/Megha Vyas
 Ali Siraj/Kamran Siddiqui
 Moe Khdir
 Shaw Memmon
 Sadia Khan/Kami Jee
 Nazia Khan/ Sajjad Fecto
 Prince Patel
 danyal Khan / Umar Khalid/
 Zeshan Ahmed
 Sohni Rahim/Awais Iqbal/Ma-
 jid Khan
 DB Dulhania Shy Khan
 Deeja Isaac / Prabhot Gill /
 Sunny Chopra
 Nirav Ghunchala- Navpreet
 Kaur kang
 Nimish Pathak/Vinod Kali
 Shazia Saleem
 Shradha Balakrishna/Zeshan
 Hussein/Kavita, Sreedhar
 Shy Khan
 Qusai Rasheed

Rizwan Elahi- Soaib Ummar-
 Israr Ahmad
 RIZWAN Elahi
 Kashmir Virk/Jasbir S Sethi
 Mohamoud Egal
 Mohsin Choudhry / Sana Ch
 Shakir Bhai
 Pervaiz Bhatti / Uzma Sabir /
 Fatimah Hoque
 Idrees Hadi
 Rosy Dodd
 Farhath Hussain
 Jacob Thomas
 Sangeeta Malik
 Imrana Begg/Raza Bagg/ Aye-
 sha Hussain
 Inamullah Khan Sherwani
 Sami Khan
 Inam Bokhari / Aatirah Ha-
 meed
 Altaf Bukhari / Faisal Saiyed
 Anwer Nawaab/Mohammed
 Imran Ali/Taher Bin Jaffar
 Mamta Sahta-vick Sahota
 Rafia Omair/Rizzi Butt/Omair
 Hashmi
 Imran Ali
 Sajid Siddiqui / Zeba Salman
 Raj Mehta/ Nigam Mehta
 Manjeet Singh
 Indian Community San Diago
 Bibhasha Ojha-Rohan Raj
 Seema Garg
 Kalpesh Soni
 Nishu Vasireddy/ Venu Red-
 dyManyam/Kishore Ramaraju

Nisse Packianathan Jaya Ku-
 mar/Victor Samuel Nathan
 Jagdeep Nayyar
 Sanjeev Saini
 Sunny Singh
 Rani Goldy Singh
 Noman Sadiq-Vikrant Kumar

Anup Puthenvedu
 Preeti Malik Arora / Yogshri
 Jetan Arora
 Prasad Royal / Ramadevi Arza
 Shahid Amin
 Krishna Puttaparthi-Anu
 benakatti
 Mohin uddin Mohammad
 Shiby Roy/Ginsmon Zacharia/
 Anil, Mathew
 Sailaja Mantripragada-swapna

www.AsiaTimes.US

**We would like to Thank these
 Admins of FaceBook Groups who
 let us to post Asia Times in their
 Groups**

**If we missed you please contact us
 mdmukhtarali2001@gmail.com**



EditorAsiaTimes@gmail.com

Kiran- Priya Mota
 Swapna Kiran / Priya Mota
 Nusrath Mehdi Khan / Fouzia
 Zahoor
 Ishfaq Khan / Boxer Bhai
 Boxer Bhai
 Mohammed Alsabah / Mo-
 hammad Farhan
 Ashfaq Hussain Syed/Aiman
 Beg/ Aadil Farid
 Clay Chip Smith

Deepak Kumar

Vlad Kulpinski
 Rana Rao-Pradeep Bharudkar
 Wasi Rabbani / Suleman Mo-
 hammed
 Syed Shoaib Ahmed
 Bibi Khan/ Mohammad Im-
 ran Tahir
 Faheem Hayat
 Mammatha Vamshi
 Munir Pervaiz/Nasreen
 rraiz/ Iftekhar Ahmed
 Sunny Khehra
 Muhammad Akram Ismail/
 Sonia Omer
 Muhammad Ismail / Sonia

Omer
 Pomil Singh/Manan singh
 Katohara
 Balvanth Reddy
 Mohd Tabrase
 Eileen Riddle / Lupe Domin-
 guez
 Mohd Jabbar
 Venu Gopal Reddy / Gopi
 Krishna
 Asif Alikhan
 Areedo Ayad
 Khawaja Ashraf
 Shweta Dhawan
 Jude Miranda -Mohammed
 Arif
 Ali Khan
 Syed Adeeb
 Shakeel Khaleel Baig

Zahid Imran / Nadeem
 Ahmed Bajwa / Muhammad
 Iqbal
 Murali Talluri
 Gaurav Singla
 Noreen Gilani / Marriam
 Tahir

RECIPES

Jungli Chicken (Wild Chicken Curry)

Ingredients

Serves 4

- 1 Pound Chicken Breast
- ½ Onion (Medium)
- 1 Tomato
- 1 Serrano Pepper
- ⅓ Cup Cilantro Leaves
- 7 Tablespoons Plain Yogurt
- 2 Teaspoons Ginger-Garlic Paste
- 3 Cardamoms
- 3 Cloves
- 1 Cinnamon Stick
- ⅛ Teaspoon Turmeric Powder
- 1 Teaspoon Chili Powder
- ¾ Teaspoon Cumin Powder
- ⅓ Teaspoon Garam Masala
- Salt as needed
- ½ Bell Pepper (optional)
- 1 Potatoes (med- large)
- 4 Tablespoons Oil

Instructions

Step 1

Cut onion, tomato, cilantro, Serrano pepper and bell pepper fine. You can add whatever other vegetable you like to this dish.

Cut onion, tomato, cilantro, Serrano pepper and bell pepper fine. You can add whatever other vegetable you like to this dish.

Step 2

Wash chicken breast and pat dry. Cut chicken into 1 - 1 1/2 inch pieces. Depends on your preference. Set aside in a big mixing bowl.

Wash chicken breast and pat dry. Cut chicken into 1 - 1 1/2 inch pieces. Depends on your preference. Set aside in a big mixing bowl.

Step 3

Add all the ingredients on the list (except the potatoes) in the bowl. Mix it well. Poke chicken with a fork to let marinade to absorb better.

Add all the ingredients on the list (except the potatoes) in the bowl. Mix it well. Poke chicken with a fork to let marinade to absorb better.

Step 4

Cover bowl with cling wrap or foil and refrigerate for about 30 mins or till you're ready to cook it.

Cover bowl with cling wrap or foil and refrigerate for about 30 mins or till you're ready to cook it.

Step 5

Cut potatoes into 1 inch cubes. Heat 2 tbs oil in pan then add cut potatoes with a little salt. Fry till it's almost cooked then set aside.

Cut potatoes into 1 inch cubes. Heat 2 tbs oil in pan then add cut potatoes with a little salt. Fry till it's almost cooked then set aside.

Step 6

When you're ready to cook. Heat remaining oil then add the marinade to the pan. The chicken will release water that will help it cook. Keep stirring.



When you're ready to cook. Heat remaining oil then add the marinade to the pan. The chicken will release water that will help it cook. Keep stirring.

Step 7

When chicken is half way cooked (about 7 mins), add the pre-fried potatoes to the curry. Keep stirring till done.

When chicken is half way cooked (about 7 mins), add the pre-fried potatoes to the curry. Keep stirring till done.

Step 8

Set in serving bowl once the curry has reached your desired consistency. I prefer this recipe drier. (OPTIONAL: Garnish with fresh cilantro). Done!

Potato Red Cabbage Tikki

Ingredients

Serves 4

- 4 Cups Peeled, cubed, boiled potato
- 1 Cup Shredded red cabbage
- 1 Cup Shredded kale
- 1 Onion, finely diced
- ½ Teaspoon Grated fresh ginger
- 2 Cloves Garlic, chopped
- 1 Egg, beaten
- ½ Teaspoon Ground cumin
- ½ Teaspoon Ground coriander
- ½ Teaspoon Medium curry powder
- 1 Pinch Salt, to taste

Instructions

Step 1

Mix all of the ingredients in a bowl.

Step 2

Until it resembles a dough.

Step 3

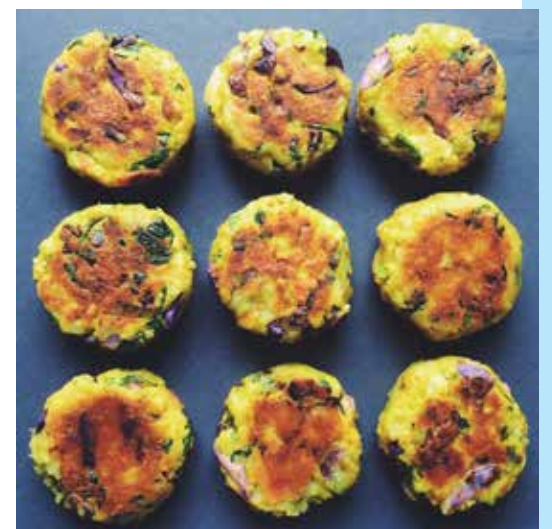
Divide the mixture into equal portions and shape into patties with your hands.

Step 4

After they have been shaped, place them in the refrigerator for at least 30 minutes.

Step 5

Add some oil to a skillet. Shallow fry until golden on both sides. Drain on a paper towel and serve warm with your favorite dipping sauce.



The Courageous Woman in the Story of KARBALA

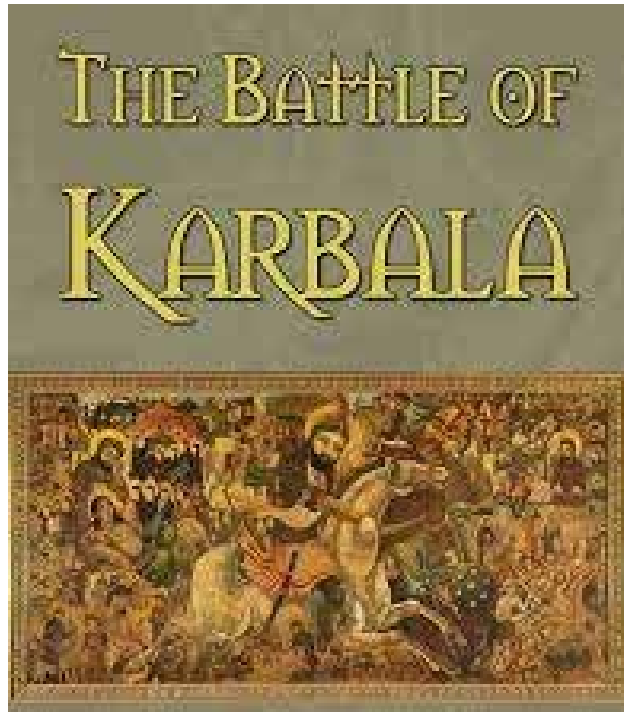
M Basheer Ahmed M D

As Muslims mark the martyrdom of Imam Hussain, the grandson of the Prophet of Islam, this week, we also take a look at the legacy of his sister, Bibi Zanaib

The Martyrdom of Imam Hussain, the grandson of the Prophet of Islam, occurred on the 10th of Muharram, the first month of the Islamic calendar. Muslims worldwide commemorate that tragic event on this day in 680 AD. It was a battle between good and evil. Imam Hussain, the beloved grandson of Prophet Muhammed (peace be upon him), stood up against Yazid, whose father, Amir Muawiyah, made him a successor caliph (Khalifah). Yazid was impious and did not show Islamic character or behavior to be a Khalifah. Imam Hussain refused to recognize or endorse his leadership over the rapidly growing Muslim Ummah and Muslim state.

On this day (July 28th, 2023), 1400 years ago, a large force of Yazid martyred and mutilated the bodies of 72 followers of Imam Hussain. They captured and enslaved women and children and took a harsh journey of over 400 miles from Karbala to Damascus.

Muslims consider the month of Muharram unique as it is one of the four sacred months of the Islamic lunar calendar. Prophet Muhammed migrated from Makkah to



Medina to build a new society on Justice. It also marks the day of salvation for Moses and the Israelites, who successfully escaped from Egypt (where they were enslaved and persecuted) after Moses called upon God's power to part the Red Sea. Prophet (pbuh) said, "I am closer to Moses than Jews." So, he observed the fast (on that day), and Muslims followed this tradition. Muslims also fast to experience the suffering of Imam Hussain and his family, who were martyred in Karbala by Yazid's army.

An Umayyad caliph, Yazid, ordered Hussain to pledge allegiance to him, and Hussain refused because he believed Yazid's rule to be unjust and illegitimate. Umayyad Caliphate became a dynasty ignoring human dignity, freedom, and Justice. Yazid was a corrupt and immoral leader. Imam Hussain disagreed with his appointment because it was undemocratic, and the new ruler had questionable personal character. Imam Hussain was the most beloved grandson of Prophet Muhammed (PBUH) and lived as per Quranic guidance from early childhood. He remained deeply committed to the Quranic values of Justice and equality.

Imam Hussain was going to Kufa at the invitation of the local Muslim community. However, when he reached Karbala, he found nobody to support him in the Muslim community. All of them were frightened of Yazid's power and influence, whose army had killed his opponents. Imam Hussain was aware of the situation but decided to face Yazid for a dialogue.

His rejection of the pledge of allegiance to Yazid led to a massive ten-day standoff at Karbala, in modern-day Iraq, between Umayyad's enormous army and a few of Imam

Hussain's followers, which included his half-brother, wives, children, sisters, and closest friends. His supporter betrayed him, but his family stood by him in Karbala. He chose to stand his ground, knowing that he and his followers may not survive at the end of the conflict. He stood for righteousness and Justice and sacrificed his life for Islam. It is an incredibly tragic story and a constant reminder to all Muslims to stand up for what is right. We must all be courageous with an abiding commitment to stand up for Justice in the footsteps of Imam Hussain. Muslims from different sects and denominations commemorate the Martyrdom of Imam Hussain, but the Shia Muslims, of course, express their grief conventionally. They hold daily ceremonials (Majlis) and narrate the events that led to Shahadat (Martyrdom). However, besides expressing grief, it is even more essential to convey to the young people that we all should have strength like Imam Hussain to face the calamity and stand firm on the principles of righteousness and Justice. We also remember Karbala's massacre for the bravery of Hazrat Bibi Zainab, the younger sister of Hazrat Hussain, who Publicly rebuked Yazid and his followers without showing any fear even after witnessing the Martyrdom of her brother and her two teenage children. It was a shining example of her defiance against the powerful Yazid. Hazrat Zainab also saved Hazrat Zainul Abedin, the only surviving son of Hazrat Hussain, from any harm from Yazid's forces during the long journey. She also kept Bibi Sakina, daughter of Hazrat Hussain, from enslavement. After her release and return to Madina, she continued to spread the mission of Hazrat Hussain to raise her voice against oppression. We should never forget Bibi Zainab for her bravery and courage and for preserving human dignity. Despite facing the unbelievable tragedy in Karbala, she showed strong faith in God and Islam. Since the Martyrdom of Imam Hussain, the world has faced similar situations often and met with the same cowardice as the Muslim community who invited the Imam to Kufa. People are constantly influenced and frightened by people of power and do not dare to follow a true leader. For instance, in a short period of a few years and under the leadership of one of the world's worst dictators-Hitler, the entire Germany became the followers of the NAZI doctrine.

Even today, we know that people with enormous wealth and power influence millions towards extremely questionable, unethical conduct and immoral values. Seeing how some educated and sophisticated people succumb to control and influence is incredible.

Unfortunately, only dictators rule most of the Muslim World with oppression, and we have not produced a leader to follow in the footsteps of Imam Hussain. However, we have seen some world leaders who show courage, like Imam Hussain, and stand firmly against the oppressors. To name a few, Martin Luther King was against racism in the US, Nelson Mandela was against the most potent apartheid government in South Africa, and Mahatma Gandhi was against the British Empire to get India's independence. Mahatma Gandhi stated, "If I had 72 companions like Hussain, I would have freed India in 24 hours from the British; the progress of Islam resulted from the supreme sacrifice of Imam Hussein; I learned from Hussein how to achieve victory while being oppressed."

There is a saying: "Islam Zinda Hoota Hai her Karbala Ke Baad (Islam becomes alive after the massacre like Karbala)." After the massacre of Karbala, Imam Zain al-Abidin -Son of Imam Hussain, was the only adult male left alive from the household of the Imam, as he could not participate in the battle of Karbala due to high fever. He played an essential role in the aftermath of Karbala, particularly in rebuilding the moral,

spiritual, and ethical foundations of Islamic society. The post-Karbala period was one of great internal dissensions, tumult, and crises among Muslims.

People feared challenging or questioning the Umayyad Khilafat(state), not wanting to attract the state's wrath. Imam Zain al Abedin kept Islam's spiritual, ethical spirit alive by continuing to teach and give sermons in Masjid-e-Nabawi.

A Muslim dearly loves Imam-Hussain and detests his killers and will always be saddened by the story of his killing, even if they do not express those feelings on its anniversary every year. All reputable Islamic schools of thought strongly condemn those who killed Imam-Hussain. It was a sacrifice given in support of human rights and human dignity.

Unfortunately, today, Muslims of all sects practice ritualistic Islam and lose sight of the spirit of Islam and its actual Islamic teachings. Some Shia brothers and sisters do self-flagellate and beat their chests. Others beat bare shoulders with heavy steel chains attached to razor blades to remind the pain and suffering of the Martyrs of Karbala (Some Shia scholars forbid these practices). While observing these rituals, the young generation does not get the actual message, meaning, and purpose of Martyrdom.

During the Ashura, the Shia intellectuals should hold open seminars for the community to promote unity and elaborate on Imam Hussain's bold step and the sacrifice the whole family offered to uphold the Quranic principles of Justice and human dignity. People should learn that oppression and injustice are wrong and challenge the oppressor with courage and conviction. Young Muslims must have an engaging experience that communicates the meaning of Ashura.

Muslims should use this day to unite us, not a day to divide us, and despite our differences, we must give each other the benefit of the doubt and not assume ill intentions based on things that happened hundreds of years ago. Imam Hussain is a living legacy of Muslims. Shia and Sunni need to work together to uphold the legacy and sacrifice that the grandson of Prophet Muhammad, Imam Hussain, gave.

All human unity is the aim of the teachings of Islam. The doctrinal and ideological differences must not end up in bloodshed. Quran says, "And hold fast all together by the rope which Allah (stretches out for you) and be not divided among yourselves and remember with gratitude Allah's favor on you" (3:103). Quran also says: "The believers are nothing else than brothers (in Islam). So, make reconciliation between your brothers, and fear Allah, that you may receive mercy" (49:10). The unity of people makes an unbeatable strong nation. Islam lays high stress on the importance of unity. To deal with the challenges Muslim Umma faces in today's world, unity among Muslims is vital for our survival.

Dr. Basheer Ahmed is a former professor of psychiatry at South Western Medical School, Dallas, Texas, and President Emeritus Institute of Quranic Knowledge and Religious Acceptance (IQRA) North Texas.



SAFE DRIVING IN INCLEMENT WEATHER CONDITIONS



Inclement weather can pose many hazards and dangerous road conditions for operators. Workers should be aware of impacting weather events and its effects on safely driving and operating vehicles and equipment.

BE PREPARED

CHECK LOCAL FORECAST

Stay caught up on the latest weather conditions for your area. In the event of severe weather, operations may need to be altered to accommodate the changes.

CONDUCT PLAY OF THE DAY

Based on current and future weather conditions, detailed communication in regards to each worker's assigned task, safe routes to take, and specific operations should be discussed in-depth.

PERFORM THOROUGH PM

Check tires, windshield wipers, fluids, lights, and other essential equipment functions that will ensure the vehicle is ready to operate safely and efficiently.

SLOW DOWN

BE DEFENSIVE & OFFENSIVE

Practice safe driving techniques related to defensive driving and Smith System 5 Keys. By using these tools, drivers can remain vigilant in their efforts to arrive safely.

USE SAFE DRIVING TOOLS

Drive with lights on and use warning devices to effectively communicate with other drivers. When pavement is wet, you should decrease speed, turn off cruise control, and increase following distance.

SEEK COVER

With a threat of excessive wind gusts, hail, or even tornadoes, limit driving to an as needed basis. Secure loads, protect vehicles and equipment, and seek shelter when severe weather is near.

STAY FOCUSED

MAINTAIN AWARENESS

Situational awareness will be essential during inclement weather. Pay careful attention to weather, roadway, and traffic conditions as they may change abruptly.

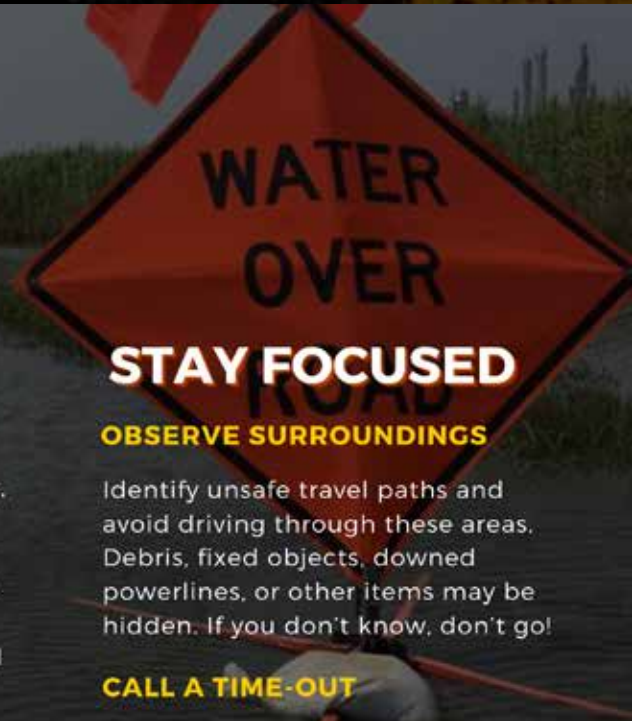
BE PROACTIVE

Remember to Stop. Speak. Act! It is important to stay engaged with the environment around you and make good decisions to ensure the safety of yourself and your teammates.

COMMUNICATE

Keep constant communication with team members about conditions. Radios will be an essential resource in the event that cell towers or electricity are impacted by storms.

HIGH WATER ON THE ROAD & AVOIDING HAZARDS



BE PREPARED

VERIFY CONDITIONS

In high water operations, it is important to remain aware of locations that may become impacted by flooding. All employees should be briefed and updated regularly regarding this information.

ENSURE ESSENTIAL SUPPLIES

Equip vehicles with necessary supplies to respond to flooded roadways. This includes PPE, signage, tools, and water/snacks, especially if employees will be stationed for long hours at these locations.

PLAN FOR MORE

Flooding creates hazardous conditions for workers. Verify that first aid kits are stocked, and fire extinguishers are charged before response.

SLOW DOWN

TURN AROUND

When roadways are covered in water, turn around and never attempt to drive through. It may be worse than what it initially appears. Vehicles are not equipped to handle high water, which may cause the engine to flood or be carried away.

BE CAUTIOUS

In the event of rain or wet pavement, drive carefully to the current conditions to avoid loss of traction on the roadway. Operators should turn off cruise control, slow down, and increase following distance.

HAVE A WAY TO ESCAPE

Avoid areas that would require backing. If backing becomes necessary, use a spotter, when available. Perform 360 walkaround to confirm surroundings are free of hazards.

STAY FOCUSED

OBSERVE SURROUNDINGS

Identify unsafe travel paths and avoid driving through these areas. Debris, fixed objects, downed powerlines, or other items may be hidden. If you don't know, don't go!

CALL A TIME-OUT

When faced with situations that may become unsafe, workers should utilize stop work authority and communicate hazards with others. When conditions improve, a new plan of action may be taken.

REMAIN ALERT

Long hours in this type of emergency response may affect workers ability to remain vigilant. It is essential to communicate with supervision about this to ensure operational readiness.

IS YOUR AIRBAG DEFECTIVE?

Nearly 70 million Takata airbag inflators, in approximately 47 million vehicles, are or will be under recall in the United States by 2020.

Even a minor fender bender can cause these airbag inflators to rupture, spraying metal shrapnel into drivers and passengers.

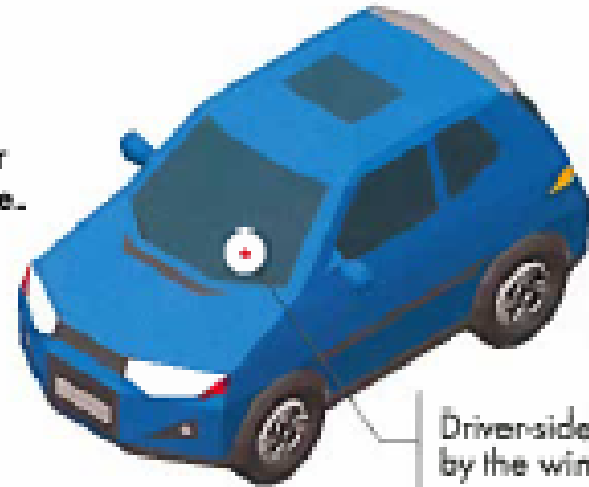
DON'T RISK INJURY OR DEATH, CHECK YOUR VEHICLE TODAY.

Here's How:

Find it

Write down your Vehicle Identification Number (VIN) or take a photograph of your license plate.

- Look for your VIN on the driver-side dashboard by the windshield or on your insurance card.



Driverside dashboard by the windshield

Search it

Visit AirbagRecall.com to upload a photo of your license plate or to look up your 17-digit VIN.

Then follow the on-screen instructions to prove you are not a robot.

 Upload a photo

or

Enter a license plate or VIN manually 

Fix it

If you see text that reads **recall incomplete...**

YOUR AIRBAG INFLATOR WILL BE REPLACED FOR FREE.



Schedule an appointment at your automaker's local dealership as soon as possible.

If you see text that reads **remedy not available**, call a dealer anyway. Make sure your contact information is up to date so they can notify you as soon as parts are available for your repair.



AIRBAGRECALL.COM

Singer Mubarak Begum

Mubarak Begum started her career with light music recitals performed for All India Radio, India's national public radio station. Her career as a playback singer began in 1949, with the Indian Hindi-language film *Aiye*. It was the Indo-Pakistani composer Nashad (not to be confused with Indian composer Naushad) who gave Begum her first break. The first song she recorded for films was "Mohe Aane Lagi Angrayi, Aaja Aaja" (*Aiye* (1949)). She also sang a duet with the then-upcoming Lata Mangeshkar in the same film. A well-recognized song in her career was "Kabhi Tanhaiyon Mein Yun", composed by Snehal Bhatkar for Kidar Sharma's film *Hamari Yaad Aayegi* (1961).

Mubarak Begum was born in a Muslim family in Jhunjhunu, Rajasthan. She married Mr. Shaikh from her community and had a son and a daughter. Her husband and daughter passed away, leaving her to live with her son, daughter-in-law, and granddaughter.

Despite being a renowned singer, Begum struggled to advance her career due to her lack of networking skills in the entertainment industry. Her focus was on music rather than money, and her expenses and generosity prevented her from saving much. In an interview before her death, she expressed her admiration for Pakistani ghazal singer Ghulam Ali.

After her daughter's death from Parkinson's disease in October 2015, Begum's health deteriorated. She relied on a meager pension from her late husband's employer as her sole income. The pension was reported to be ₹800 (~\$15) or ₹3000/- (~\$45) per month, both inadequate for her sustenance. Her son, a freelance chauffeur, supported the family, with some financial assistance from actor Salman Khan and help from a Maharashtra minister Vinod Tawde's charitable trust.

Mubarak Begum died on 18 July 2016 in Mumbai, India at age 80.



Top: Mohammed Rafi Sahab Performing Hajj During The Year 1973 .

Left: Sanjeev Kumar at the wedding function of Sharmila Tagore with Mansoor Ali Khan Pataudi

India summons Maldives envoy over ministers' remarks

Anbarasan Ethirajan - BBC News, Colombo

India summoned the high commissioner of Maldives after a row broke out over derogatory posts made by three officials about PM Narendra Modi.

The deputy ministers, who have been suspended, called Mr Modi a "clown", "terrorist" and a "puppet of Israel".

A foreign ministry spokesperson said the comments were personal and did not represent the views of the government.

Male's response came after the remarks set off an uproar and boycott calls on Indian social media.

"All government officials responsible for the comments have been suspended from their posts effective immediately", a spokesperson for President Mohamed Muizzu's office told the BBC.

There is already tension between India and the island nation after Mr Muizzu asked a contingent of about 75 Indian troops to leave the country after he came to power last year.

Pro-China candidate wins Maldives presidency vote

The election with India and China on the ballot

The three suspended ministers are Malsha Shaareef, Mariyam Shiuna and Abdulla Mahzoom Majid.

Despite strong calls for their sacking, Maldivian media noted the three officials have been only suspended.

The trio made the controversial comments in response to Mr Modi's post on X (formerly Twitter) which included photos promoting tourism to the Indian island chain of Lakshadweep.

Ms Shiuna also compared India with cow dung.

This sparked outrage on Indian social media and got hashtags such as #BoycottMaldives and #ExploreIndianIslands trending.

Some said they would cancel their holidays to the Maldives - Indians were among the largest group of tourists who visited the Maldives last year. The CEO of Indian ticket-booking site EaseMyTrip said his company had suspended all flight bookings to the Maldives.

The archipelago is famous for its silver sand beaches, resorts and coral islands.



Prominent Indians, including Bollywood star Akshay Kumar as well as some cricketers, expressed dismay over the comments.

Former Maldivian president Ibrahim Mohamed Solih strongly condemned what he termed as "hateful language against India" by the three officials.

"India has always been a good friend to Maldives, and we must not allow such callous remarks to negatively impact the age-old friendship between our two countries", he said on X.

Another former president Mohamed Nasheed called the language in the social media posts "appalling".

The controversial posts were deleted following the uproar.

On Monday, the Maldives's high commissioner to India, Ibrahim Shaheeb, was seen leaving the Indian foreign ministry's office in Delhi.

India's envoy to Maldives also visited the country's foreign ministry on Monday but the country's High Commission said it was for a "pre-arranged meeting" to discuss bilateral issues.

The controversy comes ahead of Mr Muizzu making a five-day state visit to India's rival China beginning Monday.

Mr Muizzu's trip to Beijing is considered a high-profile snub to India as previous Maldivian leaders first visited India after being elected. He chose Turkey as his first international port of call after he took over in November.

This will be seen as a diplomatic setback for Delhi, which is trying to match China's growing footprint in the Indian Ocean region.

Maldives' President-elect of the Maldives' Mohamed Muizzu (C) attends a gathering of his People's National Congress (PNC) party in Male on 2 October 2023.

Mr Muizzu's (centre) victory last October was seen as a setback for India

"It is for them to decide where they go and how they go about their international relations," Indian Foreign Ministry Spokesperson Randhir Jaiswal said last week in response to questions on Mr Muizzu's visit to Beijing.

He also said there was no update on the withdrawal of Indian troops from the Maldives. India says its security personnel are in the Maldives to maintain three maritime rescue and surveillance aircraft it had donated to the country.

The Indian Ocean archipelago has long been under India's sphere of influence and Mr Muizzu wants to change that.

In December, the Maldivian government said it was terminating a bilateral agreement with India that permitted Delhi to collaborate in mapping the seabed in Maldivian territorial waters.

A Maldivian government spokesman said the deal, set to expire in June next year, would not be renewed.

Soon after he won the elections in October last year, Mr Muizzu told the BBC he would review all the bilateral agreements signed with India by the previous administration of Mr Solih, who had adopted an India First policy.

Delhi and Beijing are competing for a foothold in the strategically located islands.

Additional reporting by Meryl Sebastian in Kochi.

WORDS SEARCH

C H E O M C W S X G N R K K W N D Y L Z
 H R A C Q L H N O S O E G T E Z H S A K
 O P O M I A Y O A P I S Y S Q H I O N S
 C K V W I F D V L G T U I C J G M N W M
 X D T S N F I C U X A R L Z H K C X T M
 R X S D R O R R M J V R I M E I Y W A F
 Z E S I R B F M C A L E E S I N N R P L
 M X D I P G K T G A A C Q A S G Y Y D B
 S A L E G N A R H J S T G S S O L O P E
 Y E V O L I I N A O Z I Y U W T R K Z A
 B M O T Y T P M E S R O X S H Y E C O T
 H O L Y O L V W T U W N F E D O S R U B
 H O L I D A Y S Y N K M S J G F P A N R
 S R O V P H A Q W D Q C N E Z A U E K Q
 M O V C C Z D Y M A F I T I K A E S G X
 R W B R X A J U W Y N D Z A E W P U C P
 M I H C X F A S Y A E W W L V L X F C Y
 J Y N C Y K D T Z W I T M Y Q O A K X R
 C O U I L N D X B Z E Y A F J W W F C U
 A D B P R E I G S E H M Y F H J S T D Q

ANGEL
 CROSS
 EASTER
 EMPTY TOMB
 GOOD FRIDAY
 HOLY

HOPE
 JESUS
 KING
 CROWN OF THORNS
 SACRIFICE
 SUNDAY

RESURRECTION
 MARY
 MESSIAH
 RISEN
 SAVIOR
 LOVE

HOLIDAY
 SALVATION

Health & Wellness

Building simple habits for healthy weight loss

Set small, specific, and realistic goals. Perhaps you'd like to be the same size you were in high school or when you got married, but that would mean dropping more than 50 pounds. Don't go there — not yet, at least. Set a more realistic goal of losing 5% to 10% of your weight, and give yourself plenty of time and some flexibility to reach that goal, keeping in mind that most people take at least six months to achieve that degree of healthy weight loss. Also try to avoid generalized goals, such as "I should eat less at dinner and exercise more." Instead, set specific and short-term (that is, daily or weekly) goals, such as these:

I will choose a few dinner recipes and shop for the ingredients on Sunday.

I will bring a healthy lunch from home instead of going out at least three times next week.

I will call a friend to take a walk after work on Monday and Wednesday.

I will decrease exposure to problematic food ("stimulus control") to avoid temptation, such as keeping cookies away from sight in the kitchen.

Eat breakfast slowly — and mindfully — every morning

Many people skip breakfast because they're too rushed or they aren't hungry. Try getting up 15 minutes earlier (which means going to bed earlier so you don't sacrifice sleep time) to make time for breakfast. Practice eating slowly by putting down your utensil or sipping water, coffee, or tea between bites. Ideally, you should spend at least 20 minutes on each meal,

but that may be more realistic during your midday or evening meal; choose one to get started. Set a timer to check yourself.

From these habits or others in the Special Health Report, choose the one that seems the most feasible for you, and try to stick with it for a week or so. It's important to make these healthy habits routine. Once you find yourself doing one fairly consistently, add another. Over time you will realize that many of these habits can be interconnected.

Mediterranean-style: the healthy fats and healthy carbs diet

Just as there are "good carbs" and "bad carbs," there are good fats and bad fats. Mediterranean-style diets emphasize healthy fats and healthy carbs.

Saturated fat, trans fat, and cholesterol are the bad guys. Good fats are monounsaturated (found in olive oil, for example) and polyunsaturated (found in such foods as fish, canola oil, and walnuts). The Mediterranean diet advocated by Mollie Katzen and Harvard professor Walter Willett in *Eat, Drink, & Weigh Less* has a moderate amount of fat, but much of it comes from healthful monounsaturated fats and unsaturated omega-3 fats. It is high in carbohydrates, but most of the carbs come from unrefined, fiber-rich foods. It is also high in fruits and vegetables, nuts, seeds, and fish, with only modest amounts of meat and cheese.

People living in Mediterranean countries

have a lower-than-expected rate of heart disease. But the traditional lifestyle in the region also includes lots of physical activity, regular meal patterns, wine, and good social support. It's hard to know what relative role these different factors play — but there is growing evidence that in and of itself, the Mediterranean diet can reduce cardiovascular risk and the development of



it off?

Don't put it off — take it off! Then keep it off!

Don't risk another dieting dead-end. Set yourself on the road to success with a weight-loss program you can stick with — and enjoy!

Have diets failed you in the past? Put an end to dieting disappointment for good with a report from the health and nutrition professionals at Harvard Medical School.

Why do most diets not deliver as advertised? In a word: boredom. We start well, but after too many meals that are too restrictive, we lose interest. We're justifiably bored. And we quit.

So, how do you find a weight-loss program you can stay with to the end — and beyond? How do you lose weight and keep

it off? Lose Weight and Keep It Off reveals the two keys to successful weight loss. The first is finding a diet and exercise program that suits you, your lifestyle, your likes, and your goals. The second is "skill power," a powerful set of specific habits that can make all the difference between setbacks and lasting success.

In this revealing report, you will learn how various popular diets — from Paleo to gluten free, plant-based to detox and cleanses — stack up for long-term results. You'll read how Jenny Craig and Weight Watchers compare. You will discover the wisest choice for "good carbs" and the one diet the American Heart Association warns against, and, as a bonus, you'll get a week of daily menus with delicious entrees even non-dieters will love.

5 surprising benefits of walking

Of course, you probably know that any physical activity, including walking, is a boon to your overall health. But walking in particular comes with a host of benefits. Here's a list of five that may surprise you.

1. It counteracts the effects of weight-promoting genes. Harvard researchers looked at 32 obesity-promoting genes in over 12,000 people to determine how much these genes actually contribute to body weight. They then discovered that, among the study participants who walked briskly for about an hour a day, the effects of those genes were cut in half.

2. It helps tame a sweet tooth. A pair of studies from the University of Exeter found that a 15-minute walk can curb cravings for chocolate and even reduce the amount of chocolate you eat in stressful situations. And the latest research confirms that walking can reduce cravings and intake of a variety of sugary snacks.

3. It reduces the risk of developing breast cancer. Researchers already know that any kind of physical activity blunts the risk of breast cancer. But an American Cancer Society study that zeroed in on walking found that women who walked seven or more hours a week had a 14% lower risk

of breast cancer than those who walked three hours or fewer per week. And walking provided this protection even for the women with breast cancer risk factors, such as being overweight or using supplemental hormones.

4. It eases joint pain. Several studies have found that walking reduces arthritis-related pain, and that walking five to six miles a week can even prevent arthritis from forming in the first place. Walking protects the joints — especially the knees and hips, which are most susceptible to osteoarthritis — by lubricating them and strengthening the muscles that support them.

5. It boosts immune function. Walking can help protect you during cold and flu season. A study of over 1,000 men and women found that those who walked at least 20 minutes a day, at least 5 days a week, had 43% fewer sick days than those who exercised once a week or less. And if they did get sick, it was for a shorter duration, and their symptoms were milder. The latest research shows that sitting may be more harmful to your health than smoking. Luckily, getting up off the couch and going for a walk can put you well on your way to preventing everything from heart disease and diabetes to high blood



pressure, depression, memory problems, and more.

Although you've likely been walking since you were about one year old, there are specific techniques that can help you avoid injuries, make walking more enjoyable, and increase the health benefits of walking.

Walking for Health reveals:

- Why short walks may be better for lowering blood pressure
- How to ease the pain of "shin splints"

Why the best time to stretch is after your walk

- The type of shoes that are more likely to make your knees ache
- The simple way to avoid blisters
- How "interval walking" can help you reap more health benefits in less time
- The amount of walking needed to increase the part of your brain that's critical for memory

At the grand marriage ceremony Daughter of my friend Syed Akram Mohiuddin bhai Chicago USA at Celebration Convention, Shamshabad Road where Mohammed Azheruddin, Iftkhar Shareef bh, Nawab Mohammed Mushtaquddin Khan bh, Mohammed Ashraf Abdul Majeed Asif Ali Syed Fazil Hussain Parvez MA Rasheed Junaid and other dignitaries from US and Middle East attended

FROM Mir Mohsin Ali



Sikander Abdul Aziz Bawazeer (Hakeem Saab)
Cell: 9347814688



Tibb-E-Mustafa ki Roashni Mei

100 Bimariyon Se Ziyada Ki Shifa Hai

Ye Kalongi Se Bani Dawa Hai

Spl. in : Sugar , Neuro, Bones, Skin & Kidneys

1 Month free Medicine for T.B. & Cancer

No side effects, No Restriction on Food.



American Township, RCI Road, Mallapur, Hyderabad-05, T.S.

Mecca Masjid - Hyderabad



Mecca Masjid, also known as Makkah Masjid, is one of the oldest and most significant mosques in Hyderabad, India. It is located near the historic landmarks of Charminar and Chowmahalla Palace. The construction of the mosque began in 1614 during the reign of Sultan Muhammad Quli Qutb Shah of the Qutb Shahi dynasty and was completed in 1694 during the reign of Mughal Emperor Aurangzeb.

The mosque's name, "Mecca Masjid," is derived from the fact that the bricks used to build the central arch of the mosque were brought from the holy city of Mecca, Saudi Arabia. It is believed that Muhammad Quli Qutb Shah himself laid the foundation stone of the mosque.

Mecca Masjid is an impressive example of Indo-Islamic architecture, blending Persian, Mughal, and local architectural styles. The mosque is made of granite, and its main prayer hall can accommodate thousands of worshippers at a time. The central arch, made of a single piece of granite, is a prominent feature of the mosque and is a testament to the engineering skills of that era.



The mosque's courtyard and prayer hall are adorned with beautiful arches, intricate carvings, and inscriptions from the Quran. The large and imposing structure stands as a symbol of religious harmony and cultural heritage in Hyderabad.

Mecca Masjid continues to be an important place of worship and a significant landmark, attracting visitors and devotees from all over the world. As with many historical and religious sites, it is essential to be respectful of the customs and traditions while visiting Mecca Masjid.

History:

The construction of Mecca Masjid began in 1614 during the reign of Sultan Muhammad Qutb Shah, the sixth ruler of the Qutb Shahi dynasty. It was completed in 1694 during the reign of the Mughal emperor Aurangzeb, who conquered the Golconda Sultanate and completed the mosque's construction. The mosque derives its name from the bricks used in its construction, which were reportedly brought from the holy city of Mecca.

Architecture:

Mecca Masjid exhibits an impressive blend of architectural styles. Its structure is a synthesis of Indian, Persian, and Mughal architecture. The mosque is made of granite, with intricate carvings and arches. The main prayer hall can accommodate thousands of worshippers at a time. The mosque's courtyard is vast and can accommodate even larger congregations during important Islamic festivals and events.



List of Bollywood films of February 2024

Opening	Title	Director	Cast
F E B	2	<i>Section 108</i>	Rasikh Khan Nawazuddin Siddiqui · Regina Cassandra
	9	<i>Teri Baaton Mein Aisa Uljha Jiya</i>	Amit Joshi · Aradhana Sah Shahid Kapoor · Kriti Sanon · Dharmendra · Dimple Kapadia
		<i>Bhakshak</i>	Pulkit Bhumi Pednekar · Sanjay Mishra · Sai Tamhankar · Aditya Srivastava
		<i>Mirg</i>	Tarun Sharma Satish Kaushik · Shwetaabh Singh · Anup Soni · Raj Babbar
	16	<i>Untitled Soorarai Pottru Remake</i>	Sudha Kongara Akshay Kumar · Paresh Rawal · Radhika Madan
		<i>Love Sex Aur Dhokha 2</i>	Dibakar Banerjee
		<i>Operation Valentine^[b]</i>	Shakti Pratap Singh Hada Varun Tej · Manushi Chhillar
		<i>Kuch Khattaa Ho Jaay</i>	G. Ashok Guru Randhawa · Saiee Manjrekar · Anupam Kher · Ila Arun
	23	<i>Mere Mehboob Mere Sanam</i>	Anand Tiwari Vicky Kaushal · Ammy Virk · Tripti Dimri
		<i>Crakk</i>	Aditya Datt Vidyut Jammwal · Nora Fatehi · Arjun Rampal · Amy Jackson
		<i>Article 370</i>	Aditya Suhas Jambhale Yami Gautam · Priyamani · Skand Thakur · Ashwini Kaul · Vaibhav Tatwawadi · Arun Govil · Kiran Karmarkar

QUEEN OF INDIAN MUSIC SHREYA GHOSHAL



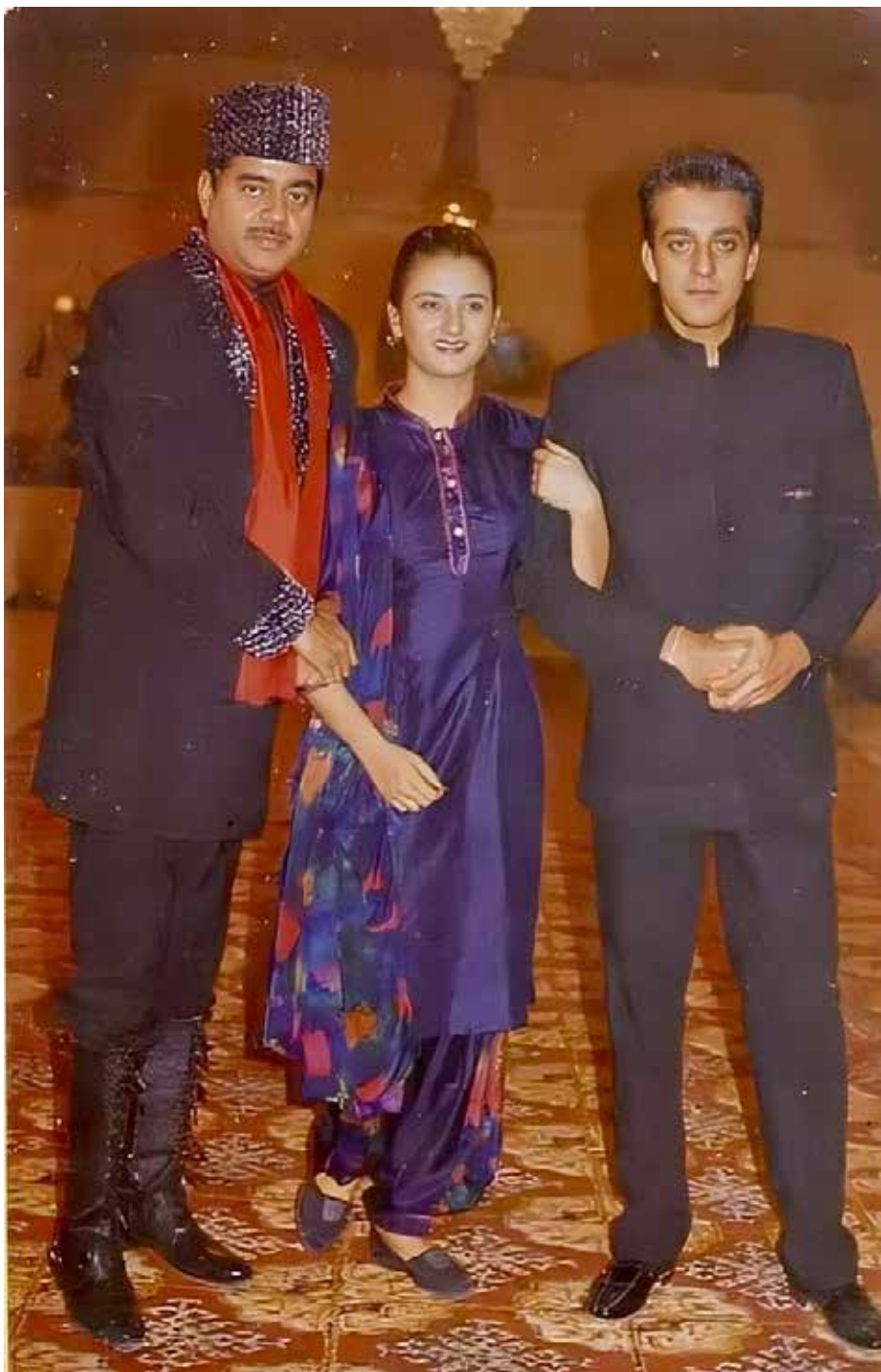
Binaca Geetmala Annual List (1962)

Thumb / Rank	Song Heading	Singer / Movie	Music By / Lyricist	Actor / Category
 1	Aehsaan Tera Hogaa Mujh Par     4.53 - 508 votes	Mohammed Rafi	Shankar Jaikishan	Saira Banu, Shammi Kapoor
		Junglee (1961)	Hasrat Jaipuri	Romantic Songs
 2	Do Hanso Kaa Joda Bichhad Gayo Re     4.18 - 248 votes	Lata Mangeshkar	Naushad	Vyjayantimala
		Gunga Jumna (1961)	Shakeel Badayuni	Dard Bhare Geet
 3	Ab Kya Misal Doon Main Tumhare Shbaab Ki     4.52 - 477 votes	Mohammed Rafi	Roshan	Pradeep Kumar, Meena Kumari
		Aarti (1962)	Majrooh Sultanpuri	Tareef Songs, Romantic Songs
 4	Aap Ki Nazro Ne Samjha, Pyar Ke Kabil Mujhe     4.57 - 15280 votes	Lata Mangeshkar	Madan Mohan	Dharmendra, Mala Sinha
		Anpadh (1962)	Raja Mehdi Ali Khan	Filmfare Awards Nominee, Romantic Songs
 5	Yahoo Chahe Koyee Mujhe Junglee Kahe     4.37 - 273 votes	Mohammed Rafi	Shankar Jaikishan	Shammi Kapoor, Saira Banu
		Junglee (1961)	Shailendra	Masti Bhare Geet
 6	Kahin Deep Jale Kahin Dil     4.31 - 339 votes	Lata Mangeshkar	Hemant Kumar	Biswajeet, Waheeda Rehman
		Bees Saal Baad (1962)	Shakeel Badayuni	Haunting Songs, Filmfare Awards Winner, Filmfare Awards Nominee, Suspense Songs
 7	Teri Zulfo Se, Judai To Nahi Mangi Thi     4.48 - 269 votes	Mohammed Rafi	Shankar Jaikishan	Dev Anand, Asha Parekh, Pran
		Jab Pyar Kisi Se Hota Hai (1961)	Hasrat Jaipuri	Roothna Manaana, Sad Songs
 8	Jiya O, Jiya O Jiya Kuchh Bol Do     4.55 - 454 votes	Mohammed Rafi	Shankar Jaikishan	Dev Anand, Asha Parekh
		Jab Pyar Kisi Se Hota Hai (1961)	Hasrat Jaipuri	Masti Bhare Geet, All Time Great, Romantic Songs
 9	Dhundho Dhundho Re Saajanaa Dhundho Re Saajanaa     4.47 - 103 votes	Lata Mangeshkar, Mohammed Rafi	Naushad	Dilip Kumar, Vyjayantimala
		Gunga Jumna (1961)	Shakeel Badayuni	
 10	Ibtadaey Ishk Me Ham Saree Rat Jage     4.56 - 130 votes	Mukesh	Shankar Jaikishan	Manoj Kumar, Mala Sinha
		Hariyali Aur Rasta (1962)	Hasrat Jaipuri	Romantic Songs

B. Binaca Geetmala Annual List (1962)

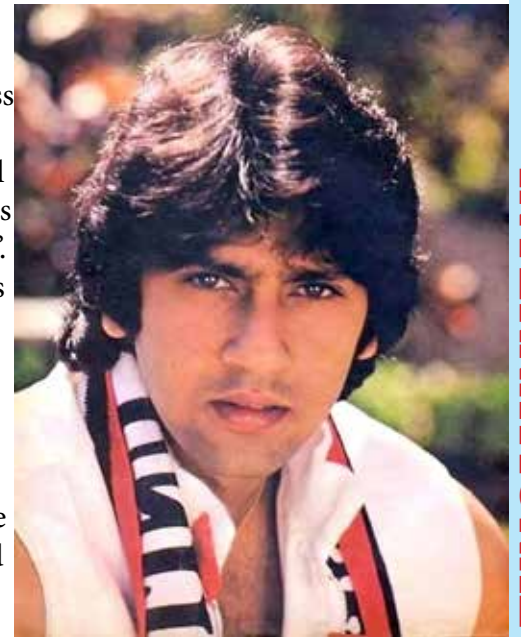


Raj Kapoor, Rajendra Kumar, Dilip Kumar and Shammi Kapoor, Diamonds of Golden Era.



Kumar Gaurav

Continuous flop films end Kumar Gaurav's Bollywood career. Although Kumar Gaurav's success at the box office ended with the first film, he became a role model for the youth of that time and was named "Chocolate Boy of the 80". One of the most successful actors in Indian film, Rajendra Kumar's son, Kumar Gaurav intended to become a successful actor in Bollywood just like his father. Being the son of a famous actor, Kumar Gaurav didn't have to face much trouble to enter Bollywood movies. Indeed, Kumar Gaurav stepped into the field of Bollywood (holding hands) with the support of his father. In 1981, Kumar Gaurav's first film 'Love Story' proved to be a blockbuster. With his son's entry into Bollywood in the film 'Love Story', Rajendra Kumar stepped into the field of direction, directing. This movie made Kumar Gaurav a famous actor soon,



Kumar Gaurav is still connected with an impressive family through his in-laws. Kumar Gaurav has married the daughter of famous actor Sunil Dutt who was contemporary to his father. Kumar Gaurav's brother-in-law Sanjay Dutt, whose film career has been very exciting. Kumar Gaurav tried again to advance his career with the film 'Naam' in 1986 and in which his brother-in-law Sanjay Dutt had also acted. Although the film was quite successful at the box office, only Sanjay Dutt's acting in this film got appreciation. Mention the film 'Fool' made in 1993 in which both his father and father-in-law worked together.

Continuous failure at the box office forced Kumar Gaurav to take a long break from acting in the 90s. Deepa Mehta re-entered Bollywood for a role in the 1998 film 'Prithvi'. His next film 'Kante' came out in the year 2000, in which he played an interesting role with actors like Amitabh Bachchan and Sanjay Dutt. Kumar Gaurav also played an important role in a successful American film 'Guyana 1838' produced by Rohit Jageshar. The film is related to the slavery of Indian immigrants in a British colony, Guyana in 1838.

Although he is not much successful in the film industry, as a successful and responsible father and brother-in-law, he has gained huge respect from (public) people. Although with his latest films he himself deliberately tried to break the image of Chocolate Boy and improve as an actor because Kumar Gaurav himself says his best time is coming.





جامعہ نظنامیہ



حیدرآباد - الہند

JAMIA NIZAMIA

Shibli Gunj, Hyderabad-500064 (T.S) India. Ph: 24576772, 24416847
www.jamianizamia.org, E-mail: fatwajamianizamia@yahoo.com

فبروری ۲۰۲۴ء رجب المرجب / شعبان المعظم ۱۴۴۵ھ 2 FEBRUARY 2024

یکشنبہ SUN	۲۷ رجب المرجب	4 ۲۳	11 ۳۰	18 ۷	25 ۱۴
دوشنبہ MON	۲ شعبان المعظم وصال حضرت سیدنا امام اعظم ابوحنیفہؒ	5 ۲۴	12 ۳۱	19 ۸	26 ۱۵
سہ شنبہ TUE	۱۵ شعبان المعظم شب براءت	6 ۲۵	13 ۲	20 ۹	27 ۱۶
چہار شنبہ WED	شب معراج	7 ۲۶	14 ۳	21 ۱۰	28 ۱۷
پنج شنبہ THU	۲۰ رجب المرجب	8 ۲۷	15 ۴	22 ۱۱	29 ۱۸
جمعہ FRI	۲۱	9 ۲۸	16 ۵	23 ۱۲	
شنبہ SAT	۲۲	10 ۲۹	17 ۶	24 ۱۳	

کفالت طلبہ شعبہ حفظ و عالم

علوم اسلامیہ کی اشاعت میں حصہ لینے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ آپ اپنے مرحومین کے ایصال ثواب کے لیے شعبہ حفظ کے ایک طالب علم یا شعبہ عالمیت کے ایک طالب علم کی کفالت قبول فرمائیں۔ یہ ایک ثواب جاریہ بھی ہوگا۔ تفصیلات فون 24416847 پر حاصل کی جاسکتی ہیں۔۔

از کتاب معیار الاوقات اوقات نماز للصیام والصلوات

تاریخ	صبح	ظہر	عصر	شب	فجر	عشاء	صلاحتہ
1	7:26	6:17	4:35	3:45	12:40	6:43	5:46
4	7:27	6:18	4:36	3:46	12:40	6:42	5:46
7	7:28	6:19	4:38	3:47	12:40	6:41	5:45
10	7:29	6:21	4:39	3:48	12:40	6:39	5:44
13	7:30	6:22	4:40	3:48	12:40	6:38	5:43
16	7:31	6:23	4:41	3:49	12:40	6:37	5:42
19	7:32	6:25	4:42	3:49	12:40	6:35	5:41
22	7:34	6:26	4:42	3:49	12:40	6:34	5:40
25	7:35	6:27	4:43	3:49	12:39	6:31	5:37
28	7:36	6:28	4:44	3:49	12:39	6:30	5:36

شب براءت اور اس کے معمولات

شعبان کی پندرہویں شب براءت کہلاتی ہے، یہ رحمت اور مغفرت کی رات ہے، اس رات عبادت (نماز ذکر و دعا) کرنے اور دن (پندرہ شعبان) کو روزہ رکھنے کا حکم ہے۔ (ابن ماجہ)۔ نیز اس رات زیارت قبور بھی حضرت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے عمل مبارک سے ثابت ہے۔ (ترمذی)
خواجہ دکن حضرت سید محمد حسینی گیسو دراز فرماتے ہیں: قوت القلوب میں لکھا ہے کہ حرم مکہ اور حرم مدینہ میں چار چار سو، پانچ پانچ سو آدمی جمع ہوتے تھے اور سو رکعت نماز شب براءت کی پڑھتے تھے اور بعض روایات میں اس رات میں سورہ لیس پڑھنے کا ذکر بھی آیا ہے۔ (جامع المغم)، نیز اپنے گناہوں پر تادم ہو کر صدق دل سے توبہ کی جائے، صلاۃ الصبح کی بڑی فضیلت ہے، اس کی ادائیگی کا اہتمام کیا جائے نیز احادیث شریفہ میں اس رات ادا کی جائے وہی مخصوص نوافل کا ذکر ہے، اس کی ادائیگی کو نعمت جانیں۔

امام اعظم ابوحنیفہ امام الائمہ

حدیثوں کا یاد رکھنا اور ہے، اور ان سے مسائل کا استخراج اور ہے۔ اس کام کے لئے فقہاء موضوع ہیں، اور خود محدثین ان کی طرف محتاج ہیں۔ اور طبقات الحفاظ وغیرہ کتب رجال سے ظاہر ہے کہ بعض بعض محدثین خاص طور پر فقہ سیکھتے تھے۔ ابن مبارک کہتے ہیں کہ اگر ابوحنیفہ تابعین کے (ابتدائی) زمانہ میں ہوتے تو تابعین بھی ان کی طرف محتاج ہوتے۔ ابن مبارک فرماتے ہیں کہ علماء، ابوحنیفہ سے مستغنی نہیں ہو سکتے، کچھ نہیں تو تفسیر حدیث میں تو ضرور محتاج ہیں، اور لکھا ہے کہ ابن مبارک اپنے شاگردوں سے کہا کرتے تھے کہ آثار و احادیث کو ضروری سمجھو، مگر ان کے لئے ابوحنیفہ کی ضرورت ہے، کیونکہ وہ احادیث کے معنی جانتے ہیں۔
(حضرت شیخ الاسلام امام محمد انوار اللہ فاروقی: حقیقۃ اللقہ، ج: 1، ص: 133)

سفر معراج کے مراحل اور اس کی حکمتیں

مجزرہ معراج: یہ صرف آپ ﷺ کے ساتھ خاص ہے، اس میں نہ کوئی نبی مرسل آپ کے ساتھ شریک ہے اور نہ کوئی ملک مقرب نہ اور کوئی بھی فرشتہ۔ اللہ تعالیٰ اس میں آپ ﷺ کو اپنی قدرت کی نشانیوں کا جلوہ دکھایا اور کائنات کو آپ کا جلوہ دکھایا اور آپ کو اپنا دیدار کرایا، معراج کے مبارک سفر کے لئے ایک خاص راستہ اور خاص وقت اختیار کیا گیا، زمین پر حرمین کا راستہ اختیار کیا گیا؛ کیونکہ دونوں حرمین میں خاص ربط ہے، قبلہ اول۔ بیت المقدس۔ ہے اور دوسرا قبلہ کعبہ اللہ ہے۔ کعبہ اللہ اول البشر حضرت آدم کا اور قبلہ اول بیت المقدس دیگر پیغمبروں اور ان کی امتوں کا قبلہ ہے، دنیا کا آغاز کعبہ اللہ سے ہوا تھا اور دنیا کا اختتام حشر و نشر بیت المقدس سے ہوگا۔ رات میں سفر کی حکمت یہ ہے کہ دن کا وقت مشغولیت کا ہے اور رات کا وقت فراغت کا ہے، حبیب سے حبیب کی ملاقات کے لئے فراغت کا وقت مناسب رہتا ہے، اہل ایمان و اہل دنیا کے لئے ایمانی امتحان ہے، اسی لئے رات کے پردہ میں سفر کیا گیا، اس کے علاوہ یہ کہ دن کو اللہ نے دیکھنے کے لئے بنایا تو رات کو شرمندگی ہوئی تو اس کی تلافی کے لئے سب سے عظیم مجزرہ رات میں صدور کرایا گیا، سورج چمک کر دن کو چکا تا تھا تو دن کو رات پر افتخار ہوا تو شمس اشوس سید المرسلین ﷺ کو رات میں معراج کرا کر رات کو باعث افتخار بنا دیا گیا اور اس لئے بھی کہ آپ ﷺ کو اللہ تعالیٰ نے "سراجا منیراً" فرمایا اور چراغ کا ظہور رات میں ہوتا ہے۔

(عمدۃ المحدثین حضرت مولانا محمد خواجہ شریف، سابق شیخ الحدیث جامعہ نظامیہ)

سدا بہار، سبق آموز مذہبی سماجی و اخلاقی بنیادوں کا انمول و نادر خزانہ

گل بوکی حکایت

ڈاکٹر توفیق انصاری احمد
شکاگو، امریکہ



ڈاکٹر توفیق انصاری احمد



حضرت شیخ سعدی شیرازی رضی اللہ عنہ

46 پڑوسی کا فاقہ، بادشاہ کا روزہ

اردو حکایت: اک غریب سپاہی بادشاہ کے محل کے قریب رہتا تھا۔ اس کو ہر روز بادشاہ کے مطبخ سے کھانا مل جاتا اور اس طرح اُس کے بیوی بچوں کی گذر بسر ہو جاتی تھی۔ ایک دن شاہی مطبخ سے کھانا نہ آیا۔ بیوی نے پوچھا کیا بات ہے آج ہم کو کھانا نہیں ملا۔ سپاہی بولا: آج مطبخ بند ہے کیوں کہ بادشاہ نے روزہ رکھا ہے۔ بیوی سرد آہ بھر کر بولی معلوم نہیں بادشاہ کو اس روزہ سے کیا فائدہ ہوگا ہماری عید تو اُس کے روزہ نہ رکھنے میں ہے۔

فارسی شعر:

مُسلّم کسے را بود روزہ داشت
کہ در ماندۀ را دہد نان چاشت
حاصل کلام:

روزہ رکھنا اُس کے لئے ٹھیک ہے جو کسی مسکین کو دو پہر کی روٹی کھلا دے۔

منظوم ترجمہ:

ٹھیک ہے روزہ اُسی کے واسطے
جو کھلا دے نان اک مسکین کو



دانائے مشرق، بلبل شیراز، حضرت شیخ سعدی شیرازی رضی اللہ عنہ فارسی زبان کے عالمی شہرت یافتہ ادیب، شاعر، سیاح و دانشور گذرے ہیں۔ آپ کی پیدائش تقریباً آٹھ سو سال قبل سادات کے اک معزز گھرانے میں ہوئی جو برسوں پہلے مکہ سے ہجرت کر کے شیراز میں آبا تھا۔ خاندان میں دینداری کا بول بالا تھا اس لئے ابتدائی تعلیم گھر پر ہوئی اور چھوٹی سی عمر میں تمام ضروری دینی مسائل یاد ہو گئے جس کے ساتھ عبادت، شب بیداری اور تلاوت کلام پاک کا شوق پیدا ہو گیا۔ گیارہ سال کی عمر میں کلام مجید حفظ کر لیا۔ تفسیر، فقہ، حدیث اور صرف و نحو کی ابتدائی کتابیں پڑھیں اور سن بلوغ کو پہنچنے سے پہلے ہی نہایت اعلیٰ و ارفع اخلاق و کردار کے مالک بن گئے۔ ان کی سلیقہ مندی، زہد و تقویٰ، ذہانت و دانشمندی کا ہر طرف چرچا ہو جائے گا۔ نو عمری میں والدین کے ساتھ پہلا حج کیا اور اپنی زندگی میں چودہ حج پایادہ کئے۔ بغداد کے مدرسہ نظامیہ میں تقریباً تیس سال تک مشہور زمانہ علمائے کرام سے تحصیل علم و فیض صحت حاصل کر کے قرآن، حدیث، تفسیر، منطق، فلسفہ، ریاضی اور دیگر علوم پر عبور حاصل کیا۔ ساتھ ہی کئی اجنبی زبانوں میں بھی مہارت حاصل کر لی۔ تحصیل علم سے فارغ ہو کر حضرت سعدی شیرازی نے سیاحت پر کمر باندھ لی اور عمر کا بیشتر حصہ ایشیا، آفریقہ اور دنیا کے دیگر ممالک کی سیرو سیاحت میں بسر کیا۔ کہا جاتا ہے کہ مشرقی سیاحوں میں ابن بطوطہ کے سوا شیخ سعدی سے بڑھ کر کوئی اور سیاح نہیں۔ انہوں نے سیاحت کے دوران بڑی صعوبتیں اٹھائیں اور بڑے تجربے حاصل کئے۔ ایک اندازے کے مطابق شیخ سعدی کی تصانیف تیس سے متجاوز اور ایک سے بڑھ کر ایک ہیں لیکن ان کی دو

قبض سے نجات حاصل کرنے کے 10 گھریلو ٹوٹکے

قبض ایک عام مسئلہ ہے جس کا سامنا بہت سے لوگوں کو ہوتا ہے۔ ناقص خوراک، طرز زندگی اور کچھ دوائیں قبض کا باعث بن سکتی ہیں۔ یہ ایک بہت ہی غیر آرام دہ حالت ہو سکتی ہے جو آپ کی صحت کو مختلف طریقوں سے متاثر کر سکتی ہے اگر اس کا علاج نہ کیا جائے۔ آنتوں کی بہتر حرکت کے لیے کئی گھریلو علاج حیرت انگیز کام کر سکتے ہیں۔ کچھ گھریلو علاج ہیں جو آنتوں کی حرکت کو بہتر بنانے میں مدد کر سکتے ہیں۔

آپ کے ہاضمے کو بہتر بنانے اور قبض جیسی بیماری کو روکنے کے لیے خوراک میں چند تبدیلیوں کی ضرورت ہے۔ لیکن بہت سے لوگ وقتاً فوقتاً اس کا تجربہ کرتے ہیں خاص طور پر حاملہ ہونے یا بعض دوائیں لینے کے دوران لوگوں کو زیادہ تر اس مسئلے کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ قبض کی بہت سی ممکنہ وجوہات ہیں۔ اس مسئلے کے علاج کے بہت سے اختیارات بھی ہیں۔ اپنی طرز زندگی کی عادات کو ایڈجسٹ کرنا یا گھریلو علاج تک پہنچنا آپ کو کبھی کبھی قبض کا علاج کرنے کی ضرورت ہے۔ قبض کے لیے کچھ بہترین قدرتی علاج کے بارے میں جاننے کے لیے وقت نکالیں۔

- 1 پانی زیادہ مقدار میں پینا شروع کریں
- 2 فائبر کو اپنی خوراک کا حصہ بنا لیں
- 3 لیموں اور شہد
- 4 پودینہ یا ادراک کی چائے
- 5 لیموں پانی
- 6 کافی
- 7 سیب
- 8 انجیر
- 9 دلہا
- 10 باقاعدگی کے ساتھ ورزش کریں

1 پانی زیادہ مقدار میں پینا شروع کریں
کافی زیادہ مقدار میں پانی پینا قبض سے نجات حاصل کرنے میں مددگار ہو سکتا ہے ہو سکتا ہے۔ دن میں چھ سے آٹھ گلاس پانی پینا پاخانہ کو نرم رکھتا ہے جس سے آنتوں کی حرکت زیادہ بار بار اور آرام دہ ہوتی ہے۔

2 فائبر کو اپنی خوراک کا حصہ بنا لیں
ریشدار چیزیں کھانے سے صحت مند نظام انہضام

کے ساتھ ساتھ وزن میں کمی میں بھی مدد مل سکتی ہے۔ فائبر سے بھرپور غذا میں اکثر گلنشین اور ناقابل حل دونوں فائبر ہوتے ہیں۔ دلہا، فلیکسیڈ، سارا اناج، پھل، پھلیاں، چوکر اور سبزیاں جیسی غذائیں فائبر کا ذریعہ فراہم کرتی ہیں جو سخت پاخانے کو روک سکتی ہیں۔ غذا کے انتخاب کا قبض پر گہرا اثر پڑتا ہے۔

فائبر سپلیمنٹس فائبر سے بھرپور کھانے کی ضرورت سے زیادہ مقدار میں کھائے بغیر فائبر کی مقدار بڑھانے میں مددگار ہیں۔ فائبر سپلیمنٹس کپسول یا پاؤڈر کی شکل میں آتے ہیں جنہیں پانی میں شامل کیا جاسکتا ہے، ہدایت کے مطابق لیں۔

3 لیموں اور شہد
شہد کو قبض کو دور کرنے کے لیے ایک فائدہ مند گھریلو علاج مانا جاتا ہے۔ آپ کو یا تو کچا لیا جاسکتا ہے یا دودھ، چائے یا پانی میں ملا لیا جاسکتا ہے۔ اس کے نتائج زیادہ فائدہ مند ہوتے ہیں جب آپ شہد، نیم گرم پانی کے ساتھ چند قطرے لیموں کے رس کے ساتھ ملاتے ہیں۔ شہد میں موجود انزائمز قبض کا علاج کرتے ہیں اور ہاضمے کو مستحکم کرتے ہیں۔

لیموں اور شہد دونوں اینٹی آکسیڈنٹس سے بھرپور ہوتے ہیں جو جسم کو شفا یابی کے عمل میں مدد دیتے ہیں کچھ تحقیق کا خیال ہے کہ شہد قدرتی جلاب کے طور پر کام کرتا ہے۔ آپ نمک کو شہد سے بدل سکتے ہیں کیونکہ اس میں میگنیشیم ہوتا ہے جو آنتوں کے پشوں کے سکڑنے کو بڑھاتا ہے اور آپ کے جسم سے زہریلے مادے کو باہر نکالنے میں مدد کرتا ہے۔

4 پودینہ یا ادراک کی چائے
جب کچھ کام نہیں کرتا ہے تو اس معاملے میں چائے ہمیشہ مدد کرتی ہے۔ قبض کا سب سے عام اور مددگار علاج باورچی خانے سے یہ چائے کا ہی ملتا ہے۔ پودینہ اور ادراک میں طاقتور انزائمز ہوتے ہیں جو نظام انہضام کے لیے بہت اچھے ہوتے ہیں۔ ادراک کو خاص طور پر ایک گرم غذا سمجھا جاتا ہے جو پیٹ کی خرابی کو پرسکون کرتا ہے۔ کھانے سے پہلے یا بعد میں پودینہ یا ادراک کی چائے پینے سے جسم کو زہر آلود کرنے اور

جسمانی پریشانیوں کو کم کرنے کے لیے پودینہ اور ادراک کی چائے بہترین انتخاب ہے۔

5 لیموں پانی
لیموں کے رس میں سائٹریک ایسڈ ہوتا ہے جو آپ کے نظام انہضام کو متحرک کرنے میں مدد کرتا ہے اور آپ کے جسم سے زہریلے مادوں کو بھی باہر نکال سکتا ہے۔ یہ بہت مددگار ثابت ہوتا ہے اور قدرتی قبض سے نجات کا کام کرتا ہے۔ آپ روزانہ صبح ایک گلاس پانی لے کر اس میں تازہ لیموں کا رس چھوڑ سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اپنی چائے میں لیموں شامل کرنا قبض کے لیے ایک مثالی گھریلو علاج ہے اور یہ طویل مدتی ہاضمے کو بھی بہتر بنا سکتا ہے۔

6 کافی
اگرچہ کیفین والے مشروبات اور الکحل آپ کو پانی کی کمی کا باعث بنا سکتے ہیں لیکن اس بات کا ثبوت ہے کہ صبح کے وقت چائے کا ایک کپ آپ کو مسحور کرنے میں مدد دے سکتا ہے۔ بہت سے لوگوں کے لیے کافی پینے سے ان کی آنتوں کی حرکت میں مدد ملتی ہے۔

7 سیب
سیب میں پیکٹین ہوتا ہے جو آنتوں کی حرکت کو فروغ دے سکتا ہے۔ دوسرے پھلوں کے مقابلے میں سیب کے رس میں نسبتاً زیادہ مقدار میں فکٹوز ہوتا ہے۔ سیب کا جوس زیادہ مقدار میں پینا ان لوگوں میں ہاضمے کی تکلیف کا باعث بن سکتا ہے جن کی آنتیں حساس ہوتی ہیں۔ سیب کا جوس پینے سے ان میں فائبر کی مقدار بھی نمایاں طور پر کم ہوتی ہے جو سیب کے رس کو قبض سے نجات کے لیے دوسرے جوس کے مقابلے میں کم موثر سمجھتے ہیں۔

8 انجیر
انجیر کو گرم پانی میں بھگو کر قبض سے فوری نجات مل سکتی ہے۔ اس میں فائبر کا مواد بہت زیادہ ہے اور اس کی سفارش بھی کی جاتی ہے۔ انجیر بچوں میں قبض کے لیے بہترین گھریلو علاج کے طور پر جانا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ آپ اپنے نظام انہضام کو بہتر بنانے کے لیے اسے اپنی روزمرہ کی خوراک میں شامل کر سکتے ہیں۔ انجیر

ایک نرم پھل ہے جو آپ کو کئی فائدے دے سکتا ہے۔

یہ پھل متعدد صحت کے فوائد سے بھرا ہوا ہوتا ہے۔ یہ عام طور پر خشک شکل میں دستیاب ہوتا ہے۔ خشک انجیر آپ کی روزمرہ کی خوراک کا حصہ بن سکتے ہیں۔ یہ آپ کو متعدد صحت کے فوائد بھی پیش کر سکتے ہیں۔ خشک انجیر قبض کے لیے ایک حیرت انگیز علاج ہے جس کے چند ہی استعمال میں آپ کو نمایاں نتائج مل سکتے ہیں۔ خشک انجیروں میں فائبر ہوتا ہے جو آنتوں کی ہموار حرکت میں مدد کر سکتا ہے۔ یہ دنانہ بنی 6 سے بھی بھرپور ہوتے ہیں جو بالواسطہ طور پر ہاضمے کو آسان بنا سکتے ہیں۔

9 دلہا
یہ سپرفوڈ پلانٹ پروٹین کا ایک بھرپور ذریعہ ہے اور اس میں اہم دنا منر ہوتے ہیں جو قبض سے نجات دلانے میں مدد کر سکتے ہیں۔ اسے پھنے ہوئے گندم کے نام سے جانا جاتا ہے اور یہ میگنیشیم کا ایک بڑا ذریعہ بھی ہے۔ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ اپنی روزمرہ کی خوراک میں میگنیشیم کی صحیح مقدار کو شامل کرنا قبض دور کرنے کا ایک قدرتی طریقہ ہے۔ دلہا بھی ان اہم سپرفوڈز میں سے ایک ہے جسے بزرگوں کو خاص طور پر اپنی خوراک میں شامل کرنا چاہیے۔

10 باقاعدگی کے ساتھ ورزش کریں
باقاعدگی سے ورزش صحت مند آنتوں کی حرکت کو برقرار رکھنے میں مدد کر سکتی ہے۔ متحرک اور غیر فعال دونوں سرگرمیاں آنتوں پر مثبت اثر ڈال سکتی ہیں۔ دوڑنا چھوٹی آنتوں اور بڑی آنت کو اس انداز میں جھٹک سکتا ہے جو پاخانہ کو حرکت دینے کی ترغیب دیتا ہے۔ دن میں ایک یا دو بار کھیلوں کی سرگرمیوں، رقص، یا یہاں تک کہ 10 سے 15 منٹ تک چہل قدمی میں حصہ لینے سے آپ کو باقاعدہ قبض کے مسئلے کو دور رکھنے میں مدد مل سکتی ہے۔

اپنے بچوں کو اُردو پڑھائیے
اُردو ایک زندہ زبان ہے
اس کی تشہیر کیجیے

منور رانا کی زندگی کا سفر: کب اور کیسے سید منور علی منور رانا بنے

منور رانا کا حقیقی نام سید منور علی ہے۔ وہ 26 نومبر، 1952 کو اتر پردیش کے رائے بریلی میں پیدا ہوئے۔ ان کے والد کا نام سید انور علی اور والدہ کا نام عائشہ خاتون ہے۔ منور رانا نے اپنی ابتدائی تعلیم شعیب ودھیالیہ اور گورنمنٹ انٹر کالج، رائے بریلی سے حاصل کی۔ اس کے آگے کی تعلیم کے لیے انھیں لکھنؤ بھیج دیا گیا جہاں ان کا داخلہ سینٹ جانس ہائی اسکول میں ہوا۔ قیام لکھنؤ کے دوران انھوں نے وہاں کے روایتی ماحول سے اپنی زبان و بیان کی بنیادیں پختہ کیں۔ اس کے بعد ان کے والد نے، جو روزگار کے پیش نظر کلکتہ منتقل ہو گئے تھے، انھیں 1968 میں کلکتہ بلا لیا، جہاں انھوں نے محمد جان ہائر سیکنڈری اسکول سے ہائر سیکنڈری کی تعلیم مکمل کی اور گریجویٹیشن کی ڈگری کے لیے کلکتہ کے ہی امیش چندرا کالج میں بی کام کے لیے داخلہ لے لیا۔

منور رانا کی ادبی شخصیت کو پروان چڑھانے میں لکھنؤ کے ماحول کے علاوہ خاص طور پر ان کے ادب نواز دادا مرحوم سید صادق علی کا گہرا اثر ہا جوان سے عہد طفلی میں دوسروں کی غزلیں باقاعدہ پڑھوایا کرتے تھے تاکہ ادب میں ان کی دلچسپی بڑھے اور انھیں تحریک ملے، جس نے آگے چل کر حقیقت کی شکل اختیار کر لی۔ شاید اسی ریاضت کا ثمرہ ہے کہ آج بھی منور رانا کو ہزار ہا اشعار از بر ہیں۔

زمانہ طالب علمی سے ہی فلم اور شاعری ان کی کمزوری رہی۔ پہلے پہل وہ شاعری سے از حد متاثر تھے لیکن عہد



1952 - 2024

شباب میں اپنے مزاج کی ناہمواری کے باعث ان کی آنکھیں فلم کی مصنوعی چمک دمک سے چکاچوند ہو گئیں۔ لہذا وہ فلم کی طرف مائل ہو گئے۔ اور فلم سے وابستگی کی ٹھان لی۔ جس کی شروعات انھوں نے فلمی اداکاروں کی آوازوں کی نقالی سے کی۔ اس عمل میں منور رانا کئی فلمی اداکاروں کی آوازیں نقل کرنے میں ماہر ہو گئے لیکن فلم اسٹار شتر و گھن سنہا کی آواز کی نقل اس حد تک کرنے لگے کہ حقیقت کا گمان ہونے لگا اور انھیں ”کلکتہ کا شتر و گھن سنہا“ بھی کہا جانے لگا۔ انہیں دنوں منور رانا نے کچھ افسانے اور منی کہانیاں بھی لکھیں جو کئی مقامی اخباروں میں شائع ہوئیں۔ چونکہ ان کے سر پر فلم کا آسیب سوار تھا لہذا وہ ڈراموں کی طرف راغب ہو گئے۔ اس طرح 1971 میں انھوں نے اپنا پہلا ڈراما ”جئے بنگلا دیش“

انگلتہ کے ہومیو پیٹھی کالج میں منعقدہ سہ لسانی ڈراما مقابلے کے لیے نہ صرف تحریر کیا بلکہ اس کی ہدایت کاری بھی انجام دی اور جسے انعام یافتہ بھی قرار دیا گیا۔ اس کے علاوہ انھوں نے پرتھوی راج اور آغا حشر کاشمیری کے کئی ڈراموں میں اپنی اداکاری کے جوہر بھی دکھائے۔ بالخصوص سجن کمار کی زیر ہدایت آغا حشر کاشمیری کا ڈراما ”آنکھ کا نشہ“ میں بینی پرشاد کے مرکزی کردار میں ان کی اداکاری اتنی پسند کی گئی کہ اس ڈراما کے کئی کامیاب شوز منعقد کیے گئے۔ بالآخر انھوں نے فلم اداکار، ہدایت کار اور پروڈیوسر جو گندر کی ایک فلم ”گیتا اور قرآن“ کے لیے کہانی لکھ کر ہی دم لیا، جس کا ٹائٹل اندراج بھی ہوا تھا لیکن کسی وجہ سے یہ فلم نہ بن سکی۔ اس ناکامی کا یہ نتیجہ نکلا کہ ان کے سر سے فلم کا آسیب ہی اتر گیا اور وہ مغربی بنگال کی تاریخ شاعری کی زندہ روایات کا مستحکم عزم لے میدان شاعری میں آ گئے اور اس فن میں غزل کو انھوں نے اپنا وسیلہ

اظہار بنایا۔

گلستان شاعری میں سید منور علی نے خود کو 1969-70 میں قلبی واردات، احساسات اور جذبات کی چنگاری سے ”منور علی آتش“ بن کر متعارف کرایا۔ اس طرح میدان شعرو سخن کے ابتدائی دنوں میں وہ پروفیسر اعزاز افضل کے حلقہ تلمذ میں شامل ہو گئے اور ان سے اکتساب فیض کرتے ہوئے اپنی شعلہ بیانی کا بھرپور مظاہرہ کیا۔ ہر چند کہ انھوں نے اپنی عمر کے سولہویں سال میں پہلی نظم کہی جو محمد جان ہائر سیکنڈری اسکول کے مجلے میں چھپی لیکن بحیثیت شاعران کی پہلی تخلیق 1972 میں منور علی آتش کے نام سے کلکتہ کے ایک معیاری رسالہ ماہنامہ ”شہود“ میں شائع ہوئی۔ آگے چل کر منور رانا نے نازش پرتاپ گڑھی اور راز الہ آبادی کے مشوروں سے اپنا تخلص بدلا اور ”منور علی شاداں“ بن کر غزلیں کہنے لگے۔ بعد ازاں انھوں نے جب والی آسے سے شرف تلمذ حاصل کیا تو ان کے مشورے سے 1977 میں ایک مرتبہ پھر اپنا تخلص بدلا اور ”منور رانا“ بن گئے۔ اس طرح سید منور علی کو منور علی آتش سے منور علی شاداں اور پھر منور رانا بننے تک پورے نو سال کا عرصہ لگ گیا۔ اس مدت میں انھوں نے مشق سخن جاری رکھی اور اپنی فکر کی پرواز کو اوج کمال تک پہنچایا۔

رات کو سوتے وقت کی دعائیں

- ❖ سورہ فاتحہ چار دفعہ پڑھ کر سویا کرو۔ اس کا ثواب چار ہزار دینار صدقہ کرنے کے برابر ملتا ہے۔
 - ❖ سورہ اخلاص (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) تین دفعہ پڑھ کر سویا کرو، اس کا ثواب ایک قرآن شریف پڑھنے کے برابر ملتا ہے۔
 - ❖ اَسْتَغْفِرُ اللَّهَ۔ دس دفعہ پڑھ کر سویا کرو، اس کا ثواب جنت کی قیمت ادا کرنے کے برابر ملتا ہے۔
 - ❖ درود شریف دس دفعہ پڑھ کر سویا کرو، اس کا ثواب دوڑنے والوں کے درمیان صلح کرانے کا ملتا ہے۔
 - ❖ تیسرا کلمہ چار دفعہ پڑھ کر سویا کرو، اس کا ثواب ایک حج کرنے کے برابر ملتا ہے۔
- حدیث مبارک میں ہے کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت علیؓ کو یہ تمام دعائیں سکھائیں۔ روزانہ پڑھ کر سویا کرو۔ حضرت علیؓ زندگی بھر رات کو سوتے وقت یہ تمام دعائیں پڑھ کر سوتے تھے۔

لوح قرآنی

ن	حَمَّ عَسَقَ	آلَمَ
یَسَ	حَمَّ	الْتَصَّ
آمِین	قِ	كَهَيْعَصَّ

فضیلت: ان شاء اللہ اس کے دیکھنے والوں کی سب مشکلیں آسان ہو جاتی ہیں۔ صبح و شام اس کو دیکھ کر جو کام کرو گے وہ پورا ہوگا۔ رزق میں برکت ہوگی، غیبی مدد ملتی ہے۔

دُعائے سفر

سُبْحَانَ الَّذِي سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا لَهُ مُقْرِنِينَ ﴿۱۰﴾ وَإِنَّا إِلَىٰ رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُونَ ﴿۱۱﴾ (پارہ ۲۵، سورہ زخرف، آیت: ۱۳، ۱۴)

فضیلت: جب کبھی بھی سفر کو جانے لگو تو یہ دعا ضرور پڑھ کر سفر کو جائیں۔ سفر میں آسانی ہوگی، ان شاء اللہ خیریت سے پہنچ جاؤ گے۔

درود برائے مغفرت

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَىٰ آلِهِ وَوَسَلِّمْ

فضیلت: حدیث شریف میں ہے کہ جو شخص اس درود شریف کو ایک دفعہ پڑھتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف کر دیتے ہیں۔

ہزار دن تک کی نیکیاں

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَىٰ آلِ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ كَمَا تُحِبُّ وَتَرْضَىٰ لَهُ۔ (مسلم)

فضیلت: یہ درود شریف ایک دفعہ پڑھنے سے فرشتے ستر ہزار دن تک نیکیاں لکھتے رہتے ہیں۔ ان شاء اللہ گناہ معاف ہوتے ہیں۔

خیرات کرنے کا ثواب

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ عَبْدِكَ وَرَسُولِكَ صَلِّ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ۔ (کتاب ابن حبان)

فضیلت: اس درود شریف کے پڑھنے سے اللہ کی راہ میں خیرات کرنے کا ثواب ملتا ہے۔

روزی میں برکت کی دعا

سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِينُ: مُحَمَّدٌ رَّسُولُ اللَّهِ صَادِقُ الْوَعْدِ الْأَمِينُ۔

فضیلت: یہ دعا پڑھنے سے اس کی روزی میں برکت ہوتی ہے، ان شاء اللہ عذابِ قبر سے نجات ملے گی۔

شعیب ملک اور ثانیہ مرزا کے درمیان طلاق ہو چکی ہے

پاکستان کرکٹ ٹیم کے سابق آل راؤنڈر شعیب ملک کے اہل خانہ نے سابق بھارتی ٹینس اسٹار ثانیہ مرزا سے طلاق کی تصدیق کر دی ہے۔ ڈان نیوز کے مطابق ذرائع کا کہنا ہے کہ سابق کپتان کے اہل خانہ نے تصدیق کی ہے کہ شعیب ملک اور ثانیہ مرزا کے درمیان باقاعدہ طلاق ہو چکی ہے، یاد رہے کہ دونوں کے درمیان پہلے ہی علیحدگی کی خبریں وائرل ہو گئی تھیں۔ ذرائع کا کہنا تھا کہ قومی ٹیم کے سابق کپتان کے اہل خانہ نے بتایا کہ ثانیہ مرزا شعیب ملک کے دوسری خواتین کے ساتھ دوستی اور میل ملاپ سے ناخوش تھیں جس کی وجہ سے انہوں نے طلاق کا فیصلہ کیا۔ یہ بھی انکشاف ہوا کہ ثانیہ مرزا کے ساتھ شادی میں شعیب ملک



شادی کے بارے میں سوشل میڈیا کے ذریعے معلوم ہوا۔ یاد رہے کہ آج (20 جنوری 2024) کو شعیب ملک نے اداکارہ ثانیہ مرزا کے ساتھ شادی کی تصاویر شیئر کر کے دوسری بار شادی کے بندھن میں بندھنے کی تصدیق کی تھی، انہوں نے کپشن میں لکھا 'الحمد للہ۔ دونوں کی ایک دوسرے کے ساتھ دوسری شادی ہے، شعیب ملک کی پہلی شادی بھارتی ٹینس اسٹار جبکہ ثانیہ مرزا نے پہلی شادی گلوکار عمیر جیسوال سے کی تھی۔

❖❖❖

کس اداکارہ نے سلمان خان کو ایک یادو بار نہیں بلکہ 6 بار مسترد کیا؟

بالی ووڈ انڈسٹری کی معروف اداکارہ دپیکا پڈوکون نے سلمان خان کے ساتھ ایک یادو بار نہیں بلکہ 6 بار فلم میں کام کرنے سے انکار کیا۔ دپیکا پڈوکون نے اپنے فلموں میں 'بے ہو'، 'سُلطان'، 'پریم رتن دھن پاپو' اور 'بک' شامل ہے۔

بھارتی میڈیا رپورٹس کے مطابق سنجے لیلا بھنسانا کی فلم 'انشاء اللہ بننے کے دوران دپیکا نے سلمان خان کے ساتھ کام میں دلچسپی ظاہر کی تھی اور دپیکا پڈوکون اس فلم میں کاسٹ کیے جانے سے متعلق پر امید بھی تھیں۔ بھارتی میڈیا رپورٹس کے مطابق جب دپیکا پڈوکون نے سلمان خان کے ساتھ کام کرنے کی خواہش کا اظہار کیا تو بد قسمتی سے ہدایتکار نے دپیکا کو مسترد کر کے مرکزی کردار کے لیے اداکارہ عالیہ بھٹ کو چن لیا۔



پاکستان اور بھارت کے درمیان ویزا سہولت آسان ہونی چاہئے، ہمایوں سعید

لاہور: پاکستانی سپر اسٹار ہمایوں سعید نے کہا ہے کہ محبت آفاقی ہوتی ہے، اسے سرحدوں اور سیاست کا پابند کرنا درست نہیں ہے۔ ایک تازہ انٹرویو میں اداکار نے اس بات پر افسوس کا اظہار کیا کہ بد قسمتی سے پاکستانیوں اور بھارتیوں کو

ایک دوسرے کے ملک میں سفر کرنے کا ویزا نہیں ملتا۔ انہوں نے کہا کہ یہ تقریباً ناممکن ہو گیا ہے کہ پاکستانی اور انڈین ایک دوسرے کے ملک کا سفر کر سکیں، یہ درست نہیں ہے، محبت کی کوئی سرحد نہیں ہوتی اور ہمارے سیاستدانوں کو یہ بات سمجھنی چاہئے۔ ہمایوں سعید کا کہنا تھا کہ دونوں ملک کے امیدوار اس امید کا اظہار کیا کہ ایشیا کپ 2023 سے دونوں ممالک کے درمیان ویزا حاصل کرنے میں کچھ سہولت پیدا ہوگی جس سے لوگوں کو فائدہ اٹھانا چاہئے۔



آج کل لوگ عورت کو مضبوط نہیں دیکھنا چاہتے، اسی لیے ڈراموں میں عورت کو پٹے ہوئے دکھایا جاتا ہے، رابعہ بٹ

لاہور: اداکارہ و ماڈل رابعہ بٹ کا کہنا ہے کہ آج کل لوگ عورت کو مضبوط نہیں دیکھنا چاہتے، اسی لیے ڈراموں میں عورت کو پٹے ہوئے دکھایا جاتا ہے۔ انہوں نے ایک انٹرویو میں کہا کہ مضبوط عورت دکھانے کا مطلب خراب عورت ہوتا ہے۔

کیونکہ ہمارے معاشرے میں مار پیٹ برداشت کرنے والی عورت کو اچھا سمجھا جاتا ہے، ناظرین ایسی کہانیاں شوق سے دیکھتے ہیں جس کی وجہ سے ریٹنگ آتی ہے۔ سوشل میڈیا پر نئے ڈراما سیریز 'گناہ' میں رابعہ بٹ کی بطور پولیس افسر پر فارمنس کو کافی پسند کیا جا رہا ہے، رابعہ بٹ نے کہا کہ آج کل لوگ عورت کو مضبوط نہیں دیکھنا چاہتے، اسی لیے ڈراموں میں عورت کو پٹے ہوئے دکھایا جاتا ہے۔ ان کا کہنا تھا کہ ہمارے معاشرے میں مضبوط عورت کا تصور خراب عورت کا ہوتا ہے کیونکہ اچھی عورت صرف مار پیٹ برداشت کرتی ہے اور روتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ یہ معاشرے کا شروع سے حصہ ہے کہ اگر عورت اپنے حق کے لیے آواز



اٹھائے تو اسے برا سمجھا جاتا ہے۔ اداکارہ نے کہا ان مسائل پر اگر ڈائریکٹر کوئی کہانی تخلیق کرتے ہیں تو ان کہانیوں کو آڈینس قبول نہیں کرتی، آڈینس عورتوں کو مار پیٹ اور روتا ہوا دیکھنا چاہتی ہے جس کی وجہ سے ریٹنگ آتی ہے، اور پھر ظاہری بات ہے ڈائریکٹرز اور پروڈیوسرز بھی ایسے پروڈیکٹس بنانے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ رابعہ بٹ نے اپنے ڈراما سیریل 'گناہ' پر بات کرتے ہوئے کہا کہ 'گناہ میری زندگی کا ایسا واحد پروڈیکٹ ہے جس میں کام کرنے کے لیے میں نے ایک دن میں رضامندی ظاہر کر دی تھی۔ انہوں نے اپنے کردار کے حوالے سے بتایا کہ میں نے اپنے کردار کو اپنے آپ کو حقیقت میں پولیس افسر تصور کر کے نبھایا تھا۔ ڈرامہ سیریل 'گناہ' کو ناظرین کی جانب سے کافی پذیرائی دی جا رہی ہے، یہ ڈراما کرائم تھرلر پر مبنی ہے۔ 6 اقساط پر مبنی ڈرامے کی کاسٹ بھی شاندار ہے جس میں صبا قرمر، سرمد کھوسٹ، رابعہ بٹ، جگن کاظم اور دیگر شامل ہیں۔



ولی الدین
مطلب کی بات

ایک اندھے کا ہوا جو انتقال
خبر میں آتے ہی آیا یہ خیال
منکر نکیر سے کیا پہلا یہ سوال
جنت کی حوروں کا دو مجھ کو پتہ
جیتے جی نہ دیکھا کبھی حسن و جمال
یہ سن کر کہنا پڑا واہ رے من مو جی
”اندھے کو اندھیرے میں بڑی دور کی سو جی“

ریموٹ

شوہر پردیس میں ہوتا ہے اور بیوی دیس میں
اتنی دور سے ہوتا ہے رومانس بھلا کس اوت سے
جانے کیسے ہو رہا ہے پھر بھی بچوں میں اضافہ
ولی کیا یہ بھی کام ہونے لگا ہے اب ریموٹ سے

انکل

میں بھی بوڑھا ہو رہا ہوں ولی
ہو گیا اس کا احساس کل مجھے
جس شوخ و چنچل کے دیوانے تھے ہم
اس سینہ نے کہہ دیا انکل مجھے



اکبر حیدر آبادی
نظم

شاعر نے کہا
نظم لکھی ہے میں نے
پوشاک خیالات کی سی ہے میں نے
اک آب نئی سخن کو دی ہے میں نے
تاریکیوں میں روشنی کی ہے میں نے
تب نظم نے

آہ سرد بھر کے یہ کہا

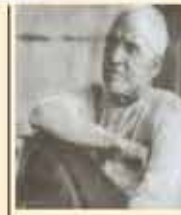
میں دست ہوس سے بھی گریزاں اب تک
تھی صورت بوئے گل پریشاں اب تک
لیکن یہ کیا کہ ہو گئی ہوں میں آج

الفاظ کے آواز کے پنجرے میں اسیر
پڑھنے والے کے ولولے کی محتاج



علی منظور حیدر آبادی
غزل

غم کا گماں یقین طرب سے بدل گیا
احساس عشق حسن کے سانچے میں ڈھل گیا
مجبور عشق چشم فسوں ساز سے ہوں میں
جادو مجھی پہ دوست کا چلنا تھا چل گیا
میں انتظار عید میں تھا عید آ گئی
ارمان دید دامن عشرت میں پل گیا
ہے برق جلوہ یاد مگر یہ نہیں ہے یاد
خرمن مرے غرور کا کس وقت جل گیا
پیمان عشق و حسن کی تجدید کے سوا
جو بھی خیال ذہن میں آیا نکل گیا
بڑھتے چلے ہیں آئے دن اسباب اضطراب
یادش بخیر آج کا وعدہ بھی ٹل گیا
منظور کس زباں سے بتوں کو برا کہیں
ایماں ہمارا کفر کے دامن میں پل گیا



اکبر حیدر آبادی
غزل

اصلیت اگر نہیں تو دھوکا ہی سہی
اللہ بہت نہیں تو تھوڑا ہی سہی
تسکین کی آخر کوئی صورت بھی تو ہو
رویت ممکن نہیں تو رویا ہی سہی



کم ظرف اگر دولت و زر پاتا ہے
مانند جناب ابھر کے اتر آتا ہے
کرتے ہیں ذرا سی بات پر فکر خسیں
تکا تھوڑی سی ہوا سے اڑ جاتا ہے



گرمی میں غم لبادہ نازیبا ہے
مستی میں خیال بادہ نازیبا ہے
کافی ہے ضرورت کے مطابق دنیا
دنیا حد سے زیادہ نازیبا ہے



سوہن راہی
غزل

اے خدا! اب شہر کی کن بستوں سے جاؤں میں
اتنے ہیں ظلم و ستم کیا کیا نظر میں لاؤں میں
میں بھٹک جاتا ہوں لمحوں کی حسیں تحریر سے
تو بتا اب تیرے در پر کس طرح سے آؤں میں
کتنے خوابوں کی وراثت میں ہوں الجھایا گیا
کس طرح سے ایک سچے خواب کو اب پاؤں میں
ایسا باندھا ہے تمہاری سوچ کی زنجیر نے
کھٹکناہٹ سے ہی جس کی گیت چنتا جاؤں میں
کیسے کر دوں نفی میں ترے ہر اک احساس کی
اپنی سانسوں کے درپچوں میں تجھے ہی پاؤں میں
اپنی یادوں کی صلیبوں سے مری آواز سن
اور کب تک اپنے جسم و جان کو تڑپاؤں میں
میری تہذیب سخن روشن ہے اُس کے نور سے
ہر جگہ راہی وہ ہی تو جس ڈگر بھی جاؤں میں



ڈاکٹر احمد علی برقی اعظمی
غزل

روٹھے جو بات بات پر کوئی اسے منائے کیوں
مفت میں اپنا عمر بھر خون جگر جلائے کیوں
اس کا اسے دوں کیا جواب جس نے کیا یہ میرا حال
مجھ سے وہ کہہ رہا ہے اب میری گلی میں آئے کیوں
دیکھ کے میرا حال زار کرتا ہے اب جو ہائے ہائے
اُس نے دل حزیں پہ پھر تیر نظر چلائے کیوں
منا نہیں ہے کیا کوئی میرے سوا کہیں اسے
جور و ستم کا وہ ہدف صرف مجھے بنائے کیوں
وعدہ حشر کر کے جو لیتا ہے میرا امتحان
آنا نہیں ہے جب اسے خواب میں میرے آئے کیوں
آخر ہر ایک بات کی ہوتی ہے کوئی ایک حد
برقی ہمیشہ ہاں میں ہاں اس کی سدا ملائے کیوں



حسن چشتی
غزل

دل ہی نہیں حزیں تو پھر خواب میں کوئی آئے کیوں
راہ طلب میں جو نہ ہو تیری گلی میں جائے کیوں
درد بھی ہے عروج پر رات بھی کچھ طویل ہے
ایسے میں نیند آئے کیوں یاد تری بھلائے کیوں
اُس کے فراق کی سزا اشکوں میں ڈھل کے رہ گئی
ایسے میں اُس کی بے رخی و حسد دل بڑھائے کیوں
ہم ہی چلے تھے چھوڑ کر محفل جان دوستان
اُن کی گلی کا راستہ کوئی ہمیں بتائے کیوں
تیری نگاہ ناز ہی ہو گئی بے نیاز جب
مطرب اقلبار پھر نغمہ شوق گائے کیوں
چھوڑ کے اُس کا آستان خود ہی تو در بدر ہوا
کاہے کو روئے ہے حسن کرتا ہے ہائے ہائے کیوں



آرزو کھنوی
غزل

وہ سر بام کب نہیں آتا
جب میں ہوتا ہوں تب نہیں آتا
بہر تسکین وہ کب نہیں آتا
اعتبار آہ اب نہیں آتا
چپ ہے شکوؤں کی ایک بند کتاب
اس سے کہنے کا ڈھب نہیں آتا
ان کے آگے بھی دل کو چین نہیں
بے ادب کو ادب نہیں آتا
رغم سے کم نہیں ہے اس کی ہنسی
جس کو رونا بھی اب نہیں آتا
منہ کو آ جاتا ہے جگر غم سے
اور گلہ تا بہ لب نہیں آتا
بھولی باتوں پہ تیری دل کو یقین
پہلے آتا تھا اب نہیں آتا
دکھ وہ دیتا ہے اس پہ ہے یہ حال
لینے جاتا ہوں جب نہیں آتا
آرزو بے اثر محبت چھوڑ
کیوں کرے کام جب نہیں آتا



On the lighter side....

The phlebotomist entered the hospital room to draw blood. Noticing an apple on the patient's nightstand, she remarked, "An apple a day keeps the doctor away."

"That's true," the patient replied. "I haven't seen a doctor in three days."

An artist asked the gallery owner if there had been any interest in her paintings that were on display. "Well, I have good news and bad news," the owner responded. "The good news is that a gentleman noticed your work and wondered if it would appreciate in value after your death. I told him it would and he bought all 10 of your paintings."

"That's wonderful," the artist exclaimed. "What's the bad news?"

"The gentleman was your doctor."

Hearing his wife as she sings, the husband says, "You know dear, when you sing like that I just wish you were on the radio."

The wife smiles and replies, "Wow honey, you think I am that good?"

"No, but at least that way I can change the station or turn it off."

A woman had bought lots of shoes over time and she decided it was time to kick the habit. She really took it seriously, even changing her driving route to avoid her favorite shoe store. One evening, however, she arrived home carrying a shoe box. Her husband grinned at her, but it didn't faze her at all.



"These are very special shoes," she explained. "I accidentally drove by the shoe store and there in the window were the most perfect shoes I've ever seen! I felt this was no accident, so I thought I'd let fate decide. If I would get a parking spot directly in front of the shop, the shoes were meant for me. And sure enough, the eighth time around the block, there it was!"

A ham and cheese sandwich walks into bar and asks for a drink.

Bartender says, "Sorry, we don't serve food here."

Father: What do you see in that boyfriend of yours?

Teen daughter: Well... he's reliable.

Father: He's always late picking you up!

Teen daughter: I know and I can always count on it. Remember when you had to sit in the front room with my dates until I was ready?

Father: Now that you mention it, I'm beginning to like this guy!

Patient: Doctor, doctor, I keep thinking I'm a dog.

Doctor: Lie down on the couch and I'll examine you.

Patient: I can't, I'm not allowed on the furniture.

A woman with a minor injury was at the hospital because her doctor said she wanted to take a closer look at it to make sure everything was all right. The woman's husband sits patiently in the waiting room.

After a few minutes, the doctor comes out and asks her assistant for a wrench, which understandably concerns the husband.

Then, after a couple more moments, the doctor re-enters the room, this time asking for a screwdriver. The husband grows worried and begins to pace in circles. Then, a little later, the doctor bursts through the doors screaming for a hammer and at that, the husband, in a state of frenzied fear, runs up and asks, "Doctor, what the heck is wrong with my wife?"

"I don't know," replies the flustered doctor, "I can't get my bag open!"

A woman had been talking on the phone for about half an hour, and then she hung up.

"Wow," said her husband, "that was short. You usually talk for two hours. What happened?"

"Wrong number," replied the wife.



Used Cars
Best
prices

Contact
Arshad Mateen
630-806-1581