

فروری ۲۰۲۲



آبدوز سازی کی طرف ایک اور قدم
دوسری ہنگامہ
کلاس آبدوز کی تیاری



نیوی لیگ سالانہ فیملی ڈنر

۵



سالانہ تقریب تقسیم انعامات -
بحریہ کالج اسلام آباد

۶

پنواور کرز میں تقسیم اسناد

۸



صدر پنوا کی سی پی اوزا سیلز اور
نیوی سویلینز کی ازواج سے ملاقات

۹

پی این سرگرمیاں



عسکری مشق الباتزہ - III

۲



اقراء یونیورسٹی کانووکیشن

۳



پاکستان نیوی ویلفیئر ہاؤسنگ سکیم
گھروں کی تعمیر کا افتتاح

۴

ABC سے تصدیق شدہ (Regn # 16(1381) /15-ABC)

جلد: ۳۶ شماره: ۹ فروری ۲۰۲۳

پیرن ان چیف

کوڈور سید رضوان خالد ستارہ امتیاز (ملٹری)، تمغہ بسالت

چیف ایڈیٹر

کمانڈر ذاکر حسین خان تمغہ امتیاز (ملٹری)

ایڈیٹر

لیفٹیننٹ کمانڈر رباب زہرا
لیفٹیننٹ کمانڈر عمیر سلطان

رپورٹس

لیفٹیننٹ کمانڈر صہیب سبحانی
سب لیفٹیننٹ حسنین زرداری

سب ایڈیٹر

فیاض احمد عباسی

گرافک ڈیزائنر

ماجد نواز

فوٹو گرافر

دلاور خان، تنویر احمد، بابر شہزاد
سید وقاص رضا، عثمان فاروق

شعبہ تعلقات عامہ - پاک بحریہ

فون: 051-20062799

فیکس: 051-20062364

magazinenavynews@gmail.com

قیمت نیوی نیوز: -/290 روپے

مارکیٹنگ اور اشتہارات: 051-20062799

نوٹ: نیوی نیوز میں شائع ہونے والی تحریروں میں بیان خیالات، حوالہ جات اور آراء مضمون نگاروں کے ذاتی ہوتے ہیں اور ضروری نہیں کہ وہ پاکستان نیوی یا نیوی نیوز کے ایڈیٹوریل بورڈ کی پالیسی کے عکاس ہوں۔ نیوی نیوز کا ایڈیٹوریل بورڈ شمارے میں شائع شدہ اشتہارات کے غیر حتمی ہونے کا ذمہ دار نہیں ہے۔

بحریہ کالج نیچنگ کمیٹی کا اجلاس /
۵ فروری۔ یوم بچکتی کشمیر

۱۹

کونسل کمانڈ شمشاہی سیفٹی ریویو
اور سیفٹی سیمینار / لیکچر۔ بچوں میں گینگس کا زیادہ
استعمال اور اس کی خوبیاں و خامیاں

۱۳



بیگم چیف آف دی نیول سٹاف کا دورہ پٹوکار ساز

۱۰

سینٹرل پنجاب کمانڈ اوپن فورم /
ڈاکٹریٹ میں جدید پورٹل کرین کی تنصیب

۱۵

سائبر سیکیورٹی ورکشاپ

۱۱



یوم تجدید عہد۔ 23 مارچ



یوم والدین۔ بحریہ کالج کراچی

۱۶



فارمز کلب کا افتتاح

۱۲



رمضان المبارک۔ رحمت،
مغفرت، نجات اور نزول قرآن کا مہینہ

پی این وار کالج میں انفارمیشن آپریشنز ورکشاپ کا انعقاد

۱۷

لیفٹیننٹ محمد اولیس شاہ بخاری

۲۲

آل کراچی انٹرسکول سپورٹس ٹورنامنٹس اور ہفتہ طلبہ /
سالانہ سپورٹس ڈے۔ بحریہ کالج اینٹکر تاج

۱۸



سائبر مشق کا انعقاد / بحریہ کالج کے طلبہ کا اعزاز

۱۳

ڈاکٹر سیدہ صدف اکبر

۲۱

مضمون



دشمنوں پر فضا میں عقابی نگاہ عسکری مشق البائزہ-III



گنز کے ذریعے ڈرون کو کامیابی سے نشانہ بنایا۔ اعلیٰ پیمانے پر دراندہ کارکردگی پر چیف آف دی آرمی اسٹاف اور دیگر فوجی حکام نے پاک بحریہ ایئر ڈیفنس ٹائلین کو نقد انعام اور مشق میں شریک افسروں اور جوانوں کو خصوصی شیلڈ و اسناد سے نوازا۔ پاک بحریہ کی 123 ایئر ڈیفنس ٹائلین کریکس ابریا کے فضائی حدود کی محافظ ہے۔ اس ٹائلین کا مقصد دشمن کے حملے کو ناکام بنانے کے ساتھ ساتھ دشمن کی فضائی حرکت پر نگاہ رکھنا ہے۔

بھی حصہ لیا۔ مشق کے دوران دونوں افواج نے مختلف گنز سے فائر کیے اور مختلف میزائل سسٹمز کا استعمال کیا۔ البائزہ-III کی اختتامی تقریب سوئیڈی ایئر ڈیفنس فائرنگ رینجرز پر منعقد ہوئی جس میں چیف آف دی آرمی اسٹاف نے مشق کا معائنہ کرتے ہوئے تمام افسران اور جوانوں کی جنگی مشق میں شمولیت پر تعریف کی۔ انہوں نے پاک بحریہ کی 123 ایئر ڈیفنس ٹائلین کی پیشہ ورانہ صلاحیتوں کو سراہا۔ پاک بحریہ کی اس ٹائلین نے بری فوج کے نشانہ نشانہ اپنے اہداف کو کامیابی کے ساتھ نشانہ بنایا اور 137 ایم ایم

پاکستان آرمی ایئر ڈیفنس کی تربیتی مشق البائزہ-III کا انعقاد کیا گیا۔ مشق کے آخری دن جنگی صلاحیتوں کے مظاہروں کو چیف آف دی آرمی اسٹاف نے دیکھا۔ اس موقع پر کمانڈر کوسٹ و آس ایڈمرل راجہ رب نواز اور کمانڈر آرمی ایئر ڈیفنس کمانڈ لیفٹیننٹ جنرل محمد ظفر اقبال بھی موجود تھے۔ اس جنگی مشق کو نبی کریم ﷺ کے زیر استعمال کمان کے نام البائزہ سے موسوم کیا گیا۔ البائزہ-III جنگی مشقوں میں پاکستان کی بری فوج کی ایئر ڈیفنس یونٹس کے ساتھ ساتھ پاکستان نیوی کی 123 ایئر ڈیفنس ٹائلین نے



اقراء یونیورسٹی کانوویشن

فروغ میں یونیورسٹی کے کردار کو سراہا۔
وائس چانسلر اقراء یونیورسٹی نصر اکرام نے کانوویشن کے دوران
یونیورسٹی کے علمی کردار اور کامیابیوں پر روشنی ڈالی۔
ماہرین تعلیم، صنعت کے ماہرین، پروفیسرز، ڈاکٹرز، لیکچرارز،
ڈائریکٹرز، فارغ التحصیل طلباء و طالبات کے والدین اور فیکلٹی
ممبران نے بھی تقریب میں شرکت کی۔

مبارکبادی اور اس بات پر زور دیا کہ گریجویٹس کو اپنی مستقبل کی ذمہ
داریوں میں پیشہ ورانہ مہارت کو اپنانا چاہیے۔ انہوں نے مزید کہا
ہے کہ تعلیم یافتہ نوجوان پاکستان کا سب سے قیمتی اثاثہ ہیں اور اس
ملک کا مستقبل بھی ہیں۔ نیول چیف نے ملک کو چیلنجز سے نکلنے
اور روشن مستقبل کو یقینی بنانے کے سلسلے میں نوجوانوں کی صلاحیتوں
پر اعتماد کا اظہار کیا۔ انہوں نے ملک میں اعلیٰ اور معیاری تعلیم کے

اقراء یونیورسٹی کے 21 ویں کانوویشن کا انعقاد کراچی میں کیا
گیا۔ کانوویشن کے مہمان خصوصی چیف آف دی نیول اسٹاف
ایڈمرل نوید اشرف تھے۔ گورنر سندھ کامران ٹیسوری نے اقراء
یونیورسٹی کے سرپرست کی حیثیت سے کانوویشن کی صدارت کی۔
تقریب سے خطاب کرتے ہوئے نیول چیف نے ڈگری اور گولڈ
میڈل حاصل کرنے والے گریجویٹس اور ان کے والدین کو



پاکستان نیوی ویلفیئر ہاؤسنگ سکیم — گھروں کی تعمیر کا افتتاح —



پاکستان نیوی ویلفیئر ہاؤسنگ سکیم بن قاسم کراچی پاک بحریہ کی ایک فلاحی سکیم ہے جس کے تحت پاک بحریہ کے آفیسرز، سی پی او، ایلرز اور نیوی سوبیلینز کو بعد از ریٹائرمنٹ گھر کم قیمت پر فراہم کیے جاتے ہیں۔ اس سکیم کے تحت شہداء کے ورثاء کو یقیناً جات کے استثنیٰ کے ساتھ گھر دیئے جاتے ہیں۔ اس سکیم میں 301 مزید گھروں کی تعمیر کی افتتاحی تقریب گزشتہ دنوں منعقد ہوئی جس کے مہمان خصوصی پاک بحریہ کے سربراہ ایڈمرل نوید اشرف تھے۔ دوران تقریب کراچی میں موجود ایڈمن اٹھارڈیز اور سینئر آفیسرز بھی موجود تھے۔ ڈپٹی چیف

آف نیول اسٹاف (ویلفیئر اینڈ ہاؤسنگ) ریٹائر ایڈمرل عامر محمود نے مہمانوں کو خوش آمدید کہا۔ یہاں یہ امر قابل ذکر ہے کہ ان گھروں کی تعمیر کے بعد سیکٹر 2 میں تعمیر کا کام مکمل ہو جائے گا۔ سیکٹر 3 اور 4 کی ڈویلپمنٹ اور گھروں کی تعمیر کا مسودہ تیار کر لیا گیا ہے جو کہ عنقریب منظور ہو جائے گا جبکہ سیکٹر 5 سے 8 میں دور جدید کے تقاضوں کے ہم آہنگ فلیٹس کی ڈیزائننگ اور تعمیر کی منظوری دے دی گئی ہے۔



نیوی لیگ سالانہ فیملی ڈنر

نیوی لیگ سالانہ ڈنر کا انعقاد اسلام آباد میں کیا گیا۔ اس فیملی ڈنر میں نیوی لیگ کے ممبران، پاک بحریہ کے سابق سربراہان، چیف آف دی نیول اسٹاف، وائس چیف آف دی نیول اسٹاف اور پاک بحریہ کے اعلیٰ افسران نے فیملی کے ہمراہ شرکت کی۔

نیوی لیگ ایک ایسی تنظیم ہے جو پاک بحریہ کے ریٹائرڈ افسران پر مشتمل ہے اور اپنے ممبران کے مشترکہ مفادات کے حصول کے لیے کوشاں رہتی ہے۔ نیوی لیگ سالانہ فیملی ڈنر میں شریک افسران اور بیگمات نے اس سرگرمی کو ایک خوشگوار تجربہ قرار دیا اور اپنے اپنے ہم عصروں کے ساتھ پرانی یادوں کو تازہ کیا۔ تقریب کے دوران پاک بحریہ کی آپریشنل صلاحیتوں پر روشنی ڈالی گئی اور خطے کی موجودہ میری نام صورت حال اور تبدیلیوں پر بھی تبادلہ خیال کیا گیا۔





سالانہ تقریب تقسیم انعامات - بحریہ کالج اسلام آباد



”معیاری تعلیم کی فراہمی کے ساتھ ساتھ کردار سازی، طرز عمل اور بہترین شہری ہونے کے احساس کو طلبہ میں اُجاگر کرنا نہایت ہی اہم ہے“
امیر البحر

بحریہ کالج اسلام آباد کی سالانہ تقریب تقسیم انعامات کا انعقاد گزشتہ دنوں کیا گیا۔ تقریب کے مہمان خصوصی پاک بحریہ کے سربراہ ایڈمرل نوید اشرف تھے۔

تقریب سے خطاب کرتے ہوئے نیول چیف نے کہا کہ تعلیمی اداروں میں تعلیم کے فروغ کے ساتھ ساتھ کردار سازی، اسلوب اور اچھے شہری کی خصوصیات کو طلبہ کی شخصیت کا حصہ بنانا نہایت اہم ہے۔ انہوں نے اساتذہ پر زور دیا کہ وہ طلبہ کی لگی شخصیت سازی کو بنیادی اہمیت دیں۔ نیول چیف نے طلبہ کو مخاطب کرتے ہوئے انہیں ہدایت کی کہ وہ تعلیم کے علاوہ اخلاقی و سماجی اقدار کے حصول پر خصوصی توجہ دیں تاکہ معاشرے کے بہترین شہری بن سکیں۔

سربراہ پاک بحریہ نے غیر معمولی کارکردگی کا مظاہرہ کرنے والے طلباء و طالبات کو مبارک باد پیش کی اور ان کی نصابی ہم نصابی اور غیر نصابی کامیابیوں کو سراہا۔ انہوں نے معیاری تعلیم کے فروغ میں بحریہ کالج اور بحریہ اسپیشل چلڈرن کالج کے کردار کو سراہا۔ قبل ازیں، پرنسپل بحریہ کالج اسلام آباد کو ڈور عامر شہید ملک نے کالج کی کارکردگی پر مئی سالانہ رپورٹ پیش کی۔





پنوا ورکرز میں تقسیم اسناد

پنوا کے عملے کا کردار نہایت ہی اہم ہے۔ پنوا کے عملے کی محنت اور لگن کی بدولت ہی پنوا کے اغراض و مقاصد کا حصول ممکن ہوتا ہے۔ شرکاء کو مخاطب کرتے ہوئے صدر پنوا نے کہا کہ مجھے اُمید ہے کہ مستقبل میں بھی آپ لوگ اسی جوش و جذبے کے ساتھ اپنے فرائض کی ادائیگی اور پنوا کی کامیابی و کامرانی کے لیے کوشاں رہیں گے۔

خصوصی تقریب کا انعقاد کیا گیا جس کے دوران پنوا ورکرز میں حوصلہ افزائی اسناد تقسیم کی گئیں۔ تقریب کی مہمان خصوصی صدر پنوا، بیگم فوزیہ نوید تھیں۔ تقریب میں سینئر پنوا ممبران سمیت خواتین کی کثیر تعداد نے شرکت کی۔ صدر پنوا نے تقریب سے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ پنوا کی کامیابی

پاکستان نیوی و بین الاقوامی ایسوسی ایشن (پنوا) پاک بحریہ کی ایک فلاحی تنظیم ہے جو پاک بحریہ کے اہل خانہ خصوصاً خواتین کی فلاح و بہبود کے لیے سرگرم عمل ہے۔ پنوا منصوبوں کی کامیابی اور پنوا مشن کی تکمیل میں پنوا ورکرز کی فرض شناسی، لگن اور جذبے کا کلیدی کردار ہے۔ پنوا ورکرز کی محنت اور کوششوں کو سراہنے کے لیے اسلام آباد میں ایک





صدر پنوا کی سی پی اوزا سیلرز اور نیوی سویلینز کی ازواج سے ملاقات

کیا۔ سوال و جواب سیشن کے دوران شرکاء کے سوالوں کے تفصیلی جواب دیئے گئے۔ بیگم چیف آف دی نیول اسٹاف نے مختلف مسائل کے حل کے لیے احکامات جاری کیے اور شرکاء کو یقین دلایا کہ قوانین کی روشنی میں ان کے تمام مسائل کا حل تلاش کیا جائے گا۔ خواتین کی جانب سے اس تقریب کے انعقاد پر صدر پنوا کا شکریہ ادا کیا گیا۔

صدر پنوا، بیگم فوزیہ نوید نے نیول ریڈیٹیشنل کمپلیکس اسلام آباد میں سی پی اوزا سیلرز اور نیوی سویلینز کی ازواج سے ملاقات کی۔ اس موقع پر سینئر افسران کی بیگمات اور ہیڈ کوارٹر کمانڈر کی نمائندہ افسران بھی موجود تھیں۔ سی پی اوزا سیلرز اور نیوی سویلینز کی ازواج نے مختلف مسائل کو اجاگر





بیگم چیف آف دی نیول سٹاف کا دورہ پنوا کارساز

کارگردگی کو سراہا۔ تھرٹ شاپ کارساز، پنوا کلاتھ ایسٹونگ سینٹر، لیڈیز جم اور پنوا ڈے کیئر سینٹر کے دورے کے دوران فراہم کی جانے سہولیات، خدمات اور عملے کی کاوشوں کی تعریف کی۔ آپ نے پنوا کوری ایسٹن میں رکھی جانے والی پنوا انڈسٹریل ہومز کی مصنوعات کو معیاری اور جدید تقاضوں سے ہم آہنگ قرار دیا۔

جانے والے کورسز کا جائزہ لیا اور نیول ہیڈ کوارٹرز کی ہدایات کے تحت اسلامی تعلیم کے فروغ پر زور دیا۔ انڈسٹریل ہومز حنیف ایس آرای کے دورے کے دوران آپ نے یہاں تیار کی جانے والی مصنوعات کا معائنہ کیا اور پنوا کے عملے سے ملاقات کی۔ بیگم چیف آف دی نیول اسٹاف نے ایس ڈبلیو ایف مشین کے کام کا بھی مشاہدہ کیا اور وہاں بنائی جانے والی مصنوعات کے معیار اور ہنرمندوں کی

بیگم چیف آف دی نیول سٹاف، بیگم فوزیہ نوید نے کارساز کراچی میں قائم پنوا کے مختلف اداروں کا دورہ کیا۔ دورے کے دوران آپ نے قرآن سینٹر، انڈسٹریل ہوم، تھرٹ شاپ، پنوا کلاتھ ایسٹونگ سینٹر، لیڈیز جم، پنوا کوری ایسٹن اور پنوا ڈے کیئر سینٹر کا دورہ کیا اور وہاں دستیاب سہولیات کا جائزہ لیا۔ بیگم چیف آف دی نیول سٹاف نے قرآن سینٹر کارساز میں کرائے





سائبرسیکیورٹی ورکشاپ

سائبرسیکیورٹی سے متعلق آگہی کے فروغ کے لیے نیول ریڈیٹیل کمپلیکس اسلام آباد میں سائبرسیکیورٹی ورکشاپ کا انعقاد کیا گیا۔ ورکشاپ کی مہمان خصوصی بیگم چیف آف دی نیول سٹاف، بیگم فوزیہ نوید تھیں۔ ورکشاپ میں سینئر آفیسرز اور ہنواؤ کلب ممبران سمیت خواتین کی کثیر تعداد نے شرکت کی۔ سائبرسیکیورٹی ورکشاپ کے دوران شرکاء کو سائبرسیکیورٹی چیلنجز اور خطرات سے آگاہ کیا گیا۔ قیمتی دستاویزات، معلومات اور تصاویر کو محفوظ بنانے کے لیے ضروری اقدامات کے بارے میں بھی بتایا گیا۔ انٹرنیٹ اور موبائل فون کے استعمال کے دوران احتیاطی تدابیر پر بھی روشنی ڈالی گئی۔

بیگم چیف آف دی نیول سٹاف نے سائبرسیکیورٹی ورکشاپ کے انعقاد کو سراہا اور سائبرسیکیورٹی کو ہر صورت یقینی بنانے کی ہدایت کی۔





فارمز کلب کا افتتاح

فارمز کلب کا دورہ کیا اور دستیاب کی جانے والی سہولیات کی تعریف کی۔ یہ کلب پی این فارمز کے رہائشیوں کی صحت اور جسمانی تندرستی کو قائم رکھنے میں اہم کردار ادا کرے گا۔

فوزیہ نوید تھیں۔ اس موقع پر پاک بحریہ کے سینئر افسران اور ان کی بیگمات بھی موجود تھیں۔ افتتاح کے بعد چیف آف دی نیول اسٹاف نے

پی این فارمز بہارہ کھو اسلام آباد میں فارمز کلب کا افتتاح کیا گیا۔ افتتاحی تقریب کے مہمان خصوصی پاک بحریہ کے سربراہ ایڈمرل نوید اشرف اور بیگم چیف آف دی نیول اسٹاف بیگم



سائبر مشق کا انعقاد



ٹرائی سرورسز سائبر مشق کا انعقاد، ملٹری کالج آف سگنلز راولپنڈی میں کیا گیا۔ مشق کے مہمان خصوصی وائس چیف آف نیول اسٹاف، وائس ایڈمرل اولیس احمد بلگرامی تھے۔ سائبر مشق میں تینوں مسلح افواج کے افسران نے شرکت کی اور انفارمیشن ٹیکنالوجی کے متعلق مقامی طور پر تیار کردہ پراڈکٹس اور طریقہ کار پیش کیے۔

وائس چیف آف نیول اسٹاف نے اظہار خیال کرتے ہوئے کہا کہ موجودہ دور میں قومی راز کی حفاظت کے لیے سائبر سیکورٹی نہایت ہی اہمیت کی حامل ہے۔ انہوں نے مسلح افواج کے افسران کی تکنیکی صلاحیتوں کی تعریف کی جس سے وہ انفارمیشن ٹیکنالوجی اور سافٹ ویئر پر مبنی سروسز کی مقامی سطح پر تیاری اور اس کی درآمد سے ملکی ترقی میں کلیدی کردار ادا کر سکتے ہیں۔

بحریہ کالج کے طلبہ کا اعزاز



پاک بحریہ کے بحریہ کالج کے طلباء و طالبات تعلیمی میدان کے ساتھ ساتھ ہم نصابی اور غیر نصابی سرگرمیوں میں بھی غیر معمولی کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ اس سلسلے میں بحریہ کالج اسلام آباد کی کلاس دہم کی طالبہ کلثوم بختیار نے فیڈرل بورڈ کے تحت یوم کشمیر کے حوالے سے منعقدہ تقریری مقابلے میں حصہ لیا اور کلاس دہم کیمپری میں اول پوزیشن حاصل کی۔

بحریہ کالج اسلام آباد کلاس دہم کے طالب علم محمد اوصاف نے پاکستان اسپورٹس بورڈ کے زیر اہتمام منعقدہ پہلے نیشنل اسپورٹس گیمز کے آٹھویں مقابلے میں گولڈ میڈل حاصل کیا۔ طلبہ کی یہ کامیابی اساتذہ، انسٹرکٹرز اور کالج انتظامیہ کی کاوشوں کا مظہر ہے۔

کوسٹل کمانڈ ششماہی سیفٹی ریویو اور سیفٹی سیمینار



جانب سے سیفٹی سے متعلق مقالہ جات پیش کئے گئے۔ اپنے اختتامی کلمات میں مہمان خصوصی نے حفاظتی کلچر اور اصولوں پر عمل پیرا ہونے کی اہمیت پر روشنی ڈالی۔ انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ قیمتی انسانی جانوں اور اثاثہ جات کی سیفٹی اولین ترجیح ہونی چاہئے اور کمانڈ کے ہر فرد کو کام کی جگہ کو محفوظ بنانے میں اپنے کردار کی اہمیت کو سمجھنا چاہیے۔

کے اس طرز کے سیفٹی واقعات سے حاصل کئے جانے والے اسباق کو بھی شامل کیا گیا جن کی مثال کوسٹل کمانڈ پر بھی لاگو ہو سکتی ہے۔ مزید برآں، اہم حفاظتی مسائل اور رجحانات کا تجزیہ پیش کیا گیا تاکہ حادثوں کی اصل وجہ کا تعین کرنے کے ساتھ ساتھ مستقبل میں بچاؤ کے لیے اصلاحات کا تعین بھی کیا جاسکے۔ کوسٹل کمانڈ ششماہی سیفٹی سیمینار کا مقصد مختلف حفاظتی پہلوؤں اور ضوابط پر روشنی ڈالنا تھا۔ سیمینار میں فیلڈ کمانڈز کے مختلف پینلز کی

کوسٹل کمانڈ ششماہی سیفٹی ریویو اور سیفٹی سیمینار کا انعقاد پی این ڈاکیارڈ آڈیٹوریم میں کیا گیا۔ تقریب کے مہمان خصوصی کمانڈر جناح نیول بیس، کموڈور مصباح الامین تھے۔

سیفٹی ریویو کے دوران یکم جنوری 2023 سے 30 جون 2023 تک پیش آنے والے منتخب شدہ سیفٹی واقعات کا جائزہ لیا گیا اور پچھلے سیفٹی ریویو کی سفارشات پر ہونے والی پیش رفت کی رپورٹ پیش کی گئی۔ اس کے علاوہ، حفاظتی کلچر کو فروغ دینے کے لیے دیگر کمانڈز

لیکچر۔ بچوں میں گیجٹس کا زیادہ استعمال اور اس کی خوبیاں و خامیاں



خصوصی نے لیکچر کے انعقاد کو سراہا اور اس طرز کی سرگرمیوں کے انعقاد پر زور دیا۔

رہائشیوں کے لیے "بچوں میں گیجٹس کا زیادہ استعمال اور اس کی خوبیاں و خامیاں" پر لیکچر کا اہتمام کیا گیا۔ اس تقریب میں بیگم کمانڈر لاجپٹکس نے بحیثیت مہمان خصوصی شرکت کی۔ مہمان

لاجپٹکس کمانڈ اپنے آفیسرز، سی پی او / سبڈور اور نیوی سویلیٹری کی فلاح و بہبود اور شعور آگہی کے فروغ کے لیے ہمیشہ پیش پیش رہتی ہے۔ اس مقصد کے حصول کے لیے کریم این سی آرای لیاری کے

سینٹرل پنجاب کمانڈ اوپن فورم



اقدامات اٹھائے جائیں گے۔ کمانڈر سینٹرل پنجاب نے خلوص نیت اور لگن کے ساتھ کام کرنے اور عسکری و پیشہ ورانہ مہارت کو مزید بہتر بنانے پر زور دیا۔

ان عقائد کے اغراض مقاصد بیان کیے اور ایجنڈا پوائنٹ پیش کیے۔ اوپن فورم سے خطاب کرتے ہوئے کمانڈر سینٹرل پنجاب نے سیفٹی، سیکورٹی اور نظم و ضبط کی اہمیت کو عیاں کیا۔ انہوں نے کہا کہ سروس سے متعلق اجتماعی مسائل کے حل کے لیے ہر ممکن

سینٹرل پنجاب کمانڈ اوپن فورم کا انعقاد پاکستان نیوی وار کالج لاہور میں کیا گیا۔ اوپن فورم کے مہمان خصوصی کمانڈر سینٹرل پنجاب ریئر ایڈمرل اظہر محمود تھے۔ اوپن فورم کے آغاز میں سٹاف آفیسر (ویلفیئر) نے اوپن فورم کے

ڈاکٹریٹ میں جدید پورٹل کرین کی تنصیب



ڈپٹی چیفنگ ڈائریکٹرز نے شرکت کی۔ تقریب کے دوران شرکاء کو کرین کی خصوصیات اور صلاحیتوں سے آگاہ کیا۔ ٹیرس کرین 60 میٹر کے فاصلے تک 25 ٹن وزن پہنچانے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ ٹیرس کرین کے ذریعے برتھ پر تیسرے جہاز تک با آسانی سامان کی پہنچایا جاسکتا ہے۔ اس سے جہازوں پر نہ صرف بروقت سامان کی ترسیل ممکن ہو سکے گی بلکہ ان کی برتھ شفٹنگ میں کمی آئے گی۔

پورٹ آپریشن میں سامان کی بروقت اور باحفاظت ترسیل کے لئے مناسب صلاحیت کی پورٹل کرینز کی موجودگی لازم ہے۔ اس ضمن میں پی این ڈاکٹریٹ کراچی میں جدید پورٹل کرین کو نصب کیا گیا۔ کرین کا افتتاح چیفنگ ڈائریکٹر ڈاکٹریٹ ریئر ایڈمرل مظہر محمود ملک نے کیا۔ تقریب میں آفیسرز، جہازوں کے کمانڈنگ آفیسرز اور ڈاکٹریٹ کے

یوم والدین۔ بحریہ کالج کراچی



بحریہ کالج کراچی کے یوم والدین کی تقریب کا انعقاد گذشتہ دنوں کیا گیا۔

تقریب کے مہمان خصوصی کمانڈر کراچی ریئر ایڈمرل محمد سلیم تھے۔

مہمان خصوصی نے انعامات حاصل کرنے والے طلباء اور اساتذہ کو مبارک باد پیش کی۔ انہوں نے کراچی کے بہترین کالج کا درجہ حاصل کرنے پر کالج انتظامیہ کو مبارک باد پیش کی۔ مہمان خصوصی نے طلبہ کی لگن اور محنت کو سراہا اور غیر نصابی سرگرمیوں کی افادیت پر روشنی ڈالی۔

تقریب کے اختتام پر مہمان خصوصی نے تعلیمی میدان میں اعلیٰ

کارکردگی کا مظاہرہ کرنے والے طلباء و طالبات میں انعامات تقسیم

کیے۔ اقر اعظیم کو سال کی بہترین طالبہ جبکہ سیدہ ماریہ احمد اور محمد

شرجیل کو سال کے بہترین کھلاڑی کے اعزاز سے نوازا گیا۔ کھیلوں

میں مک کارٹھافیاں جناح اور سرسید ہاؤس نے حاصل کیں جبکہ چیئر مین

بی او جی ٹرائی کا حق دار بھی سرسید ہاؤس قرار پایا۔ بہترین مشترکہ

نصابی اور غیر نصابی سرگرمیوں کی کارکردگی پر جناح ہاؤس کو چیف

آف دی نیول اسٹاف ٹرائی سے نوازا گیا۔

کالج کے پرنسپل کیپٹن مرغوب احمد نے خطبہء استقبالیہ کے دوران

کالج کی کامیابیوں پر روشنی ڈالی۔

یوم والدین کی تقریب کے دوران طلباء و طالبات نے پی ٹی ڈسپلے،

رسہ کشی، جمناسٹک، بٹر فلائی ریس اور ریلے ریس جیسی سرگرمیوں

میں حصہ لے کر اپنی صلاحیتوں کا مظاہرہ کیا۔ علاوہ ازیں والدین کی

ریس میں بھی بڑی تعداد میں حصہ لیتے ہوئے شرکاء نے اپنے جوش و

خروش کا مظاہرہ کیا۔





پی این وار کالج میں انفارمیشن آپریشنز ورکشاپ کا انعقاد

ذہن سازی، نظریات اور خیالات میں تبدیلی، نئے نظریات متعارف کروانے کے مختلف پہلوؤں کو اجاگر کیا گیا اور قومی سلامتی کے معاملات میں ذرائع ابلاغ کے درست استعمال کے متعلق آگہی فراہم کی گئی۔ ورکشاپ کے دوران ڈائریکٹریٹ جنرل پبلک ریلیشنز (نیوی) کے افسران کی جانب سے مختلف سرگرمیاں بھی منعقد کی گئیں جن کا مقصد کورس کے شرکاء کو میڈیا سے بات چیت کے دوران مد نظر رکھے جانے والے عوامل سے آگاہی اور تربیت دینا تھا۔

ورکشاپ کے پہلے دن کورس کے شرکاء کو مختلف ٹیلی ویژن چینلز کا دورہ کروایا گیا۔ ورکشاپ کے دوسرے مرحلے میں ماہرین ابلاغ نے مختلف موضوعات پر لیکچرز دیئے۔ ان لیکچرز کا مقصد ورکشاپ کے شرکاء کو دور حاضر میں انفارمیشن آپریشنز کے لیے مختلف ذرائع ابلاغ کے استعمال سے آگاہ کرنا اور مختلف طریقوں سے موصول ہونے والی معلومات کے پیچھے کارفرما عوامل اور مقاصد کا تجزیہ کرنے کی صلاحیت سے ایس کرنا تھا۔ ان لیکچرز کے دوران انفارمیشن آپریشنز کے ذریعے

پاکستان نیوی وار کالج لاہور میں انفارمیشن آپریشنز ورکشاپ کا انعقاد کیا گیا جس کا مقصد 53 ویں اسٹاف کورس کے شرکاء اور لاہور کی مختلف جامعات میں زیر تعلیم ابلاغ کے طلبہ کو مختلف ذرائع ابلاغ کے کردار، ذمہ داریوں اور آپریشنز کے علاوہ ان کی استعداد کے حوالے سے آگہی فراہم کرنا تھا۔ ورکشاپ کی افتتاحی تقریب میں ڈپٹی کمانڈنٹ پاکستان نیوی وار کالج کموڈور احسان احمد خان نے ورکشاپ کے اغراض و مقاصد پر روشنی ڈالی۔



آل کراچی انٹرسکول سپورٹس ٹورنامنٹس اور ہفتہ طلبہ



بورڈ آف سیکنڈری ایجوکیشن کراچی کے زیر اہتمام آل کراچی انٹرسکول سپورٹس ٹورنامنٹس اور ہفتہ طلبہ کا انعقاد کیا گیا۔ کراچی کے دیگر سکولز کے طلبہ کے ساتھ ساتھ بحریہ کالج جرنی این ای ٹی کے طلبہ نے بھی ان مقابلوں میں حصہ لیا۔ طلباء و طالبات نے غیر معمولی کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہوئے کامیابیاں حاصل کیں۔

مجید-۱ کیپس کے طلباء نے دوسری پوزیشن حاصل کی۔ آل کراچی انٹرسکول سپورٹس ٹورنامنٹس اور ہفتہ طلبہ کی تقسیم انعامات کی تقریب کے دوران طلباء و طالبات کو اسناد اور شیلڈز سے نوازا گیا۔

مجید-۱ کیپس نے دوسری پوزیشن حاصل کی۔ بیڈمنٹن ٹورنامنٹ میں بحریہ کالج مجید-۱ کیپس کی پہلی اور بحریہ کالج مجید-۱ کیپس کی طالبات نے پہلی اور بحریہ کالج

سالانہ سپورٹس ڈے۔ بحریہ کالج اینٹرنیج



بحریہ کالج اینٹرنیج، نیول اینٹرنیج اسلام آباد کے سالانہ سپورٹس ڈے کا انعقاد کیا گیا۔ تقریب کے مہمان خصوصی کموڈور عباس نقوی تھے۔ سپورٹس ڈے کے موقع پر طلباء و طالبات نے اپنی صلاحیتوں کا بھرپور مظاہرہ کیا۔ اس موقع پر کراچی کیپٹن کی قیادت میں مارچ پاسٹ کا مظاہرہ کیا گیا۔ موٹیوسوری، پرائمری اور سیکنڈری ونگ کے طلبہ نے مختلف جسمانی مہارتوں کا مظاہرہ کیا۔ خواتین اساتذہ کی ریس، اسٹیبل ونگ کی ریس، رسد کشی کے مقابلے بھی سپورٹس ڈے کا حصہ تھے۔ سپورٹس ڈے کے اختتام پر طلبہ میں انعامات تقسیم کیے گئے۔ امیر النساء بہترین اٹھلیٹ قرار پائی۔ جناح ہاؤس نے چیمپئن ہاؤس کا اعزاز حاصل کیا۔

بحریہ کا لجز نیچنگ کمیٹی کا اجلاس



بحریہ کا لجز نیچنگ کمیٹی کا 38 واں اجلاس حال ہی میں منعقد ہوا جس کی صدارت کمانڈر کراچی ریئر ایڈمرل محمد سلیم نے کی۔ اجلاس میں کمیٹی ممبران اور دوسری کمانڈ کے نمائندوں نے شرکت کی۔ کمانڈر کراچی نے بحریہ کا لجز کے معیار اور کارکردگی کو بہتر بنانے کی کاوشوں کو سراہا۔ بعد ازاں بہترین اساتذہ میں انعامی رقم اور اسناد تقسیم کی گئیں جن میں بحریہ کا لجز این او آری ون سے تین، بحریہ کا لجز کارساز سے دو اور بحریہ کا لجز این ای ٹی سے چار اساتذہ شامل تھے۔ کمانڈر کراچی نے غیر معمولی کارکردگی کا مظاہرہ کرنے والے اساتذہ کو مبارک باد دی اور ان کی محنت اور جذبے کو سراہا۔ اس موقع پر کمانڈر کراچی نے اخلاقی تربیت اور کردار سازی کی اہمیت پر زور دیا اور اساتذہ کو مثالی اور قابل تقلید شخصیت بننے کی ہدایت کی۔

۵ فروری - یوم یکجہتی کشمیر



ملک بھر میں 5 فروری کا دن یوم یکجہتی کشمیر کے طور پر منایا جاتا ہے۔ اس دن بھارتی مقبوضہ کشمیر کے مظلوم مسلمان کی جدوجہد آزادی کے ساتھ اظہار یکجہتی کیا جاتا ہے۔ اس سلسلے میں پی این ڈاکٹریڈ کراچی میں شہدائے کشمیر کو خراج تحسین پیش کرنے اور کشمیری مسلمانوں کے ساتھ اظہار یکجہتی کے لیے ایک تقریب منعقد کی گی۔ تقریب میں نیچنگ ڈائریکٹر ڈاکٹریڈ، ریئر ایڈمرل مظہر محمود ملک نے بطور مہمان خصوصی شرکت کی اور اس دن کی اہمیت پر روشنی ڈالی۔ انہوں نے واضح کیا کہ کشمیر کے مسئلہ کو مسلسل اُجاگر رکھنے کے لیے 5 فروری کا دن ہم اپنے کشمیری بھائیوں کے ساتھ یوم یکجہتی کے طور پر مناتے ہیں اور یہ دن ہمیں اپنے اس فرض کی یاد دہانی کراتا ہے کہ ہم اپنے کشمیری بھائیوں کی لازوال قربانیوں کو یاد رکھیں اور کشمیر کے پرامن اور منصفانہ حل کے لیے ان کی اخلاقی اور سفارتی حمایت جاری رکھیں۔ مہمان خصوصی نے ہندوستانی قانون کے آرٹیکل 35-A اور 370 کے تحت میسر بنیادی حقوق کی پامالی کا خصوصی ذکر بھی کیا۔ آخر میں یادگار شہدا ڈاکٹریڈ پر پھولوں کی چادر چڑھائی گئی۔ بعد ازاں، شہدائے کشمیر اور کشمیری بھائیوں کی آزادی کے لیے خصوصی دعا کی گئی۔

یوم تجدیدِ صہد

ماہنامہ



سید عابد رضا کاظمی

کریں گے اہل نظر تازہ بستیاں آباد
نہیں میری نگاہِ سونے کوفہ و بغداد
یہی وہ آفاقی پیغام تھا جس نے غلامی کی زنجیروں کو مثلِ مومِ خام
بگھلا دیا۔ علامہ اقبالؒ کی شاعری نے نہ صرف معاشرتی اور معاشی
استحصا سے نجات دینے کا علم بلکہ سب سے بڑھ کر سوچ
اور فکر کی آزادی کے پرچم لہرائے اور فقط برصغیر کے ہی نہیں بلکہ
مسلمانانِ عالم کے زاویہ نگاہ کو یکسر تبدیل کر دیا اور ان کے جسدِ
مردہ میں وہ روح پھونک دی جس نے عالمی منظر نامے کو جغرافیائی
اور معاشرتی اعتبار سے ایک نئی صورت عطا کی۔

مجھے اے ہم نشیں رہنے دے شغلِ سینہ کاوی میں
کہ میں داغِ محبت کو نمایاں کر کے چھوڑوں گا
دکھا دوں گا جہاں کو جو مری آنکھوں نے دیکھا ہے
تجھے بھی صورتِ آئینہ حیراں کر کے چھوڑوں گا
جو اہلالِ نہرو کی رپورٹ کو مسلم لیگ نے 1929 میں مسترد کیا تھا۔

ظلم و ستم کا بھی نشانہ بننے رہے۔ بہت سے مقتدر مسلمان جائیدادوں
سے محروم ہو گئے اور ہر لحاظ سے مسلم قوم کا معاشی قتل عام کیا گیا۔
جدید تعلیم کی راہ انتہائی دشوار بنا دی گئی جس کے باعث معاشی طور پر
پہلے سے خستہ حال مسلمانوں کے لیے سرکاری ملازمتوں کا حصول
بھی ناممکن ہو گیا۔ اس تباہی اور بربادی پر اوائل میں سر سید احمد خان،
مولانا الطاف حسین حالی، نواب سلیم اللہ خان، سر آغا خان، وقار
الملک، محسن الملک اور سر اکبر حیدری جیسے دیگر عظیم رہنماؤں نے
مسلمانوں کی امید کی ڈوٹی ناؤ کو سہارا دیا۔ سر سید احمد خان نے تعلیمی
لحاظ سے مسلمانوں کو مضبوط کرنے کا بیڑہ اٹھایا اور انہیں جدید تعلیم
سے روشناس کروایا۔ جس کی بدولت مسلمانوں کو اندھیری شب میں
امید کا دیا نظر تو آیا مگر حالات بدستور ویسے ہی رہے اور پھر حکیم
الامت حضرت علامہ محمد اقبالؒ ایسے خورشید کی مانند ابھرے جس نے
اپنے پیغام کی شعاعوں سے شبِ تیرہ کے دیز پردوں کو بھی چیر کر پے
ہوئے مسلم طبقہ کو حصولِ منزل کی راہ دکھائی۔

برصغیر میں اسلام کی آمد کے بعد جب دین حق کی کرنوں سے یہاں
کا ذرہ ذرہ منور ہونے لگا تو یہاں کے مشرف بہ اسلام ہونے والے
بسیوں کا رہن سہن اور طرزِ بود و باش دیگر اقوام سے واضح مختلف
تھا۔ پاکیزگی، عاقلی تہذیب اور معاشرتی تمدن کے فرق نے
مسلمانوں کو ایک علیحدہ اور امتیازی مقام عطا کیا۔ یہی وہ طرزِ
معاشرت تھا جس نے اسلام کو برصغیر کے ہر گوشے میں پہنچایا۔ اس
حوالے سے اسلام کی روشنی میں اولیائے کرام کی تعلیمات بلاشبہ
انسانیت کے لئے مشعلِ راہ رہیں۔ اس کے علاوہ مختلف ادوار میں
مسلمانوں کی برصغیر پر حکومت رہی۔ یہی طرزِ حکمرانی تاریخ کے
قرطاس پر انٹ لفظ بن گئی۔

انگریزوں کی آمد، مغلیہ سلطنت کے خاتمے اور سماجی حالات نے
مسلمانوں کو معاشرتی اعتبار سے انتہائی کمزور کر دیا۔ اور ان کی حالت
ایک متوسط طبقے سے بھی گزری کر دی گئی۔
مسلمان نہ صرف انگریزوں بلکہ برصغیر میں بسنے والی دیگر اقوام کے

اور خود ساختہ جمہوریت کو بڑی طرح سے بے نقاب کر دیا ہے۔ کشمیر کی خصوصی حیثیت اور کشمیریوں کو حاصل حقوق کو ختم کر کے بھارت نے دوقومی نظریہ کو مزید تقویت دی ہے۔

اسلامی جمہوریہ پاکستان نے اقوام متحدہ سمیت دنیا کے ہر بڑے فورم پر کشمیری مظلوموں کے حق میں آواز اٹھائی اور پاکستان کی بہترین سفارتکاری نے عالمی رہنماؤں کو بھی کشمیر میں جاری بھارتی بربریت کے خلاف آواز حق بلند کرنے پر مجبور کیا۔

امن پسندی افواج پاکستان کا شیوہ ہے مگر ملک کی جانب دیکھنے والی میلی آنکھوں کو نیست و نابود کرنے کے مناظر کی بھی چشم فلک گواہ ہے۔ پاک فوج نہ صرف ملک پاکستان کی جغرافیائی بلکہ نظریاتی سرحدوں کی بھی محافظ ہے اور دوقومی نظریے کی ترویج میں پاکستان کے عسکری اداروں نے ہمیشہ مثبت کردار ادا کیا ہے۔ اور یہی کردار بھارتی انتہا پسندوں کی نیندیں حرام کیے ہوئے ہے۔ افواج پاکستان نے ہر محاذ پر اپنے وطن عزیز کا دفاع کیا ہے۔

بہترین اسلحہ کے باوجود قوت ایمانی اور حب الوطنی وہ عظیم اور لازوال ہتھیار ہیں جن کی بدولت ہمارے ملک اور ہماری پاک سرزمین کا دفاع ناقابل تیسیر ہے۔ یہی وہ مستحکم اور محفوظ سرحدوں کا خواب ہے جو 1930ء میں شاعر مشرق حضرت علامہ محمد اقبالؒ نے دیکھا اور ان سرحدوں کے قیام کی خاطر مسلمانانِ برصغیر نے حضرت قائد اعظم محمد علی جناح کی بے مثال قیادت میں بے پناہ قربانیاں دیں۔

23 مارچ محض قرارداد پاکستان کا دن نہیں بلکہ یہ دن اس عہد کی تجدید کا بھی

ہے کہ جس طرح 1940ء میں اپنے سے کئی گنا مضبوطی کے مقابل کو زیر کرنے کا عزم مصمم کیا گیا تھا، اسی طرح آج بھی پوری پاکستانی قوم اپنے عسکری اداروں اور وطن کی جغرافیائی اور نظریاتی سرحدوں کے محافظوں کے ہم قدم ہو کر اپنے ہر ظاہر اور پوشیدہ دشمن کو نابود کرنے کا عزم رکھتی ہے اور انشاء اللہ پاکستان کا دفاع ناقابل تیسیر ہے۔

دو ٹوک الفاظ میں پیغام دیا کہ برصغیر کے ہندوؤں اور مسلمانوں کے مابین فرق اتنا واضح ہے کہ ایک مرکزی حکومت کے ماتحت ان دونوں اقوام کا اتحاد خطرات سے خالی نہیں ہوگا اور ان خطرات اور تصادم سے بچنے کا صرف ایک ہی راستہ ہے کہ ان دونوں قوموں کے لئے

الگ الگ مملکت ہو۔

قائد اعظم نے جو کہا اس پر عمل بھی کیا اور وقت نے اسے ہمیشہ سچ ثابت کیا۔ قائد اعظم نے کانگریس کی ذہنیت کو خوب بھانپ لیا تھا کہ ان کی تنگ نظری اور منفی سوچ کبھی بھی برصغیر کے نکلنے میں دوسری اقوام کو امن اور سلامتی سے بسنے نہیں دے گی۔

بابائے قوم کی وسیع نظری کے معترف آج وہ تمام لوگ ہو رہے ہیں جو بھارتی سرکاری جانب سے مسلسل استحصال اور نامنصفانہ بلکہ

اس رپورٹ میں قائد اعظمؒ کی جانب سے پیش کیے جانے والے علیحدہ انتخابات کے انعقاد کے جواب میں نہایت تنگ نظری کا مظاہرہ کیا گیا تھا۔

اس رپورٹ کے جواب میں قائد اعظم محمد علی جناح رحمۃ اللہ علیہ نے مسلمانوں کے جائز حقوق کے تحفظ کے لیے چودہ نکات پیش کئے جو کہ برصغیر کے مسلمانوں کے سیاسی استحکام میں سنگ میل کی حیثیت رکھتے ہیں۔

قائد اعظم محمد علی جناح بلاشبہ ایک سچے مخلص اور بلند پایا رہنما تھے جن کی سوچ اور دور رس نگاہیں آنے والے کئی سال کے حالات کو بخوبی جانچ لیتی تھیں۔ تاریخ اور آج کے حالات اس بات کا یقین ثبوت ہیں کہ قائد اعظم محمد علی جناح وہ واحد رہنما تھے جو سخت ترین

حالات میں مسلمانوں کی بقا اور سیاسی اور سماجی سلامتی کا ضامن بن کر آج بھی زندہ ہیں۔

کانگریسی لیڈروں اور برطانوی سامراج سے بیک وقت ایسے حالات میں نبرد آزما ہونا، جب کہ مسلمانوں کی حالت انتہائی اتر تھی، قائد اعظم کا یہی حوصلہ تھا اور اس میں کوئی دورائے نہیں کہ آپ کی نیک نیتی پر مبنی جرأت مندانہ صلاحیتوں نے آپ کو کامیاب کر دیا۔

دسمبر 1930ء میں علامہ محمد اقبالؒ کے خطبہء الہ آباد کے بعد یہ واضح ہو چکا تھا کہ برصغیر کے مسلمانوں کا صرف ایک ہی مطالبہ ہے اور وہ ہے ایک علیحدہ ریاست کا قیام جس کو عملی جامہ پہنانے کے لئے قائد اعظم محمد علی جناح نے شبانہ روز محنت اور عزم کا عملی مظاہرہ کیا۔

اسی قائدانہ صلاحیتوں کا ثمر اور نقطہ



غیر آئینی سلوک کا شکار ہو رہے ہیں۔ جس کی سب سے بڑی مثال بھارت کی جانب سے جنت نظیر خطہ کشمیر میں جاری غیر انسانی اور ظالمانہ کارروائیاں ہیں۔ بھارتی طرز عمل نے بار پھر دوقومی نظریے کو دنیا بھر کے سامنے ایک اصولی اور وقت کے عین مطابق قرار دیا ہے۔

اس کے علاوہ بھارت میں بسنے والے غیر ہندو شہریوں کے لیے ایک نسلی امتیاز سے آلودہ شہریت بل نے دنیا کی سب سے بڑی نام نہاد

عروج 23 مارچ 1940 کو لاہور کے منٹو پارک (موجودہ اقبال پارک) میں دیکھا گیا، جب مسلم لیگ کے سالانہ جلسے میں مولوی اے کے فضل الحق نے قرارداد پاکستان پیش کی جس کی رو سے پاکستان کا قیام ناگزیر قرار دیا گیا۔

اس موقع پر افتتاحی اجلاس سے خطاب کرتے ہوئے قائد اعظم محمد علی جناح نے پہلی بار کہا کہ ہندوستان میں مسئلہ فرقہ وارانہ نوعیت کا نہیں بلکہ بین الاقوامی ہے۔ یعنی یہ دو قوموں کا مسئلہ ہے۔ قائد اعظم نے

رمضان المبارک

رحمت، مغفرت، نجات اور نزولِ قرآن کا مہینہ

لیفٹیننٹ محمد اویس شاہ بخاری



آزادی کا ہے۔ حضرت جبریل علیہ السلام نے اس شخص کے لیے اللہ تعالیٰ سے بلاکت مانگی جو اس مبارک مہینے میں بھی اعمالِ صالحہ کر کے اللہ تعالیٰ سے بخشش کا فیصلہ نہ کروا سکے اور نبی کریمؐ نے آمین کہا۔ اس ماہ مقدس کو نیکیوں کی بہار کہا جائے تو بے جا نہ ہوگا۔ اس مہینے میں ایک نیکی کا اجر سات سو گنا تک بڑھا دیا جاتا ہے۔

ماہ رمضان جیسی عظیم نعمت کے حصول پر ہمیں ہر لمحہ اللہ کے حضور شکر گزار رہنا چاہیے اور اس شکرگزاری کا تقاضا یہ ہے کہ ہم ماہ رمضان کے قیمتی لمحات کو غنیمت سمجھتے ہوئے اس کی ہر ایک گھڑی اللہ تعالیٰ اور اس کے رسولؐ کی اطاعت و فرماں برداری، قرآن مجید کی تلاوت، ذکر و اذکار میں استعمال کریں، انفاق فی سبیل اللہ کا اہتمام کریں، روزہ اور تراویح کی بہر صورت پابندی کریں۔

ذیل میں رمضان المبارک کے حوالے سے ان ارشادات باری تعالیٰ اور فرامین رسولؐ اور مسائل کو ذکر کیا جا رہا ہے جو رمضان المبارک، روزہ و تراویح کی اہمیت و فضائل اور احکام پر مشتمل ہیں۔

ماہ رمضان کی فضیلت

نزولِ قرآن کا مہینہ: اللہ تعالیٰ نے رمضان المبارک کو قرآن جیسی عظیم عبادت کے لیے منتخب فرمایا جو تاقیامت آنے والی

اللہ تعالیٰ نے ماہ و سال، لیل و نہار کو تخلیق کیا اور ان میں سے بعض کو دیگر بعض پر فوقیت عطا فرمائی۔ سال کے بارہ مہینوں میں رمضان المبارک کو خاص فضیلت و اہمیت حاصل ہے۔ ماہ رمضان المبارک امت مسلمہ کے لیے اللہ تعالیٰ کا خصوصی انعام ہے۔ رمضان المبارک کو یہ شرف حاصل ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اس مہینے کو ہدایت و حکمت کا منبع قرار دی جانے والی کتاب قرآن مجید کے نزول کے لیے منتخب فرمایا۔ نبی کریمؐ کا معمول تھا کہ آپؐ رمضان المبارک کی آمد سے پہلے ہی رمضان المبارک کی تیاری شروع فرما دیتے اور رجب کا چاند نظر آنے پر رمضان المبارک کو پالیسنے کی تمنا کا اظہار فرماتے ہوئے اللہ تعالیٰ کے حضور یوں دعا گو ہوتے ”اے اللہ! رجب اور شعبان کے مہینے میں ہمیں برکت عطا فرما اور ہمیں رمضان

تک پہنچا۔“ (مشکوٰۃ شریف: جلد اول: حدیث نمبر 1341)

رمضان المبارک شروع ہوتے ہی اللہ تعالیٰ کی طرف سے رحمت و بخشش، انعام و اکرام کی بارش شروع ہو جاتی ہے۔ جنم کے دروازے بند کر دیے جاتے ہیں اور جنت کے دروازے کھول دیے جاتے ہیں۔ سرکش جنات اور شیاطین کو قید کر دیا جاتا ہے، چنانچہ اس ماہ مقدس میں نیکی کی طرف قدم بڑھانا اور برائی سے بچنا آسان ہو جاتا ہے۔ ماہ رمضان کا پہلا عشرہ رحمت، دوسرا عشرہ مغفرت اور تیسرا عشرہ جنم سے

انسانیت کے لیے راہ ہدایت ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے ”رمضان کا مہینہ وہ ہے جس میں قرآن نازل کیا گیا جو لوگوں کے لئے سراپا ہدایت، اور ایسی روشن نشانیوں کا حامل ہے جو صحیح راستہ دکھاتی اور حق و باطل کے درمیان دو ٹوک فیصلہ کر دیتی ہیں۔“ (البقرہ: 185)

رحمت، مغفرت اور بخشش کا مہینہ: نبی کریمؐ نے رمضان المبارک کے پہلے عشرے کو رحمت، دوسرے عشرے کو مغفرت اور تیسرے عشرے کو جہنم سے آزادی قرار دیتے ہوئے ارشاد فرمایا: "اے لوگو! تم پر ایک ایسا مہینہ آئیوا ہے جس کا اول رحمت، وسط مغفرت اور آخر جہنم سے آزادی ہے۔"

(مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

اجر میں اضافہ: رمضان المبارک میں نفل کا ثواب فرض اور ایک فرض کا ثواب ستر فرض کے برابر بڑھا دیا جاتا ہے۔ نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "جو شخص اس مہینہ میں کوئی نفل عمل کرے تو وہ دوسرے مہینہ میں فرض ادا کرنے کی مثل ہے، اور جو شخص اس مہینہ میں فرض ادا کرے تو وہ ایسا ہے جیسے دوسرے مہینہ میں ستر فرض ادا کرے۔" (مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

جنت کے دروازوں کا کھول دیا جانا: رمضان المبارک کے مقدس مہینے میں جنت کے دروازے کھول دیے جاتے ہیں۔ نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "جنت کے تمام دروازے کھول دیے جاتے ہیں، اس کا کوئی دروازہ بند نہیں کیا جاتا۔" (مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

دوزخ کے دروازوں کی بندش: رمضان المبارک کے مہینے میں جہنم کے دروازے بند کر دیے جاتے ہیں۔ نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "دوزخ کے سارے دروازے بند کر دیے جاتے ہیں، ان میں سے کوئی دروازہ بھی کھلا نہیں رہتا۔" (مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

سرسکش شیاطین کو قید کیا جانا: رمضان المبارک کے موقع پر سرکش شیاطین کو جکڑ دیا جاتا ہے وہ ان برائیوں تک نہیں پہنچ پاتے جن تک وہ دوسرے مہینوں میں پہنچتے ہیں۔ نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "جب رمضان کی پہلی رات ہوتی ہے، شیاطین اور سرکش جنات جکڑ دیے جاتے ہیں۔" (مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

دوزخ سے رہائی: اللہ کی طرف سے پکارنے والا نیکی کی ترغیب اور گناہوں سے بچنے کی تلقین کرتا ہے۔ نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "اللہ کا منادی پکارتا ہے: اے خیر اور نیکی کے طالب! آگے

قدم بڑھا اور اے بدی کے خواہش مند! رُک اور باز آ جا! اور اللہ کی طرف سے بہت سے گناہ گار بندوں کو دوزخ سے رہائی دی جاتی ہے اور یہ رمضان کی ہر رات میں ہوتا ہے۔"

(مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

چار مخصوص اوراد: نبی کریمؐ نے رمضان المبارک میں چار مخصوص اوراد کا رکی تلقین کرتے ہوئے ارشاد فرمایا: "اس مہینہ میں چار خصلتوں کو جمع کرو، دو خصلتوں سے تم اپنے رب کو راضی کرو اور دو خصلتوں کے بغیر تمہارے لیے کوئی چارہ کار نہیں ہے۔ جن دو خصلتوں سے تم اپنے رب کو راضی کرو گے وہ کلمہ شہادت پڑھنا اور اللہ تعالیٰ سے استغفار کرنا ہے، اور جن دو خصلتوں کے بغیر کوئی چارہ نہیں ہے وہ یہ ہیں کہ تم اللہ سے جنت کا سوال کرو اور اس کی دوزخ سے پناہ طلب کرو۔" (مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

روزہ کی اہمیت و فضیلت

شریعتِ مطہرہ میں روزہ کو انتہائی اہمیت حاصل ہے۔ روزے کا شمار اسلام کے پانچ بنیادی ارکان میں سے ہوتا ہے۔ روزہ تقویٰ و پرہیزگاری کے حصول کا ذریعہ ہے۔ روزہ درحقیقت ایک مہینے کی عملی مشق ہے جس کا اثر سال کے باقی دنوں پر مرتب ہوتا ہے۔ عمر بھر کے روزے بھی رمضان کے ایک روزے کا بدل نہیں ہو سکتے۔

روزہ کی فرضیت: ارشاد باری تعالیٰ ہے: "اے ایمان والو! تم پر اسی طرح روزے فرض کئے گئے ہیں جیسے تم سے پہلے لوگوں پر فرض کئے گئے تھے تاکہ تم پرہیزگار بن جاؤ۔" (البقرہ: 183)

روزے کی فرضیت کا حکم دوسری صدی ہجری میں تحویل قبلہ کے واقعہ سے دس روز بعد ماہ شعبان میں نازل ہوا۔ آیت فرضیت شعبان کے مہینے میں نازل ہوئی جس میں رمضان المبارک کو ماہ صیام قرار دیتے ہوئے باری تعالیٰ نے اہل ایمان سے ارشاد فرمایا "تم میں سے جو شخص بھی یہ مہینہ پائے وہ اس میں ضرور روزہ رکھے۔" (البقرہ: 185)

روزہ ڈھال ہے: روزہ کو جہنم اور گناہوں سے ڈھال قرار دیا گیا ہے۔ نبی کریمؐ کا ارشاد ہے: "اللہ عز و جل فرماتا ہے کہ روزہ میرے لئے ہے اور میں ہی اس کا بدلہ دوں گا، میری وجہ سے وہ اپنی خواہش کو اور کھانے اور پینے کو چھوڑتا ہے اور روزہ ڈھال ہے۔" (صحیح بخاری: جلد سوم: حدیث نمبر 2385)

روزے کا کوئی بدل نہیں: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "جو شخص بلا رخصت اور بلا مرض رمضان کا کوئی روزہ قصداً

چھوڑ دے تو تمام عمر روزہ رکھنا بھی اس کا بدلہ نہیں ہو سکتا اگرچہ وہ تمام عمر روزہ رکھے۔" (مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 524)

جہنم سے چھٹکارا: رسول اللہؐ نے ارشاد فرمایا: "جو بندہ بھی اللہ تعالیٰ کے راستے میں ایک دن روزہ رکھتا ہے اللہ تعالیٰ اس دن کی وجہ سے اس کے چہرے کو دوزخ کی آگ سے ستر سال کی دوری کے برابر کر دے گا۔" (صحیح مسلم: جلد دوم: حدیث نمبر 217)

روزہ دار کی فضیلت

روزے دار کے لیے دو خوشیاں: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "روزہ دار کے لئے دو خوشیاں ہیں ایک خوشی جس وقت روزہ افطار کرتا ہے اور ایک خوشی جس وقت اپنے رب سے ملاقات کرے گا۔" (صحیح بخاری: جلد سوم: حدیث نمبر 2385)

روزہ دار کے منہ کی بو کی اہمیت: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "روزہ دار کے منہ کی بو اللہ کے نزدیک مشک کی خوشبو سے بھی زیادہ پسندیدہ ہے۔" (صحیح بخاری: جلد سوم: حدیث نمبر 2385)

گناہوں کی بخشش کا وعدہ: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "جس نے ایمان کے ساتھ ثواب کی نیت سے رمضان کے روزے رکھے اس کے اگلے گناہ بخش دیئے جاتے ہیں۔" (صحیح بخاری: جلد اول: حدیث نمبر 1936)

قبولیت دعا کا وعدہ: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: "افطار کے وقت روزہ دار کی دعا رد نہیں ہوتی۔" (سنن ابن ماجہ: جلد اول: حدیث نمبر 1754)

روزہ دار کے پانچ مخصوص فضائل: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: میری امت کو رمضان شریف کے حوالے سے پانچ چیزیں مخصوص طور پر دی گئی ہیں:

- ۱۔ ان کے منہ کی بو اللہ کے نزدیک مشک سے زیادہ پسندیدہ ہے۔
- ۲۔ ان کے لیے دریا کی مچھلیاں تک دعا کرتی ہیں اور افطار کے وقت تک کرتی رہتی ہیں۔
- ۳۔ جنت ان کے لیے ہر روز آراستہ کی جاتی ہے۔ پھر حق تعالیٰ شانہ فرماتے ہیں کہ قریب ہے کہ میرے نیک بندے (دنیا کی) مشقتیں اپنے اوپر سے پھینک کر تیری طرف آویں۔
- ۴۔ اس مہینے میں سرکش شیاطین قید کر دیے جاتے ہیں کہ وہ رمضان میں ان برائیوں تک نہیں پہنچ سکتے، جن کی طرف دوسرے مہینوں میں پہنچتے ہیں۔
- ۵۔ رمضان کی آخری رات میں روزہ داروں کی مغفرت کر دی جاتی

ہے۔ صحابہ کرامؓ نے عرض کیا: کیا یہ شبِ مغفرت شبِ قدر ہی ہے؟ آپ نے ارشاد فرمایا: نہیں! بلکہ دستور یہ ہے کہ مزدور کو کام ختم ہونے کے وقت مزدوری دے دی جاتی ہے۔
(کنز العمال: جلد چہارم: حدیث نمبر 6024)

قیام اللیل (نماز تراویح) کی فضیلت

اللہ تعالیٰ نے رمضان کے روزے فرض کئے ہیں اور میں نے اس کا قیام سنت قرار دیا ہے، جو شخص ایمان کی حالت میں ثواب کی نیت سے رمضان کے روزے رکھے اور تراویح ادا کرے، وہ گناہوں سے اس طرح پاک ہو جائے گا جیسے اس کی ماں نے اسے آج ہی جنم دیا ہو۔ (مسند احمد: جلد اول: حدیث نمبر: 1572)

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ نے مسجد میں نماز پڑھی آپ کے ساتھ اور لوگوں نے بھی پڑھی، پھر دوسری رات کو آپ نے نماز پڑھی بہت سے لوگ جمع ہو گئے جب تیسری رات لوگ جمع ہوئے تو آپ اپنے حجرہ مبارک سے باہر تشریف نہ لائے، صبح کو آپ نے فرمایا مجھے تمہارا شوق معلوم تھا لیکن میں اس خیال سے نہ نکلا کہ کہیں تم پر فرض نہ ہو جائے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ یہ واقعہ رمضان میں پیش آیا تھا۔
(سنن ابوداؤد: جلد اول: حدیث نمبر 1369)

شبِ قدر کی اہمیت و فضیلت

رمضان المبارک کا ہر لمحہ رحمت و بخشش سے عبارت ہے لیکن رمضان المبارک کی ایک رات ایسی ہے جو ہزار راتوں سے افضل ہے۔ فرمان باری تعالیٰ ہے: ”پیشک ہم نے اس (قرآن) کو شبِ قدر میں نازل کیا ہے۔ اور تمہیں کیا معلوم کہ شبِ قدر کیا چیز ہے؟ شبِ قدر ایک ہزار مہینوں سے بھی بہتر ہے۔ اس میں فرشتے اور روح اپنے پروردگار کی اجازت سے ہر کام کے لیے اترتے ہیں۔ وہ رات سراپا سلامتی ہے فجر کے طلوع ہونے تک۔“ (سورۃ القدر)

ارشادات نبویؐ

ہزار مہینوں سے افضل رات: حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک بار رمضان کا مہینہ آیا، تو حضور اکرمؐ نے فرمایا: ”یہ مہینہ آگیا ہے، اس میں ایک رات ہے جو ہزار مہینوں سے بہتر ہے، جو اس سے محروم رہ گیا، وہ ہر بھلائی سے محروم رہ گیا اور اس کی برکت سے صرف وہی محروم رہتا ہے، جو (واقعی) بڑا محروم ہے۔“ (سنن ابوداؤد: جلد دوم: حدیث نمبر 592)

نبی کریمؐ کا اہتمام: حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت

ماہِ رمضان جیسی عظیم نعمت کے حصول پر ہمیں ہر لمحہ اللہ کے حضور شکر گزار رہنا چاہیے اور اس شکرگزاری کا تقاضا یہ ہے کہ ہم ماہِ رمضان کے قیمتی لمحات کو غنیمت سمجھتے ہوئے اس کی ہر ایک گھڑی اللہ تعالیٰ اور اس کے رسولؐ کی اطاعت و فرماں برداری، قرآن مجید کی تلاوت، ذکر و اذکار میں استعمال کریں، انفاق فی سبیل اللہ کا اہتمام کریں، روزہ اور تراویح کی بہر صورت پابندی کریں۔

ہے کہ جب آخری عشرہ آجاتا تو نبی کریمؐ کمر کس لیتے اور رات کو خود جاگتے اور گھر والوں کو بھی جاگتے۔
(صحیح بخاری: جلد اول: حدیث نمبر 1946)

بخشش والی رات: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: ”جو شبِ قدر میں ایمان کے ساتھ ثواب کی نیت سے (عبادت کے لئے) کھڑا ہوا تو اس کے گزشتہ گناہ معاف کر دیئے جاتے ہیں۔“
(صحیح بخاری: جلد اول: حدیث نمبر 1936)

شبِ قدر کی دعا: حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے میں نے عرض کیا یا رسول اللہ! اگر میں شبِ قدر کو پالوں تو کیا دعا کروں؟ آپ نے فرمایا: یہ دعا پڑھا کرو: اَللّٰهُمَّ اِنَّكَ عَفُوٌّ كَرِيْمٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّيْ "اے اللہ! تو ہی معاف کرنے والا، کرم کرنے والا ہے اور تو معاف کرنے کو پسند کرتا ہے پس مجھے معاف فرما دے۔“ (جامع ترمذی: جلد دوم: حدیث نمبر 1468)

سحر و افطار کی فضیلت

سحری و افطاری روزے کا اہم حصہ ہے۔ شریعت مطہرہ کی خوبصورتی یہ ہے کہ انسان کی فطری ضرورت کے پورا کرنے کو بھی خیر و برکت کا سبب قرار دیا ہے۔ نبی کریمؐ نے سحری کو موجب برکت قرار دیا ہے اور افطار کرنے اور دوسروں کو افطار کرانے کی ترغیب دی ہے۔

نبی کریمؐ کا معمول مبارک: حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسولؐ نماز مغرب سے پہلے تازہ کھجور سے روزہ افطار کرتے تھے اگر تازہ کھجور نہ ہوتی تو خشک کھجور سے افطار کرتے اور اگر یہ بھی نہ ملتی تو پھر چند گھونٹ پانی پی لیتے۔
(سنن ابوداؤد: جلد دوم: حدیث نمبر 591)

سحری باعٹھ برکت ہے: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: ”سحری کھاؤ اس لئے کہ سحری کھانے میں برکت ہوتی ہے۔“
(صحیح بخاری: جلد اول: حدیث نمبر 1848)

افطار کرانے کی فضیلت: نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا: ”جو شخص رمضان میں کسی روزہ دار کو افطار کرائے تو اس کا یہ عمل اس کے گناہوں کی بخشش و مغفرت کا ذریعہ اور دوزخ کی آگ سے اس کی حفاظت کا سبب ہوگا اور اس کو روزہ دار کے ثواب کی مانند ثواب ملے گا جبکہ روزہ دار کے ثواب میں کوئی کمی نہیں ہوگی۔ ہم نے عرض کیا کہ یا رسول اللہ! ہم میں سب تو ایسے نہیں ہیں جو روزہ دار کی افطاری کے بقدر انتظام کرنے کی قدرت رکھتے ہوں۔ آپ نے فرمایا: یہ ثواب اللہ تعالیٰ اس شخص کو بھی عنایت فرماتا ہے جو کسی روزہ دار کو ایک گھونٹ لسی یا کھجور یا ایک گھونٹ پانی ہی کے ذریعے افطار کرا دے اور جو شخص کسی روزہ دار کو پیٹ بھر کر کھلائے تو اللہ تعالیٰ اسے میرے حوض (یعنی حوض کوثر) سے اس طرح سیراب کرے گا کہ وہ بیاسنا نہیں ہوگا۔ یہاں تک کہ وہ جنت میں داخل ہو جائے۔“

(مشکوٰۃ شریف: جلد دوم: حدیث نمبر 469)

روزہ سے متعلق اہم مسائل

﴿ رمضان المبارک کے تمام دنوں کے روزے رکھنا ہر عاقل، بالغ مسلمان مرد و عورت پر فرض ہے۔

﴿ شرعی مسافر کو اختیار ہے کہ وہ ابھی روزہ رکھے یا بعد میں قضا کرے۔

﴿ اگر کوئی ماہر ڈاکٹر کسی مریض کو روزہ ترک کرنا تجویز کرے، تو ایسا مریض بھی روزہ ترک کرنے اور بعد میں قضا کرنے کا مجاز ہے۔

﴿ روزہ کی نیت روزہ کے صحیح ہونے کے لیے شرط ہے۔ نیت دل کے ارادہ کا نام ہے۔ زبان سے دعا پڑھ لینا افضل ہے۔

﴿ سحری کے لیے نہ اٹھ سکا، تو نصف النہار یعنی زوال سے تقریباً ڈیڑھ گھنٹہ پہلے تک روزہ کی نیت کر سکتا ہے۔

﴿ وقت داخل ہو جانے کے بعد افطار میں جلدی کرنا اور وقت کے اندر رہتے ہوئے سحری میں تاخیر کرنا مستحب ہے۔

﴿ سحر و افطار کا تعلق وقت کے ساتھ ہے۔ چنانچہ سحر و افطار میں اذان کے بجائے وقت کو ملحوظ خاطر رکھنا چاہیے۔

﴿ ایسا بوڑھا شخص جو روزہ پر قادر نہ ہو یا وہ مریض جن کے تندرست ہونے کی امید نہ ہو، روزہ رکھنے کے بجائے روزے کا فدیہ دیں گے۔

﴿ ہر روزے کا فدیہ ایک فطرانہ کے بقدر ہے۔ ایک فطرانہ کی کم از کم مقدار پونے دو کلو گرام یا اس کی قیمت ہے۔

﴿ ہمیں چاہیے کہ ہم رمضان المبارک کے ان قیمتی لمحات کو غنیمت سمجھتے

اللہ تعالیٰ ہمیں رمضان المبارک کے قیمتی لمحات کی قدر دانی کرنے کی توفیق عطا فرمائے اور اس ماہ مقدس کو ہمارے لیے مغفرت و بخشش، رحمت و برکت اور جہنم کی آزادی جیسے عظیم الشان انعامات کے حصول کا سبب بنائے۔ آمین!

اور آخری عشرے میں اعتکاف کا اہتمام کریں۔ سحر و افطار کے اوقات میں خصوصی دعاؤں کا اہتمام کریں۔ منہیات مثلاً غیبت، چغلی، بدگوئی، بدظنری اور ایذا رسانی وغیرہ سے خود کو بچائیں۔ سمجھدار بچوں کو بھی ان کی استطاعت کے بقدر روزے رکھوانے کی عادت ڈالنی چاہیے۔

ہوئے مندرجہ ذیل اعمال کی پابندی کریں۔ روزوں کا اہتمام کریں۔ نمازوں کو پورے اہتمام کے ساتھ باجماعت ادا کریں۔ تراویح کا اہتمام کریں۔ قرآن پاک کی تلاوت کریں۔ کثرت کے ساتھ استغفار، درود شریف اور دیگر اذکار کا اہتمام کریں۔ انفاق فی سبیل اللہ کا اہتمام کریں۔ رمضان کی راتوں میں نفل عبادت

روزہ نہیں ٹوٹتا	روزہ ٹوٹ جاتا ہے	روزہ مکروہ ہو جاتا ہے
بھول کر کھاپنی لینے سے۔	غلطی یا جان بوجھ کر کھاپنی لینے سے۔	بلا عذر کسی چیز کو چکھ کر تھوک دینا
تقے از خود ہو جائے، کم ہو یا زیادہ، باہر نکل آئے یا از خود بلا ارادہ واپس چلی جائے۔	قصداً منہ بھر کر تے کر لی، یا بلا ارادہ تے آئی اور جان بوجھ کر واپس لوٹالی۔	بلا عذر کسی چیز کو ننگے بغیر چباتے رہنا
صرف آکسیجن لینے سے، جبکہ اس میں دوا کے اجزا شامل نہ ہوں۔	دوا ملی آکسیجن لینے سے۔	ٹوٹھ پیسٹ کرنے سے۔
کان میں دوا ڈالنے سے	ناک یا آنکھ میں دوا ڈالنے سے	-----
علاج کی غرض سے آنکھشن لگوانے سے	-----	طاقت کے حصول کے لیے آنکھشن لگوانا
علاج کی غرض سے گلوکوز لگوانے سے۔	-----	طاقت کے حصول کے لیے گلوکوز لگوانا
بلڈ ٹیسٹ کی غرض سے خون نکلوانے یا کسی مریض کو خون کا عطیہ دینے سے۔	-----	-----
تیل یا خوشبو کے استعمال سے یا ناخن کاٹنے سے۔	-----	-----

روزہ رکھنے کی دعا

وَبَصَوْمِ عِدِّ نَوَيْتُ مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ
 "میں نے ماہ رمضان کے آنے والے دن کے روزے کی نیت کی۔"

افطار کی دعائیں

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ
 "اے اللہ! بے شک میں نے تیرے لیے روزہ رکھا اور تجھ پر ایمان لایا اور میں نے تجھ پر ہی بھروسہ کیا اور تیرے ہی عطا کیے ہوئے رزق سے افطار کیا۔"

ذَهَبَ الظَّمْأُ وَأَبْتَلتِ العُرْوَةُ وَثَبَتَ الأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللهُ
 "پیماس بجھ گئی رگیں تر ہو گئیں اور اگر اللہ نے چاہا اجر لازم ہو گیا۔"

رمضان المبارک کے تینوں عشروں کی دعائیں

پہلے عشرے (عشرہ رحمت) کی دعا

رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّحِيمِينَ
 اے میرے رب! مجھے بخشش دے، مجھ پر رحم فرما، تو سب سے بہتر رحم فرمانے والا ہے۔

دوسرے عشرے (عشرہ مغفرت) کی دعا

أَسْتَغْفِرُ اللهَ رَبِّي مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ
 میں اللہ سے تمام گناہوں کی بخشش مانگتا/ مانگتی ہوں جو میرا رب ہے اور اسی کی طرف رجوع کرتا/ کرتی ہوں۔

تیسرے عشرے (عشرہ نجات) کی دعا

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوفٌ تُحِبُّ العَفْوَ فَاعْفُ عَنَّا
 اے اللہ! بے شک آپ بہت معاف فرمانے والے ہیں، معافی کو پسند فرماتے ہیں، پس ہمیں معاف کر دیجیے!

وٹامن سی

اہمیت اور فوائد

ڈاکٹر سیدہ صدف اکبر

جاتی ہے۔ جس کے باعث مریض کے مسوڑھوں سے خون آتا ہے اور جلد پر خون کے دھبے پڑ جاتے ہیں۔ اس دوران جوڑوں میں بھی درد ہوتا ہے اس بیماری سے بچنے کے لئے زیادہ سے زیادہ ایسی خوراک استعمال کی جائیں جن میں وٹامن سی کی وافر مقدار موجود ہو۔

امریکہ کی پینسلوانیا یونیورسٹی کے ایک تحقیق کے مطابق سردیوں کے موسم میں وٹامن سی کا کثرت سے استعمال موسم سرما کی مختلف بیماریوں اور اس کے موسم کے اثرات سے بچاتا ہے۔ لہذا اس موسم میں وٹامن سی کے حامل پھلوں جن میں مالٹے، کیوی، کیوی وغیرہ شامل ہیں۔ ان کا استعمال بڑھا دینا چاہئے۔ یہ پھل قوت مدافعت کو بڑھانے کے ساتھ ساتھ جلد کو بھی خشکی سے محفوظ رکھتے ہیں۔

ماہرین صحت کی ایک رپورٹ کے مطابق موسم سرما میں وٹامن سی اور بی پی مشتمل ہرے پتوں والی سبزیوں کا استعمال سردی سے ہونے والی انفیکشن کے خطرات کو کم کرنے میں بھی مدد کرتا ہے۔ شملہ مرچ، پھول گو بھی، ساگ وغیرہ میں وٹامن سی وافر مقدار میں موجود ہوتا ہے جو سرد موسم میں کھانسی اور زکام کی شدت کو کم کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ مختلف طبی مشاہدات کے مطابق روزانہ صرف ایک سے آٹھ گرام وٹامن سی کے استعمال سے موسم سرما میں نزلے، زکام اور کھانسی سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ مالٹا جو کہ سردیوں کا ایک خاص پھل ہے اس میں فلیونائیڈ موجود ہوتا ہے جو جسم کے مدافعتی نظام کو مضبوط کرنے کے ساتھ ساتھ خون کی نالیوں کو بھی مضبوط بناتا ہے۔

وٹامن سی کی زیادتی بھی صحت پر مضر اثرات مرتب کرتی ہے۔ اور اس کی زیادتی سے عام طور پر تھکاوٹ، متلی اور بے خوابی کی شکایت کے ساتھ ساتھ سستی، غنودگی کی کیفیت بھی طاری رہتی ہے۔ جس کے باعث مریض کی قوت ارادی اور ملنے جلنے یا سوشل لائف پر بھی برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ وٹامن سی کی زیادتی جسم میں فولاد کو جذب ہونے کی حد کو بڑھا دیتے ہیں جس کی وجہ سے آئرن پوائزنگ کی شکایت بھی ہو جاتی ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق وٹامن سی کی زیادتی سے گردوں میں پتھری ہونے کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔

حالت میں واپس نہیں آتے ہیں۔ وٹامن سی کے حامل پھلوں اور سبزیوں میں مسوڑھوں کو سوجن سے بچانے کے لئے اینٹی آکسیڈنٹ (Antioxidant) موجود ہوتے ہیں جبکہ وٹامن سی کو لیگن (Collagen) کی پیداوار کو بھی بڑھاتے ہیں، جو زخم کے اوپر بننے والے ٹشو کو مضبوط کرتے ہیں جبکہ وٹامن سی کی کمی اس کو لیگن کے عمل کو سست کر دیتا ہے۔ اس کے علاوہ کو لیگن جوڑوں کی کڑی کڑی بڈیوں کی تشکیل بھی کرتا ہے اور جسم میں وٹامن سی کی کمی کے باعث جب کو لیگن کی پیداوار کم ہو جاتی ہے تو جوڑوں میں تکلیف کا احساس شروع ہو جاتا ہے اور سوجن بھی نمایاں ہونے لگتی ہے۔ کو لیگن جلد کو چمکدار اور ہموار رکھنے میں بھی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ کو لیگن کی کمی کے باعث جلد میں جھریاں پڑنی شروع ہو جاتی ہے۔

وٹامن سی سبزیوں سے حاصل ہونے والی آئرن کو جسم میں جذب ہونے میں مدد کرتا ہے اور جب اس کی کمی ہو جاتی ہے تو انسانی جسم میں آئرن ٹھیک طریقے سے جذب نہیں ہوتا ہے اور پھر وٹامن سی کی کمی انسانی جسم میں خون کی کمی یعنی اینیمیا (Anaemia) کا باعث بھی بنتی ہے۔ اس کے علاوہ وٹامن سی کی کمی جسمانی وزن میں بھی اضافے کا باعث بنتی ہے۔ اس وٹامن سی کی کمی کے باعث جسمانی توانائی متاثر ہوتی ہے جس سے مینا بولزم درست طریقے سے اپنے افعال سرانجام نہیں دے پاتے ہیں اور اس کی رفتار سست ہو جاتی ہے۔

جس کے باعث انسان موٹاپے کا شکار ہو جاتا ہے اور اس کے ساتھ ساتھ مزاج میں چڑچڑاہٹ اور ہر وقت تھکاوٹ اور بیزاری کی کیفیت بھی وٹامن سی کی کمی کی طرف نشاندہی کرتی ہے۔ اس کے علاوہ وٹامن سی انسانی جسم میں خون کے سفید خلیات (White Blood Cells) کی پیداوار کو بڑھاتے ہیں جو جسم میں دفاعی مکینیکزم کے طور پر عمل کرتے ہیں۔ مگر وٹامن سی کی کمی کے باعث جب سفید خلیات کی کمی ہو جاتی ہے تو جسم کا دفاعی نظام بھی کمزور ہو جاتا ہے اور پھر مختلف بیماریوں کا شکار ہو سکتے ہیں۔

ایک تحقیق کے مطابق وٹامن سی کی کمی سے بلغمی جھلی کی بیماری بھی ہو

انسانی جسم کو اپنی بقا اور صحت مند حالت میں رہنے کے لئے مختلف پروٹین، چکنائیوں، کاربوہائیڈریٹس، پانی اور نمکیات وغیرہ کے ساتھ ساتھ مختلف وٹامنز کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ جن میں وٹامن سی بھی بہت اہمیت کے حامل ہیں۔ وٹامن سی پانی میں حل پذیر وٹامن ہے اور اسے Ascorbic Acid بھی کہا جاتا ہے۔ یہ عموماً تازہ سبزیوں اور ترش پھلوں میں وافر مقدار میں موجود ہوتا ہے۔ وٹامن سی خون کی نالیوں کی دیواروں کو مضبوط بنانے کے ساتھ ساتھ بڈیوں کی نشوونما میں مدد کرتا ہے۔ بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔ اور جسم میں اینٹی آکسیڈنٹ (Antioxidant) کے طور پر کام کرتا ہے۔ اس وٹامن سی کی کمی انسانی جسم میں مختلف بیماریوں کو جنم دینے کا باعث بن سکتی ہے۔ وٹامن سی کی کمی کی وجہ سے خون کی رگیں کمزور ہو جاتی ہیں اور جلد پر آنکھوں کے نیچے سیاہ اور نیلے رنگوں کے نشانات یادھے واضح ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ وٹامن سی کی کمی کے باعث مختلف ہارمونز اور انزائمز بھی اپنا کام ٹھیک طریقے سے انجام نہیں دے پاتے ہیں جس کی وجہ سے جسم کا مدافعتی نظام بھی متاثر ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ وٹامن سی انسانی جسم میں بالوں، ناخنوں اور جلد کی نشوونما میں بہت اہم کردار ادا کرتے ہیں اور بڈیوں اور دانتوں کو بھی مضبوط اور صحت مند بناتے ہیں۔ وٹامن سی خلیات کو جسم میں گردش کرنے والے مضر اجزاء سے بھی محفوظ فراہم کرتے ہیں۔ یہ مضر اجزاء جنہیں فری ریڈیکلز کہتے ہیں، کینسر اور امراض قلب کا باعث بھی بن سکتے ہیں۔ ایک تحقیق کے مطابق وٹامن سی آنتوں کے کینسر کے خطرہ کو بھی کم کرتا ہے۔

انسانی جسم وٹامن سی نہیں بناتا ہے لہذا بعض حالات میں اس کی کمی کے امکانات بڑھ جاتے ہیں جسے پورا کرنے کے لئے وٹامن سی سے بھرپور غذاؤں کے استعمال کا سہارا لیا جاتا ہے۔ کیونکہ اس کی کمی سے اکثر اوقات بہت زیادہ پیچیدہ صورتحال بھی پیدا ہو سکتی ہے۔ جسم میں وٹامن سی کی کمی سے مسوڑھے سب سے زیادہ متاثر ہوتے ہیں اور ان سے خون رسنے لگتا ہے۔ وٹامن سی کی کمی کی وجہ سے (جو کہ زخم بھرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے) مسوڑھے فوری طور پر تندرست



CNS SPONSOR A CHILD SCHEME

A venture of Pakistan Navy to sponsor needy cum talented students of coastal belt for quality education since 2012

CATEGORIES OF SPONSORSHIP

- **Full Sponsorship (Rs 28,000)** For school fee, books, uniform, shoes, bag & stationary items
- **Half Sponsorship (Rs 14,000)** For school fee **OR** books, uniform, shoes, bag & stationary items
- **Ad-hoc Sponsorship (Any Amount)** Case to case basis

Through this scheme, **Rs 27 Million** have been expended to sponsor more than **2200** students of different schools and colleges of coastal belt

Educate a Child

Educate a Nation



Every Single Penny Counts

**Donate Generously through
your Zakat and Charity**

Bank Account Details

CNS Sponsor a Child Scheme Fund

108839319190136

PK55BKIP0108839319190136

Bank Islami, PIDC Branch, Karachi

Senior Staff Officer (Education)

Headquarters Coastal Command 10, Liaquat Barracks, Karachi

Ph # 021-48506811 & 021-48506250