

## روزہ کے معاشرتی اثرات کا تحقیقی جائزہ

### (A Research Analysis of Social Effects of Fasting)

<sup>1</sup> حافظ تاج دین

<sup>2</sup> محمد اسلم

Fasting has such an effect on our actions, morals and our soul that it is possible for us to develop piety in spite of Satan's temptations and self-indulgences. Therefore, during Ramadan, we should keep reviewing while fasting, whether we are actually benefiting from these effects of fasting or not. If fasting does not cultivate piety in us, it means that we have achieved nothing but a change in the times of eating and drinking. The social effects of fasting on our practical, moral and spiritual life play a vital role in shaping a virtuous and developed society. In this article, we will examine the social effects of fasting under the following two headings; 'The effects of fasting on one's personal life' and 'The effects of fasting on society'.

### ۱۔ فرد کی ذاتی زندگی پر روزے کے اثرات

روزہ مسلمانوں کی ایک نہایت اہم عبادت اور دین اسلام کا ایک ضروری رکن ہے۔ اس کے معاشرے کے ساتھ ساتھ فرد کی ذاتی زندگی بھی پر بہت مفید اور مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں جن کی تفصیل درج ذیل ہے:

#### اطاعتِ خداوندی:

روزہ رکھنے سے جو چیز لازمی پیدا ہوگی وہ یہ ہے کہ انسان اپنے آپ کو جس خدا کا بندہ سمجھ رہا ہے، اس کی اطاعت کرے۔ ان دونوں میں فطری طور پر ایسا ربط ہے کہ ایک دوسرے سے جدا نہیں ہو سکتے۔ آپ جس کی خداوندی کا اعتراف کریں گے لازماً اطاعت بھی اسی کی کریں گے اور احساس بندگی جس درجہ شدید ہوگا۔ اللہ کے حکم کی فرمانبرداری بھی اتنی ہی شدت سے ہوگی۔ چنانچہ روزے کا مقصد احساس بندگی کی یاد دہانی کے ساتھ ساتھ اطاعت امر کی تربیت دینا بھی ہے۔ اپنی خواہش ہو یا دوسروں کی، انسان بلا اذن خداوندی روزہ نہیں چھوڑ سکتا، اس طرح اس کی اطاعتیں ہر طرف سے سمٹ کر ایک مرکزی اقتدار کی طرف پھر جاتی ہے۔ روزے میں اگرچہ بظاہر صرف خواہشات (غذا اور صنفی خواہش) پر پابندی لگائی گئی ہے لیکن اس کی اصل روح یہ

1۔ اسٹنٹ پروفیسر علوم اسلامیہ، گورنمنٹ پوسٹ گریجویٹ کالج میاں چنوں

2۔ وزٹنگ لیکچرار علوم اسلامیہ، یونیورسٹی آف ایگریکلچر فیصل آباد، بورے والا کیسپس

ہے کہ انسان پر بندگی کا احساس پوری طرح رہے۔ اس کے بغیر اگر انسان محض بھوکا پیاسا رہے تو یہ روزہ لاش کی طرح بے روح ہوگا۔ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا ہے:

"من لم يدع قول الزور والعمل به، فليس الله حاجته أن يدع طعامه و شرابه."<sup>3</sup>

”جو جھوٹی بات اور اس پر عمل کو نہیں چھوڑتا تو اللہ کو کوئی ضرورت نہیں کہ وہ کھانا پینا چھوڑ دے۔“

اسی طرح ایک حدیث میں آیا ہے:

کم من صائم ليس له من صيامه الا الظمأؤكم من قائم ليس له من قيامه الا سهر.<sup>4</sup>

”کتنے ہی روزے دار ایسے ہیں کہ روزے سے بھوک پیاس کے سوا ان کے پلے کچھ نہیں پڑتا، اور کتنے ہی

راتوں کو کھڑے رہنے والے ایسے ہیں جنہیں اس سے رت جگے کے سوا کچھ نہیں ملتا۔“

ان احادیث میں اسی بات کی طرف اشارہ ہے کہ روزے کا مقصد بھوکا پیاسا رہنا نہیں بلکہ تقویٰ اور طہارت ہے۔

**اللہ کی بندگی کی بجآوری:**

اس نظام تربیت پر غور کرنے سے جو بات پہلی نظر میں واضح ہو جاتی ہے وہ یہ ہے کہ اسلام اس طریقے سے انسان کے شعور میں اللہ کی حاکمیت کے اقرار و اعتراف کو مستحکم کرنا چاہتا ہے اور اس شعور کو اتنا مستحکم بنا دیتا ہے کہ احکام الہی کے روبرو انسان اپنی آزادی اور خود مختاری سے دست بردار ہو جائے۔ خدا کا وجود محض ایک مابعد الطبعی عقیدہ نہ رہے بلکہ عملی زندگی میں محسوس اور کار فرما ہو جائے۔ چنانچہ روزے کا فرد کی زندگی پر اولین اثر یہ ہے کہ وہ اپنے آپ کو اللہ کی بندگی کے لیے خلوص نیت کے ساتھ آمادہ کرتا ہے اور اس طرح انسان کی تخلیق کا ایک مقصد پورا ہوتا ہے۔ جیسا کہ قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ انسان کی تخلیق کا واحد مقصد واضح کرتے ہوئے فرماتے ہیں:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ<sup>5</sup>

”اور ہم نے جنوں اور انسانوں کو محض اپنی عبادت کے لیے پیدا فرمایا۔“

<sup>3</sup> - بخاری، محمد بن اسمعیل، ”الجامع الصحیح“، دار السلام للنشر والتوزیع الریاض، ۱۴۱۹ھ، ص: ۳۰۶، رقم الحدیث: ۱۹۰۳۔

<sup>4</sup> - مبارکپوری، عبید اللہ بن محمد عبدالسلام، ”مرعاة المفاتیح شرح مشکاة المصابیح“، ادارہ البحوث العلمیة والدعوة والافتاء، الجامعة السلفیة بنارس، ۱۹۸۳ء، ۵۳۰/۶، رقم الحدیث: ۲۰۳۳۔

<sup>5</sup> - الذاریات، ۵۱: ۵۶۔

چونکہ روزہ بھی عبادات میں شامل ہے، اس لیے اس کا اہتمام کرنا اللہ تعالیٰ کی بندگی کرنا ہی ہے اور اللہ تعالیٰ کا انسان کو پیدا کرنے کا مقصد بھی یہی ہے کہ وہ اپنے رب کی بندگی بجالائے۔ اور انسان ہر آن اپنے آپ کو خدا کا بندہ اور محکوم محسوس کرے۔ صیام رمضان سال میں ایک مرتبہ اس شعور کو ذہن پر قائم رکھتے ہیں تاکہ سال بھر ذہن پر اس کے اثرات قائم رہیں۔

### تعمیر سیرت:

ایک فرد کی زندگی پر روزے کا ایک اثر یہ بھی ہے کہ اس سے فرد کی سیرت کی مثبت انداز میں تعمیر ہوتی ہے۔ چونکہ سیرت کی بنیاد تقویٰ پر ہے، تقویٰ سے مراد کوئی خاص شکل و صورت اختیار کرنا نہیں ہے بلکہ قرآن اس کو بڑے وسیع مضمون میں استعمال کرتا ہے وہ پوری انسانی زندگی کے ایسے رویے کو تقویٰ کے نام سے تعبیر کرتا ہے جس کی بنیاد احساس بندگی اور ذمہ داری پر ہو۔ جبکہ دنیا میں فساد کا سبب فحور ہے اور دیگر عبادات کی طرح روزہ بھی انسان میں فحور کے رجحانات کو ختم کرنے کے لیے اثر انداز ہوتا ہے بلکہ اس سے تقویٰ کو نشوونما حاصل ہوتی ہے۔ اب روزہ کس طریقے سے اس کام کے سرانجام دینے میں مدد دیتا ہے۔ ایک شخص سے کہا جاتا ہے کہ خدا نے تم پر پابندی لگائی ہے کہ صبح سے شام تک کچھ نہ کھاؤ، نہ صرف جلوت میں بلکہ خلوت میں بھی اکل و شرب سے پرہیز کرو۔ اب ایسی صورت میں اگر کوئی شخص روزے کی تمام شرائط پوری کرتا ہے تو غور کیجئے کہ اس کے نفس میں درج ذیل کیفیات ابھرتی ہیں:

۱۔ یہ کہ اسے خدا کے عالم الغیب ہونے کا پورا یقین ہے اور یہی یقین ہے جو اسے تنہائی میں بھی روزے کے حدود کا پابند رکھتا ہے۔

۲۔ اس کو آخرت اور حساب و کتاب پر پورا ایمان ہے، اس لئے کہ اس کے بغیر کوئی شخص بارہ، چودہ گھنٹے بھوکا نہیں رہ سکتا۔

۳۔ اس کے اندر اپنے فرض کا احساس ہے، بغیر اس کے کہ کوئی شخص اس پر کھانے پینے کی پابندی لگائے اس نے خود سے اپنے اوپر یہ پابندی عائد کر لی۔

۴۔ مادیت اور روحانیت کے انتخاب میں اس نے روحانیت کو منتخب کر لیا اور دنیا اور آخرت کے درمیان ترجیح کا سوال جب اس کے سامنے آیا تو اس نے آخرت کو ترجیح دی۔ اس کے اندر اتنی طاقت تھی کہ اخلاقی فائدے کی خاطر مادی نقصان برداشت کر لیا۔

۵۔ وہ اپنے آپ کو اس معاملے میں آزاد نہیں سمجھتا کہ سہولت دیکھ کر مناسب موسم میں روزے رکھ لے بلکہ جو بھی وقت مقرر کیا گیا ہے اس نے اس کی پابندی کی ہے۔

۶۔ اس میں صبر و استقامت، تحمل، یکسوئی اور دنیوی تحریصات کے مقابلے کی طاقت کم از کم اتنی ہے کہ رضائے الہی کے بلند نصب العین کی خاطر وہ ایک ایسا کام کرتا ہے جس کا نتیجہ مرنے کے بعد دوسری زندگی پر ملتوی کر دیا گیا ہے۔ یہ کیفیات جو روزہ رکھنے کے ساتھ انسان کی زندگی میں ابھرتی ہیں، روزوں میں عملاً ایک طاقت بن جاتی ہیں اور ہر سال ایک ماہ روزہ رکھنے پر انسان کی فطرت ثانیہ بن جاتی ہیں۔

### ضبط نفس:

روزہ چونکہ ایک تربیت کا نام ہے اور اس تربیت کے ضابطے میں دو خواہشوں کو خاص طور پر منتخب کیا گیا ہے۔ یعنی بھوک اور جنسی خواہش اور ان کے ساتھ تیسری خواہش آرام کرنے کی خواہش بھی زد میں آجاتی ہے کیونکہ ترواح پڑھنے اور سحری کیلئے اٹھنے سے اس پر بھی کافی ضرب پڑتی ہے۔ بقائے نفس کے لئے غذا اور آرام اور بقائے نسل کے لئے تو والد و متاسل حیوانی زندگی کے مطالبات میں اصل و بنیاد کا حکم رکھتے ہیں انسان کے حیوانی جسم کے اہم ترین مطالبات یہی ہیں اور چونکہ وہ ذرا اونچے قسم کا حیوان ہے۔ لہذا وہ صرف غذا ہی نہیں مانگتا بلکہ اونچی قسم کی نت نئی غذائیں تلاش کرتا ہے۔ یہی حال دیگر خواہشات کا ہے کہ ان میں بھی انسان کا مطالبہ محض جسمانی تسکین نہیں رہ جاتا، ہزاروں نزاکتیں اور باریکیاں نکل آتی ہیں۔ اب اگر انسان کا مطمع نظریہ بن جائے کہ کس طرح ان خواہشات کی تسکین کرتا رہے تو یہ خواہشات نفس انسانی پر سوار ہو جاتی ہیں۔ اس کے برعکس اگر انسان ارادے کی باگیں مضبوطی سے تھامے رہے تو ان خواہشات کو اپنے پیچھے اور مرضی کے مطابق چلا سکتا ہے۔ روزے کے اثرات میں سے ایک اہم مقصد انسان کو اس کے حیوانی جسم پر اقتدار بخشنا ہے۔ مذکورہ بالا تین خواہشات جو انسان کی تمام حیوانی خواہشات میں سب سے زیادہ اہم ہیں روزہ ان تینوں کو گرفت میں لے لیتا ہے اور ان کے منہ میں مضبوط لگام دے کر رسی ہمارے ہاتھ میں دے دیتا ہے۔ تیس دن کی مسلسل مشق کا مقصد یہ ہے کہ بجائے اس کے کہ ہمارا نفس ہم پر غلبہ حاصل کر لے ہم اپنے خادم پر پورا اقتدار حاصل کر لیں، جس خواہش کو چاہیں روک دیں اور اپنی جس قوت سے جس طرح چاہیں کام لے سکیں اس لئے کہ وہ شخص جسے اپنی خواہشات کا مقابلہ کرنے کی کبھی عادت نہ رہی ہو اور جو نفس کے ہر مطالبے پر بے چون و چراں سر جھکا دینے کا خوگر رہا ہو، دنیا میں کوئی بڑا کام نہیں کر سکتا۔



یہاں روزے اور غیر اسلامی نفس کشی کی مشقوں کا اصولی فرق ذہن میں رکھنا چاہیے۔ اس لئے کہ یہ دوسری قسم کا اقتدار تو دراصل ایسی جاہل، مطلق العنان خودی کا استبداد ہے جو اپنے سے بالاتر کسی حاکم کی مطیع اور کسی ضابطہ و قانون کی پابند نہیں ہے۔ اس اقتدار کے لئے انسان خود اپنی فطرت سے لڑتا ہے اور جسم اور نفس سے ان کے جائز حقوق چھینتا ہے۔ اس کے برخلاف اسلامی روزہ جس خودی کا نفس اور جسم پر اقتدار دیتا ہے وہ مطلق العنان خودی نہیں بلکہ خدا اور اس کے قانون کی اطاعت کرنے والی خودی ہے۔ ایسی خودی جو خدا کی طرف سے آئی ہوئی ہدایت، علم اور کتاب منیر کی رہنمائی میں چلنے والی ہے وہ خدا کے دیئے ہوئے نفس و جسم کی اپنی ملکیت نہیں سمجھتی بلکہ اسے خدا کی امانت مان کر اس پر خدا کی منشا کے مطابق حکومت کرتی ہے۔ ایسی خودی کا حامل اپنے جسم پر ظلم نہیں کرتا بلکہ اس کو تمام جائز راحتیں بہم پہنچاتا ہے لیکن وہ اسے اس بات کی اجازت نہیں دیتا حدود کو توڑ ڈالے۔

اپنی خواہش ہو یا دوسروں کی، انسان بلا اذن خداوندی روزہ نہیں چھوڑ سکتا، اس طرح اس کی اطاعتیں ہر طرف سے سمٹ کر ایک مرکزی اقتدار کی طرف پھر جاتی ہے۔ روزے میں اگرچہ بظاہر صرف خواہشات (غذا اور صنفی خواہش) پر پابندی لگائی گئی ہے۔ شیطان انسان پر جن راستوں سے زیادہ اثر انداز ہوتا ہے وہ بطن اور فرج ہیں۔ انسان اپنے پیٹ اور اپنی شرم گاہ کے تقاضوں کو بے لگام نہ ہونے دے تو وہ بیش تر برائیوں سے محفوظ رہتا ہے۔

روزے کے دوران میں کھانے پینے پر پابندی ہوتی ہے۔ فضول گفتگو سے پرہیز بھی ضروری ہوتا ہے۔ اس وجہ سے زبان کے چٹخارے اور اس کی فتنہ انگیزیاں بند ہو جاتی ہیں۔ اسی طرح انسان کی حیوانی ضروریات پر بھی ایک لمبے وقت کے لیے پابندی لگ جاتی ہے۔ چنانچہ اس دوران میں بے راہ روی سے بچے رہنے کی صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ نبی ﷺ نے شادی نہ ہونے کی صورت میں روزہ رکھنے کی ہدایت فرمائی ہے۔ حضرت عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَ فَلْيَتَزَوَّجْ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ۔<sup>6</sup>

”رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص شادی کرنے کی استطاعت رکھتا ہو، وہ نکاح کرے اور جو اس کی

استطاعت نہ رکھتا ہو، وہ روزہ رکھے۔“

ماہ رمضان کی پہلی تاریخ سے جوڈسپلن کا عمل شروع ہوتا ہے اور ایک مہینہ تک مسلسل اس کی تکرار جاری رہتی ہے گویا پورے تیس دن انسان ایک شدید ترین ڈسپلن کے تحت رہتا ہے۔ اور ایسا معلوم ہوتا ہے کہ اس ڈسپلن سے اسلام ایک فرد میں روزہ سے حاصل ہونے والے درج ذیل اثرات دیکھنا چاہتا ہے:

۱۔ روزہ کے ذریعے سے جماعت کے ہر فرد کو خداوند عالم کی حاکمیت کے مقابلے میں اپنی خود مختاری سے عملاً دست بردار ہو جانے کے لئے تیار کیا جائے۔

۲۔ ہر فرد کے ذہن میں اللہ کے عالم الغیب والشہادۃ ہونے اور آخرت کی باز پرس کا عقیدہ عملی مشق و تمرین کے ذریعے اس طرح بٹھادیا جائے کہ وہ خود اپنی شخصی ذمہ داری کے احساس کی بنا پر قانون الہی کی اطاعت کرنے لگے۔

۲۔ ہر فرد میں روح پھونک دی جائے کہ ماسوائے اللہ تعالیٰ کی بندگی و اطاعت کے ایک فرد کی زندگی میں کسی کی عملداری نہیں ہونی چاہیے اور اس کی بندگی اللہ تعالیٰ کے لئے خاص ہو جائے۔

۳۔ روزہ کے ذریعے ہر فرد کی اخلاقی تربیت اس طرح کی جائے کہ اسے اپنی خواہشات پر مکمل اقتدار حاصل ہو جائے اور اس میں صبر و تحمل، جفاکشی، توکل علی اللہ، ثابت قدمی و یکسوئی کی صفات پیدا ہو جائیں اور اس کے کردار میں اتنی قوت آجائے کہ وہ خارجی ترغیبات اور میلاناتِ نفس کا مقابلہ کر سکے۔ یہی وجہ ہے کہ روزے ہر عاقل و بالغ فرد پر فرض کئے گئے ہیں، اگرچہ ضروری نہیں کہ تمام افراد میں مندرجہ بالا خصوصیات بدرجہ اتم پیدا ہو جائیں جو اس سے پیدا کرنی مطلوب ہیں۔ اس لئے کہ خارجی عوامل کے علاوہ ذاتی استعداد اور خواہش بھی ضروری ہے لیکن خارجی طور پر اس سے بہتر نظام تربیت دنیا میں ممکن نہیں ہے۔

## ۲۔ معاشرہ پر روزہ کے اثرات

انسان معاشرے کی ایک اکائی ہے، بہت سے انسان ملتے ہیں تو ایک کنبہ وجود میں آتا ہے۔ بہت سے کنبے ملتے ہیں تو قبیلہ بنتا ہے اور متعدد قبائل ملتے ہیں تو معاشرہ تشکیل پاتا ہے۔ جس میں امیر غریب، کمزور و طاقتور، زبردست و زیر دست، حاکم و محکوم، صحیح و سقیم ہر قسم کے لوگ شامل ہوتے ہیں اور باہم مل کر زندگی بسر کرتے ہیں۔ اسباب معاش میں فرق ہونے کی وجہ سے ان کے سماج میں بھی نمایاں فرق اور تفاوت پایا جاتا ہے جس کی وجہ سے معاشرے میں عدم توازن جنم لیتا ہے۔ بہت سے لوگ منہ میں سونے کا چچ لے کر پیدا ہوتے ہیں، انہیں اپنے مال و اسباب کی بھی خبر تک نہیں ہوتی مگر ایسے لوگوں سے عددی اعتبار سے کہیں زیادہ تعداد میں وہ لوگ پائے جاتے ہیں جو دو وقت کی روٹی کو بھی ترستے ہیں۔

اس گھڑی ہم جی رہے ہیں، مگر اگلے کسی بھی لمحہ ہمیں مر جانا ہے۔ جس طرح یہ جینا سدا کا جینا نہیں ہے، اسی طرح وہ مرنا بھی سدا کا مرنا نہیں ہوگا۔ ایک دن ہم اسی روح و بدن کے ساتھ ایک دوسری دنیا میں کھڑے ہوں گے۔ پروردگار کا فرمان ہے:

"لِكُلِّ امْرِئٍ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ ۖ وَجُوهٌ يُّؤَمِّنِدُ ۖ مُسْفِرَةٌ ۖ ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ ۖ

وَوُجُوهُ يُؤَمِّنِدُ عَلَيْهَا غَبْرَةٌ ۖ تَرْمَقُهَا قَتْرَةٌ ۖ أُولَٰئِكَ هُمُ الْكَافِرَةُ الْفَجْرَةُ" 7

”اس دن ہر شخص ایک فکر میں ہوگا جو اس کو سب سے بے نیاز کر دے گا۔ کتنے چہرے اُس دن روشن ہوں

گے، ہنستے ہوئے، ہشاش بشاش، اور کتنے چہرے ہوں گے کہ ان پر اس دن خاک اڑتی ہوگی، سیاہی چھا رہی

ہوگی۔“

اس روز آخری عدالت لگے گی۔ ہم سب کے اعمال نامے کھولے جائیں گے۔ ان اعمال ناموں میں ”جس نے ذرہ برابر بھلائی کی ہے، وہ بھی اسے دیکھ لے گا اور جس نے ذرہ برابر برائی کی ہے، وہ بھی اسے دیکھ لے گا۔“ 8 اور پھر جن کی فہرست اعمال میں نیکیاں زیادہ ہوں گی، وہ کامیاب اور جنت کے مستحق ٹھہریں گے اور جن کی فہرست اعمال میں گناہ زیادہ ہوں گے وہ مجرم اور جہنم کے سزاوار قرار پائیں گے۔ اس موقع پر ان مجرموں میں سے ہر ”مجرم کہے گا کہ اے کاش، وہ اس دن کے عذاب سے بچنے کے لیے، اپنے بیٹوں کو، اپنی بیوی کو، اپنے بھائی کو، اپنے خاندان کو جو اسے پناہ دیتا رہا اور اس زمین کے ہر شخص کو فدیہ میں دے دے، پھر اپنے آپ کو اس سے چھڑالے،“ مگر وہ ایسا نہیں کر سکے گا۔ آخرت کا گھر بس انہی لوگوں کے لیے بہتر قرار پائے گا جنہوں نے دنیا کی زندگی نفس کی خواہشوں پر قابو رکھتے ہوئے اور اپنے پروردگار کے حضور میں پیشی سے ڈرتے ہوئے گزاری ہوگی، گویا انہوں نے تقویٰ کی راہ اختیار کی ہوگی اور عمر بھر اپنے پروردگار کی اس بات کو مشعل راہ بنایا ہوگا کہ:

وَالدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ 9

”اور دار آخرت بہتر ہے ان لوگوں کے لیے جو تقویٰ اختیار کریں۔“

ہم میں سے ہر شخص اس دن جہنم کے دردناک عذاب سے بچنا چاہتا ہے اور دار آخرت میں بہتری کا طلب گار ہے، مگر ہمیں یہ بات جان رکھنی چاہیے کہ دار آخرت میں کامیابی اور بہتری کا صرف اور صرف ایک ہی راستہ ہے اور وہ راستہ تقویٰ ہے۔ ہمیں

7 القرآن، عبس، ۸۰: ۳-۴۔

8۔ الزلزال، ۹۹: ۷-۸۔

9۔ الاعراف، ۱۶۹: ۷۔

اس پر گام زن ہونے کے لیے ہر ممکن طریقہ اختیار کرنا چاہیے۔ اس مقصد کے حصول کے لیے سب سے موثر طریقہ روزہ ہے۔  
ارشاد خداوندی ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ<sup>10</sup>  
”اے ایمان والو! تم پر روزے فرض کر دیے گئے جیسا کہ تم سے پہلے لوگوں پر فرض کیے گئے تھے، تاکہ تم تقویٰ اختیار کرو۔“

اسلام کے عطا کردہ نظام عبادت میں جہاں ہر مسلمان کے لئے انفرادی طور پر عبادت و بندگی کے ذریعہ قرب خداوندی پانے کا حکم ہے وہاں اجتماعی طور پر پورے معاشرے میں بندگی و عبادت کے عملی اظہار کرنے کی ضرورت پر بھی زور دیا گیا ہے کہ جس سے افراد معاشرہ میں ممکنہ حد تک توازن پیدا ہو اور ایک ایسا معاشرہ تشکیل پائے کہ جس میں ہر مسلمان خودی و خودداری کے مستحسن احساس کے ساتھ زندگی بسر کر سکے۔

اس تناظر میں روزہ کو اگر دیکھا جائے تو اگرچہ یہ ایک انفرادی عبادت ہے لیکن نماز کے باجماعت ہونے کی وجہ سے جس طرح نماز اجتماعی فعل بن جاتی ہے، اسی طرح روزہ رکھنے کے لئے ایک خاص مہینے کے تقرر نے اس فعل کو ایک اجتماعی عمل بنا دیا ہے۔ روزہ ہمارے عمل، ہمارے اخلاق اور ہماری روح پر ایسے اثرات مرتب کرتا ہے کہ ہمارے لیے شیطان کی ترغیبات اور نفس کے داعیات کے باوجود تقویٰ کی نشوونما ممکن ہو جاتی ہے۔ چنانچہ رمضان کے دوران میں ہمیں اس بات کا جائزہ لیتے رہنا چاہیے کہ آیا ہم روزے کے ان اثرات سے فی الواقع فیض یاب ہو بھی رہے ہیں یا نہیں۔ اگر روزے ہمارے اندر تقویٰ کو پروان نہیں چڑھا رہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ ہم نے کھانے پینے کے اوقات میں تبدیلی کے سوا کچھ حاصل نہیں کیا۔ روزہ ہماری عملی، اخلاقی اور روحانی زندگی پر اثرات قائم کرتا ہے۔ اس حکیمانہ تدبیر سے روزے کے معاشرے پر جو اخلاقی و روحانی اثرات مرتب ہوتے ہیں ان میں سے خاص خاص کا ذکر ذیل میں کیا جاتا ہے:

**اتحاد و یگانگت کا جذبہ اجاگر ہونا:**

روزہ ایک انفرادی عمل ہے لیکن اسلامی معاشرے کے تمام افراد پر چونکہ روزہ فرض کیا گیا ہے، لہذا جب افراد معاشرہ اس کا اہتمام کرتے ہیں تو یقیناً اس کے معاشرے پر نہایت خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ان اثرات میں اہم ترین اسلامی معاشرے کے افراد میں باہمی اتحاد و یگانگت کی فضا قائم ہونا ہے۔ اس سے لوگوں میں فطری اور اصلی وحدت پیدا ہوتی

ہے، نسل یا زبان کا اشتراک فطری قومیت پیدا نہیں کرتی۔ آدمی کا دل صرف اسی سے ملتا ہے جو خیالات اور عمل میں اس سے ملتا ہے۔ یہی وہ اصلی رشتہ ہے جو دو آدمیوں کو ایک دوسرے سے باندھتا ہے۔ جب کوئی شخص اپنے گرد و پیش کے لوگوں کو ذہنت اور عمل میں اپنے سے مختلف پاتا ہے تو صریح طور پر اپنے آپ کو ان کے درمیان اجنبی محسوس کرتا ہے، مگر جب بہت سے لوگ مل کر ایک ہی ذہنی عمل کے ساتھ ایک ہی عمل کرتے ہیں تو ان میں باہمی یگانگت، رفاقت، یکجہتی اور برادری کے گہرے تعلقات پیدا ہو جاتے ہیں۔ نیکی ہو یا بدی دونوں صورتوں میں اجتماعی نفسیات اسی طرح کام کرتی ہے مگر فرق یہ ہے کہ بدی کے راستے میں افراد کی نفسیات کا داخل رہتا ہے جس کا فطری میلان فرد فرد کو پھاڑ کر الگ کر دینے کی طرف ہے۔ اس بناء پر برادری مستحکم نہیں ہوتی۔ اس کے برعکس نیکی کے راستے میں نفسانیت دہتی ہے اور نیک خیالات کا اظہار بہترین رشتہ اخوت پیدا کر دیتا ہے۔ اتفاق و اتحاد کی فضا قائم ہوتی ہے اور امت بیرونی خطرات سے محفوظ رہتی ہے۔

### اللہ تعالیٰ سے تعلق:

روح انسانی کی فطرت رجوع الی اللہ ہے، مگر نفس کی خواہشات اور شہوات اس کی فطرت کو مجروح کرتی رہتی ہیں۔ روزہ نفس کے میلانات پر پابندی عائد کر کے روح کو اس کے فطری رجحان کے مطابق پروان چڑھنے میں مدد دیتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ بندہ دنیا سے کٹ کر اللہ کی رضا جوئی کے لیے سرگرم عمل ہو جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ روزے کی عبادت اللہ تعالیٰ کی محبوب ترین عبادت ہے اور اللہ نے اس کا خاص اجر بیان فرمایا ہے۔ ارشادِ نبویؐ ہے:

”اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ آدمی کا ہر نیک عمل اس کے کام کا ہے، مگر روزہ خاص میرے لیے ہے اور میں ہی اس کا بدلہ دوں گا۔ قسم اس کی جس کے قبضے میں میری جان ہے، روزہ دار کے منہ کی بو اللہ کے نزدیک مشک کی بو سے بہتر ہے۔ روزہ دار کے لیے دو خوشیاں ہیں۔ ایک خوشی روزہ افطار کرتے ہوئے حاصل ہوتی ہے اور دوسری خوشی اس وقت حاصل ہوگی جب وہ اپنے مالک سے ملے گا اور روزے کا اجر دیکھ کر خوش ہو گا۔“<sup>11</sup>

جب انسان کا اللہ سے تعلق اس قدر مضبوط ہو جاتا ہے تو وہ اپنی تمام مشکلات میں اسی کو پکارتا اور اسی پہ توکل کرتا ہے اور اللہ بھی اس کی دعاؤں کو سنتا اور اس کے مسائل حل کرتا ہے۔ چنانچہ اس طرح معاشرے کے مسائل میں کمی واقع ہوتی ہے۔

11۔ بخاری، الجامع الصحیح، ص: ۳۰۵، رقم الحدیث: ۱۸۹۴۔

## انفاق فی سبیل اللہ:

اللہ کی راہ میں اپنا مال خرچ کرنا انفاق ہے۔ آخرت کی کامیابی کے حوالے سے اللہ کی راہ میں خرچ کرنے کی بہت اہمیت ہے۔

قرآن مجید میں ارشاد ہے:

"وَأَنْفِقُوا مِنْ مَا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُنُ مِنَ الصَّالِحِينَ" 12

”اور جو کچھ ہم نے تمہیں دے رکھا ہے اس میں سے اس سے پہلے خرچ کرو کہ تم میں سے کسی کو موت آ جائے تو کہنے لگے اے میرے پروردگار! مجھے تو تھوڑی دیر کی مہلت کیوں نہیں دیتا؟ کہ

میں صدقہ کروں اور نیک لوگوں میں سے ہو جاؤں۔“

گویا اللہ کی یاد کو قائم رکھنے، مال و اولاد کے فتنوں سے محفوظ رہنے کا طریقہ یہ ہے کہ اللہ کی راہ میں اس کے دیے ہوئے مال میں سے خرچ کیا جائے۔

رمضان میں اس نیکی کا بھرپور اظہار ہونا چاہیے۔ اس موقع پر اپنے اعزہ پر، اپنے ہمسائیوں پر، اپنے ہم وطنوں پر اور ناداروں اور ضرورت مندوں پر جس قدر ممکن ہو اللہ کی راہ میں خرچ کرنا چاہیے۔ رمضان میں نبی ﷺ کے انفاق کے حوالے سے حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں:

كَانَ أَجْوَدَ بِالْخَيْرِ مِنَ الرِّيحِ الْمُرْسَلَةِ. 13

”آپ کی سخاوت چلتی ہوئی ہو اسے بھی زیادہ ہوتی تھی۔“

رمضان میں انفاق کی ایک صورت روزہ دار کو روزہ افطار کرانا بھی ہے۔ زید بن خالد جہنیؓ رسول ﷺ سے روایت کرتے ہیں:

"مَنْ فَطَرَ صَائِمًا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِهِ، غَيْرَ أَنَّهُ لَا يَنْقُصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْئًا." 14

”جس نے کسی روزہ دار کو افطار کرایا، اس کے لیے روزہ دار کے برابر اجر ہے اور اس سے روزہ دار کے اجر

میں کوئی کمی واقع نہیں ہوگی۔“

اس دوران انفاق فی سبیل اللہ اور دیگر مالی صدقات کے معاشرے پر درج ذیل اثرات مرتب ہوتے ہیں:

12 - المنافقون، ۶۳: ۱۰۔

13 بخاری، الجامع الصحیح، ص: ۳۰۶، رقم الحدیث: ۱۹۰۲۔

14 ترمذی، محمد بن عیسیٰ، ”جامع الترمذی“، دار السلام للنشر والتوزیع الریاض، ۳۲۰ھ، ص: ۲۰۱، رقم الحدیث: ۸۰۷۔

۱۔ معاشرے میں ضرورت مندوں اور نادار لوگوں کی مدد سے ان کی ضرورت پوری ہوتی ہے تو معاشرتی محرومیوں کا خاتمہ ہوتا ہے۔

۲۔ دوسروں کی ضرورت کا احساس اور ایثار کا جذبہ پیدا ہوتا ہے جس سے افراد معاشرہ میں باہمی ہم آہنگی پیدا ہوتی ہے اور اخوت و بھائی چارے کی فضا پیدا ہوتی ہے۔

۳۔ انفاق فی سبیل اللہ سے اللہ کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے اور یہ عمل بے حد و حساب اجر و ثواب کا باعث بنتا ہے۔

### پابندی وقت:

ایک ترقی یافتہ معاشرہ کی اولین علامت یہ ہوتی ہے کہ اس کے افراد میں نظم و ضبط اور پابندی وقت کی خوبی پائی جاتی ہے۔ اسلامی معاشرہ اپنے افراد میں یہ خوبی ارکان اسلام اور ان میں سے خصوصاً روزہ کے ذریعے پیدا کرتا ہے۔ اس کا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ وقت ضائع ہونے سے بچ جاتا ہے اور تھوڑے وقت میں زیادہ کام نمٹ جاتا ہے۔ ایک ترقی یافتہ اسلامی معاشرہ زیادہ قوت اور حکمت کے ساتھ اپنی دعوتی سرگرمیوں کو فروغ دے کر تھوڑے وقت میں زیادہ نتائج حاصل کر سکتا ہے۔ لہذا ضرورت اس امر کی ہے کہ معاشرہ کے سب افراد روزے کا اہتمام کریں اور اس کے ذریعے تربیت حاصل کر کے اپنے معاشرے کو زیادہ سے زیادہ فائدہ پہنچائیں۔

### تحلل اور برداشت:

روزے کی حالت میں روزہ دار صبر و برداشت اور تحلل کا پیکر بن جاتا ہے۔ جب سامنے کھانا آتا ہے تو بھوک کے باوجود وہ اس سے منہ پھیر لیتا ہے۔ جب کوئی اس سے جھگڑا کرتا ہے تو وہ یہ کہہ کر گریز کر لیتا ہے کہ میں روزے سے ہوں۔ اللہ کے حکم کی پیروی میں انسان کے اس صبر و ثبات پر اللہ کی رحمتیں نازل ہوتی ہیں۔ ام عمارہ بنت کعب بیان کرتی ہیں:

”رسول ﷺ ان کے ہاں تشریف لائے تو انہوں نے آپ کے لیے کھانا منگوایا۔ آپ نے فرمایا کہ تم بھی کھاؤ تو

انہوں نے کہا کہ میں روزے سے ہوں۔ نبی ﷺ نے فرمایا کہ جس وقت روزہ دار کے پاس کھانا کھایا جائے، تو

فرشتے اس کے لیے رحمت کی دعا کرتے ہیں، یہاں تک کہ وہ کھانے سے فارغ ہو جائے۔“<sup>15</sup>

روزہ انسان کی ایسی تربیت کر دیتا ہے کہ وہ بڑی سے بڑی آزمائش کو بھی خندہ پیشانی سے سہ لیتا ہے۔ تربیت کے اسی پہلو کی وضاحت میں مولانا امین احسن اصلاحی لکھتے ہیں:

<sup>15</sup> خطیب تبریزی، محمد بن عبد اللہ، ”مشکاۃ المصابیح“، قدیمی کتب خانہ کراچی، ۱۳۵۰ھ، ص: ۱۷۳، رقم الحدیث: ۱۹۸۱۔

”یہی روزہ ہے جو مذہب نے انسانوں کی ظاہری و باطنی تربیت کے لیے تجویز فرمایا ہے اور مقصود اس سے ان کی صلاحیت کار کو ضعیف کرنا نہیں ہے، بلکہ اس صلاحیت کار کو صبر اور تقویٰ کی بنیاد پر زیادہ سے زیادہ مستحکم کر دینا ہے تاکہ انسان حق کی مخالف طاقتوں کے مقابل میں، خواہ یہ طاقتیں شیطانی ہوں یا انسانی، جہاد کا اہل ہو سکے۔ قرآن اور حدیث پر نگاہ رکھنے والے اچھی طرح جانتے ہیں کہ روزے کے بنیادی مقصد دو بیان کیے گئے ہیں۔ تقویٰ اور صبر۔ تقویٰ یہ ہے کہ آدمی زندگی کے ہر مرحلہ میں اور ہر قسم کے حالات میں اپنے نفس کو حدود الہی کا پابند رکھے۔ صبر یہ ہے کہ اس راہ میں خارج سے یا اس کے باطن سے جو مشکلات و موانع بھی سر اٹھائیں۔ ان کا پورے عزم و جزم کے ساتھ مقابلہ کرے اور ان کے آگے سپر انداز نہ ہو۔ یہ جہاد زندگی بھر کا جہاد ہے۔ رمضان کے مہینے میں ہر مسلمان اسی جہاد کی ٹریننگ حاصل کرتا ہے۔ اگرچہ اس کا امکان ہے کہ نئے نئے بھرتی ہونے والوں پر اس ٹریننگ کا فوری اثر اضمحلال اور ضعف کی شکل میں ظاہر ہوتا ہو، لیکن دیکھنے کی چیز یہ فوری اثر نہیں، بلکہ اس کا مستقل اثر ہے۔ اس کا مستقل اثر یقیناً، اس کو صحیح طور پر برتنے کی شکل میں، یہی ہونا چاہیے کہ انسان کی بلادت کم ہو، اس کی روح قوی ہو، اس کا دل توانا ہو، اس کی قوتِ ارادی مضبوط ہو، اس کی قوتِ برداشت بڑھ جائے، وہ جہاد زندگانی اور جہاد فی سبیل اللہ کے لیے پوری طرح تیار ہو جائے۔“<sup>16</sup>

### تفہیم قرآن:

رمضان میں تفہیم قرآن کی اہمیت بہت واضح ہے۔ یہ اس بابرکت مہینے میں نازل ہوا۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۝<sup>17</sup>

”یہ رمضان کا مہینا ہے جس میں قرآن اتارا گیا لوگوں کے لیے ہدایت بنا کر اور حق و باطل کے درمیان امتیاز کے کھلے دلائل کے ساتھ۔“

اس سے واضح ہوتا ہے کہ ماہ رمضان کی قرآن مجید سے خاص مناسبت ہے۔ اور اس مہینے میں خدا کی بات سننے اور سمجھنے کی طلب ہر دل میں پیدا ہوتی ہے اور خلوت میسر ہونے اور روزمرہ مصروفیات میں کمی کی وجہ سے فہم قرآن کا پورا موقع میسر آجاتا ہے،

<sup>16</sup> اصلاحی، امین احسن، ”تدبر قرآن“، فاران فاؤنڈیشن لاہور، ۲۰۰۹ء، ۱/۳۶۲۔

<sup>17</sup> البقرہ، ۲: ۱۸۵۔



اس سے پورا فائدہ اٹھاتے ہوئے قرآن مجید کی زیادہ سے زیادہ تلاوت کرنی چاہیے۔ یہاں یہ واضح رہے کہ تلاوت سے مراد قرآن مجید کو بے سوچے سمجھے پڑھنا نہیں ہے، بلکہ نہایت غور و فکر کے ساتھ مطالعہ کرنا ہے۔

### جملہ معاشرتی برائیوں کا سدباب:

انسان جھوٹ غیبت حرام خوری، بے حیائی اور بے شمار برائیوں سے بچا رہتا ہے۔ اپنے مالک کے حضور میں سر بہ سجود ہونا انسان کی معراج ہے۔ نماز اصل میں، ان نعمتوں پر شکر کا اظہار ہے جو پروردگار نے انسان کو کسی استحقاق کے بغیر دی ہیں، اس حقیقت کا اعتراف ہے کہ دنیا کا کارساز صرف اور صرف وہی ہے، اس بات کا اقرار ہے کہ ہماری محبت کا مرکز حقیقی وہی ہے، اس امر کی تائید ہے کہ اطاعت کا مرجع اسی کی ذات ہے اور یہ کہ جو کچھ ملے گا اسی کے در سے ملے گا۔ دوسرے الفاظ میں نماز انسان کی طرف سے بندگی رب کا بھرپور اظہار ہے۔ رمضان میں چونکہ پورا ماحول اللہ تعالیٰ کی عبادت میں سرگرم ہوتا ہے، اس لیے ہر شخص کے اندر عبادت کا رجحان بڑھ جاتا ہے۔ یہ مہینا ہمیں یہ موقع فراہم کرتا ہے کہ ہم رضائے الہی کی جستجو میں نماز کو اپنے معمولات کا سب سے اہم حصہ بنائیں۔ اس ضمن میں عام طور پر مسلمان سہ جہتی منصوبہ بندی کرتے ہیں؛ ایک یہ کہ اس کی حتی المقدور کوشش ہوتی ہے کہ فرض نمازیں کسی حال میں قضا نہ ہوں اور مسجد میں باجماعت نماز کا التزام کیا جائے۔ دوسرے یہ کہ فرض نمازوں کے ساتھ ساتھ زیادہ سے زیادہ نوافل ادا کرنے کی کوشش کی جائے۔ تیسرے یہ کہ تہجد کی نماز کو اس مہینے میں اپنا معمول بنا لیا جائے۔ اگرچہ اس بات کی روایت پڑ گئی ہے کہ رمضان میں تہجد کی نماز عشا کے ساتھ ہی تراویح کے نام سے پڑھ لی جاتی ہے، مگر اس کا اصل طریقہ یہ ہے کہ اسے تنہائی میں اور رات کا کچھ حصہ گزر جانے کے بعد پڑھا جائے۔ رمضان میں اس کی اس قدر اہمیت ہے کہ نبی ﷺ نے فرمایا:

من قام رمضان ايماناً و احتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه۔<sup>18</sup>

”جو شخص رمضان میں اپنے ایمان کو قائم رکھتے ہوئے ثواب کی نیت سے (تہجد کی نماز پڑھنے کے لیے) کھڑا

ہو، اس کے تمام سابقہ گناہ معاف کر دیے جائیں گے۔“

نمازوں میں مسلمانوں کی اس درجہ سرگرمی کا یقینی طور پر معاشرے پر ایک خوشگوار اثر مرتب ہوتا ہے، معاشرے اس کے سبب امن و سلامتی کا گہوارا بن جاتا ہے اور اس سے معاشرے میں بے حیائی اور برائی کا سدباب ہوتا ہے، ارشاد باری ہے:

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ۔<sup>19</sup>

”بلاشبہ نماز بے حیائی اور برے کاموں سے روکتی ہے۔“

حسن کلام:

وہی کلام اچھا اور موثر ہوتا ہے جو شائستہ ہو، حیا کا آئینہ دار ہو اور جھوٹ سے پاک ہو۔ روزے کا زیادہ وقت کم گوئی اور پروردگار کے ساتھ مناجات میں گزرتا ہے، لیکن اگر گفتگو کا موقع بھی ہو تو عام طور پر پاکیزہ ہوتی ہے۔

رسول ﷺ نے روزے کے دوران فحش گفتگو اور جھگڑنے سے منع فرمایا ہے، ابو ہریرہؓ سے مروی ہے کہ نبی ﷺ نے فرمایا:

إِن الصَّيَامَ لَيْسَ مِنَ الْأَكْلِ وَالشَّرْبِ فَقَطْ إِنَّمَا الصَّيَامُ مِنَ اللَّغْوِ وَالرَّفَثِ فَإِنْ سَابَكَ

أَحَدٌ أَوْ جَهِلَ عَلَيْكَ فَقُلْ: إِنِّي صَائِمٌ۔<sup>20</sup>

”روزہ صرف کھانا پینا چھوڑنے کا نام نہیں بلکہ روزے کی حالت میں بے ہودگی اور بے حیائی کو چھوڑنا بھی

روزے میں شامل ہے۔ پس اگر تمہیں کوئی شخص گالی دے یا بد تمیزی کرے تو تم کہو: میں تو روزے کی

حالت میں ہوں، میں تو روزے کی حالت میں ہوں۔“

اسی طرح آپ ﷺ کا ارشاد ہے:

مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ اللَّهُ حَاجَةً أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ۔<sup>21</sup>

”جو جھوٹی بات اور اس پر عمل کو نہیں چھوڑتا تو اللہ کو ضرورت نہیں کہ وہ کھانا پینا چھوڑ دے۔“

چنانچہ روزہ سے انسان غیبت اور جھوٹ سے بچا رہتا ہے اور ان کے اثرات بد جو معاشرے پر قائم ہوتے ہیں ان سے معاشرہ بچا

رہتا ہے۔ مزید یہ کہ اگر ایک دوسرے اچھے کلام اور اچھی گفتگو کا مظاہرہ کریں گے تو افراد معاشرہ میں احترام اور باہمی محبت

کے جذبات فروغ پاتے ہیں اور معاشرے میں اچھے رجحانات پروان چڑھتے ہیں۔

خلوص نیت:

نماز، زکوٰۃ، حج اور دیگر عبادات اپنا ایک ظاہری وجود رکھتی ہیں۔ جن کی ادائیگی سے اکثر اوقات انسان کے اندر دکھلاوا اور

ریاکاری کے جذبات بھی فروغ پانے لگتے ہیں، یوں ان سے اخلاص ایسی نعمت جو مقصود عبادت ہے، جاتی رہتی ہے مگر روزہ ایک

<sup>19</sup> القرآن، العنکبوت، ۲۹: ۲۵۔

<sup>20</sup> ابن حبان، محمد بن حبان، ”صحیح ابن حبان“، مؤسسة الرسالۃ بیروت، ۱۴۱۲ھ، ۱۷۹/۲، رقم الحدیث: ۳۴۷۰۔

<sup>21</sup> بخاری، الجامع الصحیح، ص: ۳۰۶، رقم الحدیث: ۱۹۰۳۔

ایسی عبادت ہے کہ جس سے ریاکارانہ جذبات کی نفی ہوتی ہے۔ پس یہ اخلاص پر مبنی ایک ایسا معاملہ اور طریق بندگی ہے جو روزہ دار اور اس کے خالق کے درمیان ہی ہوتا ہے، کسی دوسرے کو اس کی کوئی خبر نہیں ہوتی۔

### جسمانی صحت:

ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ۝<sup>22</sup>

”اور تمہارا روزہ رکھ لینا تمہارے لئے بہتر ہے اگر تمہیں سمجھ ہو۔“

اس میں کوئی شک نہیں کہ روزہ صحت کے لیے نہایت مفید پریکٹس ہے۔ ابو ہریرہؓ سے روایت ہے، نبی ﷺ نے فرمایا:

صوموا تصحوا۔<sup>23</sup>

”روزہ رکھا کرو، تندرست رہو گے۔“

اگر ہم طبی نکتہ نظر سے مطالعہ کریں تو یہ واضح ہو جاتا ہے کہ روزہ عبادت کے ساتھ ساتھ صحتِ انسانی کے لئے مفید چیز ہے۔ ڈاکٹر زکا کہنا ہے کہ روزے سے جسم میں کوئی نقص یا کمزوری واقع نہیں ہوتی بلکہ روزہ رکھنے سے صرف دو کھانوں کا درمیانی وقفہ ہی معمول سے کچھ زیادہ ہوتا ہے اور درحقیقت ۲۴ گھنٹوں میں جسم کو مجموعی طور پر اتنے حرارے (Calories) اور مالچ (پانی) کی مقدار مل جاتی ہے جتنی روزے کے علاوہ دنوں میں ملتی ہے۔ روزے سے مندرجہ ذیل طبی فوائد حاصل ہوتے ہیں:

۱۔ روزہ نظامِ ہضم کو ایک ماہ کے لئے آرام مہیا کر دیتا ہے۔ اس کا حیران کن اثر بطور خاص جگر پر ہوتا ہے۔ دوسری طرف روزہ کے ذریعے جگر کو چار سے چھ گھنٹوں تک آرام مل جاتا ہے جو روزہ کے بغیر قطعی ناممکن ہے۔

۲۔ دورانِ روزہ خون کی مقدار میں کمی ہو جاتی ہے یہ اثر دل کو نہایت فائدہ مند آرام مہیا کرتا ہے۔

۳۔ پھیپھڑے براہِ راست خون صاف کرتے ہیں اس لئے ان پر بلاواسطہ روزے کے اثرات پڑتے ہیں۔ اگر

پھیپھڑوں میں خون منجمد ہو جائے تو روزے کی وجہ سے بہت جلد یہ شکایت رفع ہو جاتی ہے، کیونکہ اس کی نالیاں

صاف ہو جاتی ہیں۔

<sup>22</sup> القرآن، البقرة، ۲: ۱۸۴۔

<sup>23</sup> الطبرانی، سلیمان بن احمد، ”المعجم الکبیر“، مکتبہ ابن تیمیہ قاہرہ، ۱۳۱۳ھ، ۱۵/۱۳۸۔

۴۔ روزے کے دوران جب خون میں غذائی مادے کم ترین سطح پر ہوتے ہیں تو ہڈیوں کا گودہ حرکت پذیر ہو جاتا ہے۔ اس کے نتیجے میں لاغر لوگ روزے رکھ کر آسانی سے اپنے اندر زیادہ خون پیدا کر سکتے ہیں۔

۵۔ خون میں سرخ ذرات کی تعداد زیادہ اور سفید ذرات کی تعداد کم پائی جاتی ہے۔ ماہرین کے مطابق روزے میں حرارت جسمانی گر جاتی ہے لیکن جب اصلی بھوک عود کر آتی ہے۔ تو حالت جسمانی اصلی حالت کی طرف مائل ہو جاتی ہے اسی طرح جب روزہ کھولا جاتا ہے اور غذا استعمال ہوتی ہے تو حرارت جسمانی میں کسی قدر اضافہ ہو جاتا ہے روزہ رکھنے کے بعد خون کی صفائی کا عمل جاری ہو جاتا ہے۔<sup>24</sup>

### مشقت کا عادی ہونا:

روزہ رکھنے سے انسان سہل پسندی کی زندگی سے باہر نکل آتا ہے۔ اور مشقت کا عادی ہو جاتا ہے جو کہ معاشرتی اور انفرادی طور پر ایک خوش آئند بات ہے۔ جس معاشرے کے افراد مشقت کے عادی اور سخت جان ہوں وہ معاشرہ ترقی کی راہ پر گامزن ہو جاتا ہے۔ اور ایک ترقی یافتہ معاشرہ اپنے افراد کی خوشحالی کا ضامن ہوتا ہے۔ لہذا معاشرے میں یہ خوبی روزہ سے ممکن بنائی جا سکتی ہے۔

### نیکی اور تقویٰ کی طرف مائل ہونا:

روزے کا اولین مقصد افراد معاشرہ میں تقویٰ اور پرہیزگاری پیدا کرنا ہے جیسا کہ قرآن کریم میں ارشاد باری ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ<sup>25</sup>

”اے ایمان والو! تم پر روزے فرض کر دیے گئے جیسا کہ تم سے پہلے لوگوں پر فرض کیے گئے تھے، تاکہ تم تقویٰ اختیار کرو۔“

چنانچہ روزے کی خصوصیت یہ ہے کہ ایک خاص قسم کی نفسیاتی فضا پیدا ہو جاتی ہے۔ ایک شخص انفرادی طور پر کسی ذہنی کیفیت کے تحت کوئی کام کر رہا ہو اور اس کے گرد و پیش دوسرے لوگوں میں وہ ذہنی کیفیت نہ ہو تو وہ اس ماحول میں اجنبی بن کر رہ جائے گا اور ماحول نہ صرف یہ کہ اس کے بڑھانے میں کوئی مدد نہ دے گا بلکہ اس کی کیفیت کو گھٹا دے گا لیکن اگر پورے ماحول پر وہی فضا طاری ہو اور تمام لوگ ایک ہی خیال اور ایک ہی ذہنیت کے ماتحت ایک ہی عمل کر رہے ہوں تو معاملہ برعکس

<sup>24</sup> www.thefatwa.com/urdu/questionID/579

ہوگا۔ اس وقت ایک ایسی اجتماعی فضا بن جائے گی جس میں پوری جماعت پر وہی ایک کیفیت چھائی ہوئی ہوگی اور ہر فرد کی اندرونی کیفیت ماحول کی خارجی اعانت سے غذالے کر بے حد و حساب بڑھتی چلی جائے گی۔ ایک ایک سپاہی کا الگ الگ جنگ کرنا اور مہالک جنگ کا برداشت کرنا کس قدر مشکل ہے؟ لیکن جہاں فوج کی فوج ایک ساتھ مارچ کر رہی ہو وہاں جذبات شہادت و حماست کا ایک طوفان اٹھ آتا ہے جس میں ہر سپاہی دیوانہ وار بہتا چلا جاتا ہے۔

روزے کے لئے رمضان کا مہینہ مقرر کر کے شارع علیہ السلام نے یہی کام لیا ہے۔ رمضان کا مہینہ گویا خیر و صلاح اور تقویٰ و طہارت کا موسم ہے جس میں برائیاں دہتی اور نیکیاں پھلتی پھولتی ہیں۔ اسی لئے احادیث میں آیا ہے کہ جب رمضان آتا ہے تو جنت کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں اور جہنم کے دروازے بند کر دیئے جاتے ہیں۔

### ہمدردی اور خیر خواہی کا جذبہ پیدا ہونا:

اس اجتماعی عبادت کا تیسرا زبردست کام یہ ہے کہ یہ عارضی طور پر تمام لوگوں کو ایک سطح پر لے آتی ہے، اگرچہ امیر امیر ہی رہتا ہے اور غریب غریب، لیکن روزہ چند گھنٹوں کے لئے امیر پر بھی وہی کیفیت طاری کر دیتا ہے جو اس کے فاقہ کش بھائی پر گزرتی ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ اس کی مصیبت حقیقی طور پر محسوس کرتا ہے اور خدا کی رضا کا جذبہ اسے غریب بھائیوں کی مدد پر اکساتا ہے، جس قوم کے امیروں میں غریبوں کی تکلیف کا احساس اور ان کی عملی ہمدردی کا جذبہ ہو اور جہاں صرف اداروں ہی کو خیرات نہ دی جاتی ہو بلکہ فرداً فرداً بھی حاجت مندوں کو تلاش کر کے مدد پہنچائی جاتی ہو وہاں نہ صرف یہ کہ قوم کے کمزور حصے تباہ ہونے سے بچ جاتے ہیں اور اجتماعی فلاح برقرار رہتی ہے بلکہ غربت اور امارت میں حسد و نفرت کے بجائے محبت اور شکرگزاری کے تعلقات استوار ہوتے ہیں اور وہ طبقاتی کشمکش کبھی رونما نہیں ہو سکتی جو ان قوموں میں برپا ہوتی ہے، جن کے مالدار لوگ جانتے ہی نہیں کہ فقر و فاقہ کیا چیز ہوتی ہے۔

### خلاصہ بحث:

مضمون ہذا کے عنوان پر سیر حاصل بحث کا خلاصہ چند ایک نکات کی صورت میں اس طرح پیش کیا جاسکتا ہے:

- ۱۔ روزہ رکھنے سے اہل ثروت کے دلوں میں اکثر فاقہ سے رہنے والے دوسرے انسانوں کے لئے ہمدردی اور غم خواری کے جذبات پیدا ہوتے ہیں کیونکہ وہ روزہ کی صورت میں عملی طور پر بھوک اور پیاس کے تجربہ سے گزر رہے ہوتے ہیں۔
- ۲۔ بھوک اور پیاس کا یہ تجربہ انہیں غریبوں اور حاجت مندوں کی ضروریات کو پورا کرنے کے لئے ان کی مدد پر ابھارتا ہے۔ اس ماہ مبارک میں جو ادا کریم آقا ﷺ کی سخاوت کا ذکر کرتے ہوئے سیدہ عائشہ فرماتی ہیں کہ آپ ﷺ کی سخاوت

موسلا دھار بارش کی مانند ہوتی تھی۔ حضرت عبداللہ ابن عباسؓ فرماتے ہیں یوں تو حضور ﷺ سب لوگوں سے بڑھ کر سخی تھے مگر ماہ رمضان میں جب جبریل امین آپ ﷺ سے ملاقات کرتے تو عام دنوں کی نسبت آپ ﷺ کی سخاوت بہت بڑھ جاتی تھی۔ ظاہر ہے کہ یہ سخاوت رسول اللہ ﷺ کی اپنی امت کے غرباء پر ہی تھی۔

۳۔ ماہ رمضان میں بالعموم لوگ صدقہ فطر کے علاوہ زکوٰۃ کی ادائیگی اور عام صدقہ کا خصوصی اہتمام کرتے ہیں۔ یوں ایک طرف دلوں سے دنیا کی محبت نکلتی ہے تو دوسری طرف صدقہ و زکوٰۃ کی ان رقوم سے غریب اور مفلوک الحال لوگوں کی مالی حالت بھی بہتر ہوتی ہے اور وہ معاشرے میں باعزت زندگی گزارنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ اس طرح معاشرے میں معاشی عدم توازن میں کمی واقع ہوتی ہے۔ ماہ رمضان میں صدقہ و خیرات کی رغبت دلاتے ہوئے اس کے اجر و ثواب میں بھی اضافہ کر دیا جاتا ہے۔

۴۔ روزہ رکھنے سے انسان کے اندر احساس ذمہ داری پیدا ہوتی ہے۔ اس طرح ایک اچھا معاشرہ تشکیل پاتا ہے جس کے افراد کے اندر اپنی معاشرتی ذمہ داریوں کو پورے طور پر ادا کرنے کا احساس پیدا ہوتا ہے۔

۵۔ ماہ رمضان میں سحر و افطار کی اوقات کار کے مطابق انجام دہی وقت کی پابندی کا درس ہے۔ تاریخ گواہ ہے کہ وہی قومیں ترقی و عروج کی منزل نشیں ہوتی ہیں جو وقت کی قدر کو پہچانتی ہیں اور اپنے فرائض کو وقت پر ادا کرتی ہیں۔

۶۔ ماہ رمضان میں معاشرے کی اخلاقی، قانونی، تہذیبی اور اجتماعی اصلاح کی فضا پیدا کرتا ہے۔ مسلم معاشرے کے تمام افراد کے اندر زبردست جماعتی احساس پیدا کرتا ہے۔

۷۔ روزہ امت مسلمہ میں ایک عالمگیر برادری کے احساس کو پنختہ کرتا ہے۔

۸۔ نسلی اور طبقاتی تفاخر کو ختم کرنے میں روزہ اہم ترین کردار ادا کرتا ہے کہ جب افطاری کے وقت امیر و غریب سب ایک دسترخوان پر جمع ہو کر اللہ تعالیٰ کی نعمتوں سے لطف اندوز ہو کر خوشی و مسرت کی فضا میں روزہ افطار کرتے ہیں۔

۹۔ روزہ معاشرے میں رہتے ہوئے روزہ داروں کو ایک دوسرے کی تکلیف کا احساس بھی دلاتا ہے اور پھر تکلیف میں مبتلا دوسرے بھائی کو اس سے نجات دلانے کے لئے اس کی مدد کرنے کے جذبات کو ابھارتا ہے۔