Day: ______ Date: ______

روزہ اور اس کے فوائد

نماز کی طرح روزہ بھی زمانۂ قدیم سے انبیاء کی شریعتوں کا لازمی جزو رہا ہے۔ روزہ سال بھر میں ایک ماہ کا غیر معمولی نظام تربیت ہے جو آدمی کو تقریباً ۲۰ گھنٹے تک اپنے ڈسپلن کے مضبوط شکنجے میں کسے رکھتا ہے۔ اس لیے روزے کو اسلامی عبادات میں بہت اہمیت حاصل ہے۔ حضور اکرمؐ سے روایت ہے:

ہر چیز کی زکوۃ ہے اور جسم کی زکوۃ روزہ ہے۔

روزہ کا مفہوم:

روزہ عربی زبان کے لفظ "صوم" کو کہتے ہیں جس کے لفظی معنی "رک جانا" اور ترک کر دینا ہے۔ اصطلاح میں روزہ سے مراد صبح صادق سے کر غروب آفتاب تک کھانے پینے اور جماع سے رکنے کا نام روزہ ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

پس تم میں سے جو کوئی اس مہینے کو پائے اسے چاہیے کہ روزے رکھے (البقرہ)

روزہ سے مقصود تقویٰ کا حصول ہے۔ روزہ اللہ تعالیٰ کے قرب کا ذریعہ ہے۔ اس سے انسان کے اندر مالک کی رہنمائی پر عمل کا جذبہ پیدا ہوتا ہے۔

قرآن و حدیث میں روزے کی اہمیت:

قرآن و حدیث میں بے جا مقامات پر روزے کی اہمیت اور فرضیت کے متعلق احکامات ہیں۔ قرآن پاک میں فرمان ہے:

اے ایمان والو تم پر روزے فرض کیے گئے جس طرح تم سے پہلے لوگوں پر فرض کیے گئے تھے تاکہ تم پرہیزگار بن جاؤ۔
(البقرہ)

Day:

Date:

فرمانِ الٰہی ہے:

رات تک روزہ پورا کرو (البقرہ)

ایک اور جگہ ارشادِ ربانی ہے:

اور یہ کہ روزہ رکھنا تمہارے لیے بہتر ہے اگر تم جانتے ہو (البقرہ)

حضور اکرمؐ نے فرمایا:

جو بندہ رمضان کا ایک روزہ بھی بغیر کسی عذر کے چھوڑے اور پھر تمام عمر روزے رکھے تو اس کی تلافی نہیں ہو سکتی۔

حدیثِ قدسی ہے:

روزہ میرے لیے ہے اور میں ہی اسکی جزا دونگا۔

اجتماعی زندگی پر روزے کے اثرات:

اگرچہ روزہ ایک انفرادی فعل ہے لیکن ایک خاص مہینہ کے تقرر نے اس فعل کو ایک اجتماعی فعل بنا دیا ہے۔

1. تقویٰ اور پاکیزگی کی فضا:

اگر پورے ماحول پر ایک ہی فضا طاری ہو تو 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 غذا لے کر بے حد و حساب بڑھتی چلی جائے گی۔ رمضان کا مہینہ گویا خیر و صلاح اور تقویٰ و طہارت کا موسم ہے جس میں برائیاں دبتی اور نیکیاں پھلتی پھولتی ہیں۔ حدیث کا مفہوم ہے:

جب رمضان آتا ہے تو جنت کے دروازے کھول دیے جاتے ہیں اور جہنم کے دروازے بند کر دیے جاتے ہیں۔

Day: ______ Date: ______

2. جماعتی احساس:

اجتماعی عمل سے لوگوں میں فطری اور اصلی وحدت پیدا ہوتی ہے۔ آدمی کا دل صرف اسی سے ملتا ہے جو خیالات اور عمل میں اس سے ملتا ہے۔ نیک خیالات و افعال کا اشتراک بہترین رشتہ اخوت پیدا کر دیتا ہے۔ روزہ انسان میں جماعتی احساس پیدا کرتا ہے۔

3. عدل اجتماعی:

روزہ عدل اجتماعی کا احساس دلا کر معاشی مساوات پیدا کرتا ہے اور معاشرتی تفاوت کو ختم کرتا ہے۔ اپنی بہتری کے لیے سوچتا ہوا انسان (روزہ دار) غربا و مساکین کے لیے بھی ترس اور رحم کے جذبات رکھتا ہے۔

4. امدادِ باہمی:

روزہ انسان کے اندر صبر و تحمل کا جذبہ پیدا کرتا ہے اور لالچ و حرص کے جذبات کی نفی کرتا ہے جس سے امداد باہمی کا احساس اجاگر ہوتا ہے۔ روزہ رکھ کر بھوکا پیاسا رہنے سے دوسروں کی بھوک کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ روزہ چند گھنٹے کے لیے امیر پر بھی وہی کیفیت طاری کرتا ہے جو اس کے فاقہ کش بھائی پر گزرتی ہے۔ روزہ ایسا معاشرہ بناتا ہے جہاں امیروں کو غریبوں کا احساس ہوتا ہے اور وہ یہ نہیں پوچھتے کہ انہیں روٹی نہیں ملتی تو یہ کیک کیوں نہیں کھاتے؟

Day: ______ Date: ______

انفرادی زندگی پر روزے کے اثرات:

روزے کے انفرادی زندگی پر کثیر اثرات ہوتے ہیں:

1. تزکیہ نفس:

روزہ رکھ کر جو آدمی صبح سے شام تک بھوکا پیاسا رہتا ہے، نہ وہ بری آنکھ سے کسی کو دیکھتا ہے اور نہ ہی برائی کے بارے میں سوچتا ہے وہ در اصل اپنے نفس کو پاک کر رہا ہوتا ہے۔ ارشادِ ربانی ہے:

تحقیق وہ فلاح پا گیا جس نے اپنا تزکیہ کر لیا (الاعلیٰ)

2. احساس بندگی:

روزے سے انسان ہر آن اپنے آپ کو خدا کا بندہ اور محکوم محسوس کرتا ہے۔ رمضان کے 24 گھنٹے کے روزے پورا سال انسان کے ذہن میں یہ احساس تازہ رکھتے ہیں کہ انسان کس کا بندہ ہے

3. اطاعت امر:

لازمی ہے کہ انسان اپنے آپ کو جس خدا کا بندہ سمجھ رہا ہے اس کی اطاعت بھی کرے۔ احساس بندگی جتنا شدید ہوگا اطاعت امر بھی اتنی شدت سے ہوگی۔ روزہ انسان کو مہینہ بھر کئی کئی گھنٹے بھوکا پیاسا رکھتا ہے کہ اسکو اپنی ابتدائی ضروریات پوری کرنے کے لیے بھی خداوند عالم سے اجازت کی ضرورت ہوتی ہے۔ روزے کی اصل روح یہ ہے کہ اس پر بندگی کا احساس طاری ہو۔ حدیث مبارکہ ہے:

کتنے ہی روزہ دار ہیں کہ روزے سے بھوک اور پیاس کے سوا کچھ حاصل نہیں ہوتا۔

الغرض روزہ رکھا ہی اسی لیے جاتا ہے تاکہ خالقِ حقیقی کے احکام کو بجا لا

Day: Date:

جائے۔ ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

اللہ کی اطاعت کرو اور رسول کی اطاعت کرو (القرآن)

4. **ضبطِ نفس:**

روزے سے بھوک، جنسی خواہش اور آرام کرنے کی خواہش پر قابو پایا جاتا ہے۔ روزے سے انسان کو اپنی خواہشات پر مکمل اقتدار حاصل ہو جاتا ہے اور اس میں صبر و تحمل، جفاکشی، توکل علی اللہ، ثابت قدمی اور یکسوئی کی صفات پیدا ہوتی ہیں جن سے خارجی ترغیبات اور میلاناتِ نفس کا مقابلہ کیا جاتا ہے۔

5. **تعمیرِ سیرت:**

روزے کا مقصد سیرت کی تعمیر ہے اور اس سیرت کی بنیاد تقویٰ پر ہے۔ روزے سے انسان اللہ کے عالم الغیب ہونے کا پورا یقین کر لیتا ہے، آخرت و حساب کتاب پر پورا ایمان لے آتا ہے۔ اس کے اندر اپنے فرض کا احساس رہتا ہے۔ انسان مادیت پر روحانیت کو ترجیح دیتا ہے۔ روزے کے معاملے میں انسان اپنے آپ کو آزاد نہیں سمجھتا کہ جب چاہے رکھ لیے اور جب چاہے نہیں۔ روزہ رکھ کر انسان تمام برائیوں سے دور رہتا ہے۔ نبی اکرمؐ نے فرمایا:

~~[illegible]~~ جس نے جھوٹ بولنا اور جھوٹ پر عمل کرنا نہ چھوڑا تو خدا کو کوئی حاجت نہیں کہ وہ اپنا کھانا پینا چھوڑ دے۔

6. **شکر:**

روزہ ہر روزے دار کو اپنے خالقِ حقیقی کا شکر ادا کرنے پر مائل کرتا ہے۔ اللہ کی ذات کا شکر بھی مقصدِ حیات ہے۔

CamScanner

Day: ____________ Date: ____________

← روزے کے آداب:

1. روزہ اسکی روح کے مطابق رکھا جائے:

روزے کا مقصد اسی وقت حاصل ہوتا ہے جب انسان گناہوں کو چھوڑ دے۔ حدیث مبارکہ ہے:

روزہ دار کے لیے دو خوشیاں ہیں، ایک خوشی افطار کے وقت اور ایک خوشی اپنے رب سے ملاقات کے وقت حاصل ہوگی اس وقت وہ اپنے روزے سے خوش ہوگا (صحیح بخاری)

روزہ کا ثمر تب حاصل ہوگا جب انسان جھوٹ، بد عہدی، ناپ تول میں کمی، جھوٹ بول کر مال بیچنے اور نا انصافی سے بچے گا۔

2. روزہ ریاکاری سے پاک ہو:

روزے کے مقاصد تب حاصل ہوں گے جب روزہ دکھاوے یا ریاکاری کے لیے نہ ہو بلکہ اللہ کی رضا کے لیے ہو کیونکہ جب رضائے الٰہی مقصود ہوتی ہے تو بندہ گھٹیا اور خبیث مقاصد کے لیے کام نہیں کرتا۔ حدیث ہے:

جس نے دکھاوے کے لیے روزہ رکھا اس نے شرک کیا

اس شرک سے مراد شرکِ خفی ہے کیونکہ ریاکاری دراصل خود نمائی ہے جو اللہ کے مقابلے میں اپنی ادنیٰ ذات کا منفی اظہار ہے۔

3. روزہ خواہش نفس کے لیے نہ ہو:

جیسے یہ سوچا جائے کہ اگر روزہ نہ رکھا تو لوگ کہیں گے کہ دیکھو کتنا توانا انسان ہے پھر بھی روزہ نہیں رکھتا۔ اس نیت سے رکھے گئے روزے سے کو فوائد حاصل نہیں ہوں گے۔

Day: ______ Date: ______

4. روزہ کا مقصد، ایمان اور احتساب ذات ہو:

اگر روزے کا مقصد ایمان اور احتساب ذات ہو تو تزکیہ نفس، امداد باہمی اور عدل اجتماعی جیسے مقاصد کو بہت اطمینان سے حاصل کیا جا سکتا ہے۔ حدیث مبارکہ ہے:

جس نے ایمان اور احتساب کے ساتھ رمضان میں قیام کیا اسکے سابقہ گناہ بخش دیے جاتے ہیں۔

5. روزے کا مقصد تقویٰ کا حصول:

روزے سے انسان میں تقویٰ پیدا ہوتا ہے جو انسان میں جوابدہی کا احساس پیدا کرتا ہے کیونکہ محشر کے روز انسان کو اپنے رب کے سامنے اپنے اعمال کا جواب دینا ہے۔

← خلاصۂ بحث:

روزے سے انسان خدا اور عالم کی حاکمیت کے مقابلے میں اپنی خودمختاری سے عملاً دستبردار ہو جاتا ہے۔ عالم الغیب و الشہادۃ اور آخرت کا عقیدہ تازہ رکھتا ہے اور اپنی خواہشات پر مکمل اقتدار حاصل ہو جاتا ہے۔