

روزے کی حکمت

ہمارے رب جل و علا کے ناموں میں سے ایک نام (الحکیم) بھی ہے، وہ جو بھی حکم کرتا اور تقدیر بناتا اور جس چیز سے بھی منع کرتا ہے اس میں حکیم ہے اور کوئی نہ کوئی حکمت ضرور ہوتی ہے، لہذا ہمارا رب کوئی بھی فیصلہ حکمت کے بغیر نہیں کرتا چاہے وہ فیصلہ کوئی ہویا شرعی، بعض اوقات تو اللہ تعالیٰ اس کی حکمت پر مخلوق کو مطلع کر دیتا اور اس کی خبر دے دیتا ہے، اور کبھی ان میں کوئی بھی اس حکمت کی اطلاع نہیں رکھتا اور بعض اوقات بعض حکمت پر مطلع ہوتے ہیں اور بعض اس سے محروم رہتے ہیں۔

پھر حال ہر حالت میں بندے پر واجب ہے کہ اللہ تعالیٰ نے جو بھی شرعی اور قدری احکام مقرر کیے ہیں ان میں اپنے رب اور مولا کے سامنے سرخم تسلیم کرے چاہے اس کی حکمت اس پر مخفی ہی کیوں نہ ہو، جیسا کہ اللہ سبحانہ و تعالیٰ کا فرمان ہے:

{کسی بھی مومن مرد اور عورت کو اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کے فیصلہ کے بعد اپنے کسی بھی معاملہ میں کوئی اختیار باقی نہیں رہتا} الاحزاب (36)

اللہ تعالیٰ کے ان اوامر میں جن کی حکمتوں میں سے اللہ تعالیٰ نے کچھ نہ کچھ حکمتوں کو ظاہر کیا ہے روزہ بھی شامل ہے، اس لیے روزے کی کئی قسم اور انواع کے فائدے ہیں، ان میں ظاہری فوائد بھی ہیں اور باطنی بھی، فردی فوائد بھی ہیں اور اجتماعی بھی، اور پھر روزے کے فائدے کی گواہی تو عقل سلیم اور فطرت مستقیم بھی دیتی ہے، ذیل کی سطور میں ہم ان فوائد میں سے چند ایک فوائد کا ذکر کرتے ہیں:

1 - اللہ تعالیٰ کا تقویٰ اور پرہیز گاری پیدا ہونا:

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

{اے ایمان والو! تم پر بھی اسی طرح روزے فرض کیے گئے ہیں جس طرح تم سے پہلے لوگوں پر فرض کیے گئے تھے، تا کہ تم تقویٰ اختیار کرو} البقرة (187)

2 - نفس کو نیچا کرنا : سیر ہو کر کھانا پینا اور عورتوں سے مباشرت نفس کو اکڑ اور غفلت

اور شرارت پر انگیخت کرتا ہے۔

3 - ایک حکمت یہ بھی ہے کہ غور و فکر اور ذکر کے لیے دل کو خلوت حاصل ہوتی ہے، اس لیے کہ ان شہوات کے تناول سے دل سخت اور اندھا ہو کر غور و فکر اور ذکر اور بندے کے مابین حائل ہوتا، اور غفلت کو دعوت دیتا ہے، اور کھانے پینے سے باطن خالی ہو تو دل منور ہوتا اور اس میں رقت پیدا کر کے سختی کو زائل کرتا اور ذکر و فکر کے لیے خالی کر دیتا ہے۔

4 - اور ایک حکمت یہ بھی ہے کہ: روزہ خون کے گردش والی رگوں میں تنگی پیدا کرتا ہے خون کے جریان کی جگہ جو کہ شیطان کے سراپت کی جگہ ہیں، اور شیطان ابن آدم میں اس طرح سراپت کرتا ہے جس طرح خون کی گردش ہے، تو روزے کی بنا پر شیطانی وسوسے ختم ہو جاتے اور شہوت و غضب میں کمی واقع ہو جاتی ہے، اسی لیے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے روزے کو ڈھال قرار دیا ہے کہ وہ نکاح کی شہوت ختم کر دیتا ہے۔

5 - روزے کے فوائد میں تقویت ارادہ بھی شامل ہے، لہذا جو کوئی بھی بھوک اور پیاس کی تکلیف برداشت کرتے ہوئے اس پر صبر کرتا ہے، اور روزے کے وقت جنسی تعلقات کی بیخ کنی کر کے اسے ایسی قوت ارادی حاصل ہوتی ہے جس کی بنا پر وہ اپنے نفس کو لگام دینے کے قابل ہو جاتا ہے اور وہ نفس کا اسیر بن کر مادی اور نقصان دہ شہوات کی طرف مائل نہیں ہوتا۔

6 - روزے کے فوائد میں عادت کے کنٹرول کو کمزور کرنا بھی شامل ہے، بعض لوگوں پر عادت کا اتنا سخت کنٹرول ہوتا ہے کہ اگر انہیں کی عادت سے کھانا کچھ دیر لیٹ ہو جائے تو بھوک کی وجہ سے ان کا اخلاق ہی بگڑ جاتا ہے اور وہ اول فول بکنا شروع کر دیتے ہیں، اور بعض اوقات تو اس کی چائے، قہوہ اور سگرٹ نوشی کی عادت تو اپنے گھر والوں پر کھانے کی عادت سے بھی زیادہ کنٹرول رکھتی ہے ایسے لوگ اپنی عادات کے اسیر شمار ہوتے ہیں، لہذا روزہ انسان کو اپنی بری اور گندی عادات پر کنٹرول کرنے کی تربیت دیتا ہے۔

7 - روزے کے فوائد میں سے یہ بھی ہے کہ: غنی اور مالدار اپنے اوپر اللہ تعالیٰ کی نعمت کی قدر کو پہچان لیتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اس کے مقدر میں وہ کچھ رکھا ہے جو بہت سے فقراء کو نہیں دیا مثلاً وافر کھانا پینا اور نکاح وغیرہ کی سہولیات سے انہیں محروم رکھا ہے، لہذا مالدار شخص کو ایک مخصوص اور کچھ دیر کے لیے ان اشیاء سے رکنے اور مشقت کے حصول سے وہ لوگ یاد آجاتے ہیں جنہیں مطلقاً ان اشیاء سے محروم رکھا گیا ہے، اور اس کے لیے مالدار کی اور غنا جیسی نعمت کا

شکرادا کرنا واجب کرتی ہے، اور اسے اپنے محتاج اور ضرورت مند بھائی کی ہر ممکن مدد اور خیرخواہی کرنے کی دعوت دیتی ہے۔

8 - روزے کی حکمت میں مالدار و غنی اور فقیر لوگوں کے مابین مساوات و برابری بھی شامل ہے، یہ روزہ ایک اجباری فقر ہے جو اسلام نے سب مسلمانوں پر فرض کیا ہے تا کہ سب لوگ اپنے باطن میں برابر ہوں، یہ ایسا اجباری فقر ہے جس سے انسانی نفس کو عملی طریقہ کے ساتھ شعور حاصل ہوتا ہے کہ صحیح مساوات اس وقت ہے جب شعور میں سب لوگ برابر اور متساوی ہوں، یہ نہیں کہ جب شعور میں ایک دوسرے سے مختلف ہوں تو مساوات قائم ہوتی ہے، بلکہ مساوات تو یہ ہے کہ جب وہ ایک ہی درد اور تکلیف محسوس کریں یہ نہیں کہ جب وہ متعدد اور کئی قسم کی رغبات میں ایک دوسرے سے تنازع کرتے پھریں۔

9 - رمضان المبارک کے روزے کا ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ: اس میں اجتماعی طور پر اللہ تعالیٰ کی عبادت کا اظہار ہوتا ہے، اس لیے آپ مشرق سے لیکر مغرب تک سب مسلمانوں کو اس ماہ مبارک کا روزہ رکھنے میں مجتمع دیکھیں گے، حتیٰ کہ وہ لوگ جن سے بعض دوسری مخالفت سرزد ہوتی ہیں وہ بھی اس ماہ میں مسلمانوں کے ساتھ ہی روزہ رکھتے ہیں، جب رمضان المبارک آتا ہے تو وہ بھی اپنے مسلمان بھائیوں کے ساتھ روزہ رکھنے میں شریک ہوتے ہیں، لہذا آپ ان میں کسی کو بھی روزہ کے بغیر نہیں دیکھیں گے حتیٰ کہ معصیت و گناہ کرنے والا شخص - اللہ کی پناہ - اعلانیہ طور پر کھانے پینے کی استطاعت نہیں رکھتا، بلکہ کافر شخص بھی مسلمانوں کے سامنے اعلانیہ طور پر کھانے پینے کی استطاعت نہیں رکھتا، اس میں کوئی شک نہیں کہ اس علامت میں کئی ایک فوائد ہیں، جن میں سے چند ایک یہ ہیں:

روزہ ایک سری اور مخفی عبادت ہونے کے باوجود اس میں اللہ تعالیٰ کی عبادت کا اظہار پایا جاتا ہے۔

اس ایمانی فضا میں توبہ کر کے اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع کرنے والے شخص کے لیے فرصت اور موقع پایا جاتا ہے کہ وہ توبہ کر کے اللہ کی طرف کر لے کتنے ہی اشخاص کے لیے یہ ماہ مبارک ہدایت کی طرف جانے کا نقطہ آغاز بنا ہے۔

اس میں کافر اور گنہگار شخص میں ذلت و پستی کا شعور پیدا ہوتا ہے جو اسے اپنی موجودہ حالت سے نفرت دلاتا ہے۔

یہ بھی ہے کہ مسلمانوں پر اس عبادت میں آسانی و سہولت پیدا ہوتی ہے، اس لیے کہ سارا معاشرہ ہی روزہ رکھتا ہے جس کی بنا پر بندے کے لیے اس عظیم عبادت کی بجا آوری میں آسانی پیدا ہوتی ہے۔

10 - روزے کے فوائد میں نفس کو امانت کی حفاظت کرنے کی تربیت ملتی ہے، اس لیے کہ جو شخص اللہ تعالیٰ کی امانت اور اس کے احکام کا خیال کرتا ہو اور قوی ہو وہ اپنے اعمال میں قوی ہوگا، اور اس کے علاوہ اللہ تعالیٰ نے جو عمل بھی اسے کرنا کا حکم دیا ہو اس پر وہ امین ہوگا۔ اور جو شخص اللہ تعالیٰ کی عظیم امانت اللہ تعالیٰ کی شریعت اور قانون و احکام میں خیانت کرتا ہو وہ دوسرے کاموں میں بدرجہ اولیٰ خیانت کرے گا، اور جو کوئی بھی قوت ارادہ اور پختہ اور سچے عزم پر ایمان اور اجر و ثواب کی نیت سے پورا مہینہ تربیت حاصل کرتا رہے تو وہ شخص عہد کی پاسداری کرنے والا، اور نرم مزاج اور ارادہ کا پختہ ہوگا۔ دیکھیں: صفوة الآثار للدوسري (3 / 101)

سب سے عجیب بیان یہ کیا جاتا ہے کہ ایک کافر مسلمانوں کا اس طرح آزماتا کہ انہیں روزہ رکھنے اور اللہ تعالیٰ کے بارہ میں خیانت کرنے کا اختیار دیتا اور جو لوگ روزہ نہ رکھتے انہیں مزدوری زیادہ دیتا لیکن جب ماہ رمضان ختم ہو جاتا تو معاملہ بالکل برعکس کر دیتا کہ روزے داروں کو مزدوری ڈبل دیتا اور روزہ نہ رکھنے والوں کی تنخواہ میں یا تو کمی کر دیتا یا پھر انہیں ملازمت سے ہی برطرف کر دیتا اور انہیں صراحتاً یہ کہتا کہ انہوں نے اپنے دین سے خیانت کی ہے! . دیکھیں: صفوة الآثار للدوسري (3 / 103) .

11 - اس کے علاوہ روزے کے طبی فوائد بھی بہت ہیں، روزہ اللہ تعالیٰ کے حکم سے روزے دار کو بہت سی بیماریوں سے بچاتا ہے، اس کے متعلق ریسرچ کرنے والے ڈاکٹر مصطفیٰ الحفار کہتے ہیں: جدید علمی ریسرچ نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ روزے کے بہت سے فوائد ہیں، فرانس میں غذائی امراض اور اس کے علاج کے متعلق ریسرچ کے خصوصی ادارے نے اپنے مریضوں کو مکمل ایک ماہ کے روزے رکھوائے اور اسے رمضان کے علاج کا نام دیا، یہ سب کچھ انہوں نے روزے اور جسم کے سب اعضاء پر اس کے فوائد کی تحقیق اور ریسرچ کرنے کے بعد یہ طریقہ علاج اختیار کیا جس کی چند مثالیں ہم ذیل میں دیتے ہیں:

دل: روزہ دل کی دھڑکنوں کو منظم کرتا اور عملیہ ہضم کے وظائف کو راحت دیتا ہے۔

خون: روزہ خون میں کسٹرول، تیزابیت اور چربی وغیرہ کو صاف کر دیتا ہے۔

جگر: جگر کے بہت سے کام اور کئی ایک خصائص ہیں جو بغیر کسی تکلیف کے کرتا ہے، اور ہاضمہ میں موانع اور اس کے زہر کے باوجود بغیر کسی تنگی کے مواد حیوی تیار کرتا ہے .

معدہ: چند یوم مسلسل روزے رکھنے سے ہضمی غدے ختم کر دیتا ہے .

روزہ انسان کو موٹاپے، شوگر، جوڑوں میں بولی تیزابیت ختم ہونے سے پیدا شدہ روماتیزم، اور گردے کی پتھری، اور کسٹروں اور شریانوں میں بلڈ پریشر زیادہ ہونے اور سرو دماغ اور آنکھ، دل اور گردے میں اس کا زیادتی سے بچاؤ کرتا ہے .

دیکھیں: روح الدین الاسلامی تالیف: عقیف طبارہ (490 - 491) .

اور جب بعض مریضوں کے لیے روزہ رکھنا مشکل تھا اور اس میں مشقت تھی تو اللہ تعالیٰ نے ان کے لیے روزہ نہ رکھنا مباح کر دیا اور اسی طرح مسافر کا بھی یہی حال ہے اس کے بارہ میں اللہ سبحانہ و تعالیٰ کا فرمان ہے:

{ اور تم میں سے جو کوئی بھی مریض ہو یا مسافر تو وہ دوسرے ایام میں گنتی پوری کرے }
البقرة (184)

شریعت نے روزے میں آسانی اور عدم مشقت کو مد نظر رکھا ہے، اور اسی لیے ابتدائے اسلام میں یہ تھا کہ روزے دار افطاری سے قبل اگر سوجاتا تو وہ دوسرے دن بھی بغیر کھائے پیے روزہ مکمل کرے گا، پھر اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں پر رحم کرتے ہوئے اسے منسوخ کر دیا جیسا کہ مندرجہ ذیل حدیث سے واضح ہوتا ہے:

براء بن عازب رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں کہ محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے صحابہ میں سے جب کوئی روزہ رکھ لیتا اور افطاری کا وقت ہونے پر بغیر کھائے پیے سوجاتا تو اس رات اور اگلے دن شام تک کچھ نہ کھاتا، قیس بن صرمہ انصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ روزے سے تھے جب افطاری کا وقت ہوا تو بیوی کے پاس آئے اور کہنے لگے کیا کھانے کو کچھ ہے؟ بیوی نے جواب میں کہا نہیں لیکن میں جا کر کہیں سے آپ کے لیے ڈھونڈ لاتی ہوں

قیس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے سارا دن کام کیا ہوا تھا اور انہیں نیند نے آیا جب ان کی بیوی آئی اور انہیں سویا ہوا دیکھ کر کہنے لگی تیرے لیے ناکامی ہو، جب نصف دن گزرا تو ان پر غشی طاری ہوگئی، تو یہ واقعہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے ذکر کیا گیا تو یہ آیت نازل ہوئی:

{ روزے کی راتوں میں تمہارے لیے بیوی سے ملنا حلال کر دیا گیا ہے } البقرة (187)

توصحابہ کرام کو بہت زیادہ خوشی ہوئی تو یہ آیت نازل ہوئی:

{کھاؤ پیئو حتی کہ تمہارے لیے فجر کا سفیدا دھاگہ سیاہ دھاگے سے ظاہر ہو جائے پھر رات

تک روزہ مکمل کرو} البقرة (187)

نعمت اسلام پر اللہ تعالیٰ کا شکر ہے، ہم اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہیں کہ وہ ہمارے لیے اسلام کی نعمت کو ہمیشہ کے لیے رکھے اور اپنا شکر کرنے کی توفیق عنایت فرمائے، اور ہمارا خاتمہ بالخیر کرے، اللہ تعالیٰ ہی زیادہ جاننے والا اور بہت حکمت والا ہے، وصلي الله علي محمد وعلي آله وصحبه وسلم.