

بسم اللہ الرحمن الرحیم

رمضان آرٹیکل سیریز

پہلا آرٹیکل: بے قابو کار

از پروفیسر محمد عقیل

"اگر میں تمہیں ایک شاندار کار تحفے کا طور پر پیش کروں تو کیسا ہے؟" سائنس دان نے اپنے بیٹے کی طرف دیکھ کر کہا۔ یہ سن کر بیٹے کی بانچھیں کھل اٹھیں۔

"یہ کار دنیا کی جدید ترین کاروں میں سے ایک ہے۔ لیکن اس میں ایک خامی ہے"۔ باپ نے کہا۔

"وہ کیا؟"۔ بیٹے نے تشویش بھرے لہجے میں استفسار کیا۔

"یہ کار اپنی مرضی سے چلتی اور اپنی مرضی سے رکتی ہے۔ اس کے چلنے اور رکنے کا سسٹم ڈرائیور کے ہاتھ میں نہیں۔

نیز یہ کہ اس کی یہ خامی دور نہیں ہو سکتی"۔ باپ نے کہا۔

یہ خبر سن کر بیٹے کی امیدوں پر اوس پڑ گئی اور اس نے کہا!

"اباجان! ایسی سواری کس کام کی کہ جب اسے روکیں تو چلے، اور جب چلائیں تو وہ رکے۔ ایسی کار بد مستی میں کسی راہ گیر کو کچل سکتی، کسی اونچائی سے گر سکتی اور کسی مکان کو گرا سکتی ہے۔ یہ کار منزل تک پہنچانے کی بجائے منزل سے دور کرنے کا سبب ہے۔ اس سے تو بہتر یہی ہے کہ میں بے کار ہی رہوں"۔

میرے خیال میں اگر میں اور آپ بھی اس فرزند رشید کی جگہ ہوتے تو یہی کرتے۔ لیکن حیرت کی بات تو یہ ہے کہ ہم ایسی کار کو تو ناکارہ سمجھتے ہیں جو اپنے مالک کے قابو میں نہ ہو لیکن اس شخصیت کو کچھ نہیں کہتے جو نفس کو قابو کرنے کی بجائے اسی کے ہاتھوں یرغمال بن چکی ہو۔

انسانی نفس جب قابو سے باہر ہو جاتا ہے تو پھر جسم کا ہر عضو اس کی خواہشات کے تابع ہو جاتا ہے۔ چنانچہ کبھی آنکھیں فحش مناظر دیکھنے پر مجبور ہو جاتی ہیں تو کبھی زبان بد کلامی کرتی ہے۔ کبھی ہاتھ دوسروں کے گریبان تک پہنچتے تو کبھی

پاؤں بدی کی راہ پر نکل پڑتے ہیں۔ یہاں تک کہ حواسِ خمسہ کے ساتھ دیگر اعضاء، دل اور دماغ سب سفلی خواہشات کے قابو میں آجاتے ہیں اور بندہ شیطان کے بنائے ہوئے نقشِ قدم پر چلتا ہوا اپنے رب سے دور ہوتا چلا جاتا ہے۔ روزہ اسی منہ زور گھوڑے کو قابو کرنے کا نام ہے۔ یہ مہینہ تربیت کا مہینہ ہے۔ یہ ٹریننگ بھوک، پیاس اور جنسی ضروریات سے اجتناب کے ذریعے انسانی نفس کے سفلی تقاضوں کو کمزور کرتی اور بالآخر اس کا کنٹرول انسان کے ہاتھ میں دے دیتی ہے۔ اس ایک ماہ کی تربیت سے انسان کا پورا وجود اللہ کی بندگی میں رہنے کی مہارت حاصل کر لیتا ہے۔ پھر رمضان کے بعد وہ اس قابل ہو جاتا ہے کہ اگلے گیارہ ماہ منہ زور نفس کی خواہشات کو اپنے قابو میں کر سکے۔ اگر کوئی اس تربیت سے بھی اپنے آپ پر قابو نہ پاسکے تو وہ نفس اسی ناکارہ کار کی مانند ہے جو کسی کام کی نہیں اور جس کا استعمال پر خطر بھی ہے اور منزل گریز بھی۔

آرٹیکل نمبر ۲: روزے کی مشکلات اور علاج

قرآنی آیت

اے لوگو جو ایمان لائے ہو، تم پر روزہ فرض کر دیا گیا جس طرح ان لوگوں پر فرض کر دیا گیا تھا جو تم سے پہلے گزر چکے ہیں تاکہ تم متقی بن جاؤ۔ (البقرہ ۲: ۱۸۳)

احادیث

- ۱۔ ابو ہریرہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو شخص رمضان میں ایمان اور ثواب کا کام سمجھ کر روزے رکھے اس کے اگلے گناہ معاف کر دیئے جائیں گے۔ (صحیح بخاری: جلد اول: حدیث نمبر 37)
- ۲۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت کرتے ہیں انہوں نے بیان کیا کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جب رمضان کا مہینہ آتا ہے، تو جنت کے دروازے کھل جاتے ہیں۔ (صحیح بخاری: جلد اول: حدیث نمبر 1780)

(

تعارف

نماز اور زکوٰۃ کے بعد روزہ تیسری اہم عبادت ہے۔ رمضان فرض روزوں کا مہینہ ہے جس میں مسلمانوں کے لیے فجر سے مغرب تک کھانے پینے اور مخصوص جنسی عمل سے اجتناب برتنا لازم ہے البتہ مسافر، بیمار یا حیض میں مبتلا خواتین اس سے مستثنیٰ ہیں۔ روزہ صرف امتِ محمدی پر ہی نہیں بلکہ ماضی کی امتوں پر بھی فرض تھا۔ یہی وجہ ہے کہ یہ اپنی بگڑی ہوئی شکل میں عیسائیوں، یہودیوں حتیٰ کہ ہندوؤں کے یہاں بھی اب تک موجود ہے

روزے کی فضیلت: روزہ اُن عبادات میں سے ہے جن کی فضیلت اور اجر دیگر عبادات کی نسبت بہت زیادہ بلکہ لامحدود ہے۔ احادیث میں بڑی کثرت سے روزے کے فضائل بیان ہوئے ہیں۔ جنت کا ایک دروازہ ریان صرف روزے داروں ہی کے لئے مخصوص ہے (متفق علیہ)۔ ایمان و احتساب کے ساتھ روزے رکھنے پر گذشتہ گناہوں کی معافی کی بشارت ہے (متفق علیہ)۔ روزے دار کے منہ کی بوالہ کو مشک کی بو سے بھی زیادہ عزیز ہے (متفق علیہ)۔ روزے دار کے لیے دو خوشیاں ہیں ایک جب وہ افطار کرے اور دوسری جب وہ (اپنے روزے سے رب کو راضی کر کے) خدا سے ملاقات کرے گا (متفق علیہ)۔ ایک بادشاہ اپنے عام ملازموں کو لگی بندھی تنخواہ سے نوازتا ہے جس کا ایک قاعدہ اور قانون مقرر ہے۔ لیکن جب وہ اپنے وفادار اور خاص لوگوں سے معاملہ کرتا ہے تو پھر اجرت کا اصول بدل جاتا اور اس کی مقدار بے حساب ہو جاتی ہے اسی طرح ایک مؤمن کے ہر عمل کی جزا اس گنا سے لے کر سات سو گنا تک ہے لیکن روزے کا اجر لامحدود ہے اور اس کی جزا خود پروردگارِ عالم دیں گے (متفق علیہ)۔

روزے کا مقصد: روزوں کا بنیادی مقصد تقویٰ کا حصول ہے۔ تقویٰ درحقیقت اللہ کے خوف، اس کی ناراضگی سے بچنے کی کوشش، اس کی رضا کے لئے ہر طرح کی مشقت اور آزمائش کے لیے کمر بستہ رہنے سے عبارت ہے۔ خدا کا تقرب اسی صورت میں مل سکتا ہے جب بندہ اس سے رک جائے جس سے رب نے منع کیا اور وہ کرنے کے لئے کمر بستہ ہو جائے جس کا اس نے حکم دیا ہے۔ عمل کی دنیا میں دیکھا جائے تو یہ کوئی دو اور دو چار کا فارمولا نہیں کہ ادھر بندے

نے بندگی کا اقرار کیا اور ادھر وہ ولی صفت اور باعمل مسلمان بن گیا۔ خدا کے احکامات کی بجا آوری کے لیے سخت محنت، ٹریننگ اور مستقل مزاجی کی ضرورت ہے۔ عربی میں صوم کا مطلب ہے کسی چیز سے رک جانا اور اسے ترک کر دینا۔ صائم (روزے دار) کی اصطلاح عرب معاشرے میں ان گھوڑوں کے لئے بھی استعمال ہوتی تھی جنہیں جنگ کی تربیت دینے کی خاطر بھوکا پیاسا رکھا جاتا تھا۔ روزہ اسی تربیت کا حصہ ہے جس کے ذریعے بندہ چند جائز اعمال کو بھی خدا کے حکم پر چھوڑ کر اس کی فرمانبرداری کی عادت پیدا کرتا اور گناہوں کی دنیا سے کنارہ کشی اختیار کرنے کی تربیت حاصل کرتا ہے۔

روزے کا فلسفہ: دین کا بنیادی مقصد اپنے رب کو راضی کرنا اور اس کی عبادت و اطاعت ہے۔ رب کی اطاعت میں دو دشمن حائل ہوتے ہیں۔ ایک دشمن تو داخلی ہے جو انسان کا اپنا نفس ہے جبکہ دوسرا دشمن خارجی ہے جو شیطان ہے۔ رمضان چونکہ تربیت کا مہینہ ہے اس لیے خارجی دشمن یعنی شیطان کو تو دراندازی کرنے سے روک دیا جاتا ہے۔ دوسری جانب نفس کی تربیت کر کے اسے ہر قسم کے حالات میں خدا کی اطاعت و بندگی کے لئے تیار کیا جاتا ہے۔ نفس کی مثال ایک سرکش گھوڑے کی مانند ہے جو اپنے سوار کو اپنی مرضی سے بے مقصد بھگانا اور موقع ملنے پر بیخ دینا چاہتا ہے۔ لیکن جب اسی سرکش گھوڑے کی تربیت کر دی جاتی اور اسے اچھی طرح سدا دیا جاتا ہے تو اب یہ سوار کے اشاروں پہ ناچتا، اس کے احکامات کی تعمیل کرتا اور اس کے لیے سراپا نفع بخش بن جاتا ہے۔ گو کہ کچھ لوگ اس سرکش گھوڑے کو گولی مار کر ختم کر دینا بہتر سمجھتے ہیں کیونکہ اس میں روز روز کی جھنجھٹ نہیں۔ لیکن اسلام میں رہبانیت نہیں اور انسان کی اصل طاقت اس منہ زور گھوڑے کو رام کرنے میں ہے ناکہ اس کو مار ڈالنے میں۔ روزہ بھوک اور پیاس کے ذریعے نفس کے سرکش تقاضوں کو کمزور کر کے خدا کی اطاعت کے لیے تیار کرتا ہے۔ جو تقاضے انسان کو متواتر گناہ پر مجبور کرتے ہیں ان میں جنس کے تقاضے، پیٹ کی بھوک اور حلق کی پیاس سر فہرست ہیں۔ ان تقاضوں کی افراط انسان کو بے شمار گناہوں پر اکساتی اور لاتعداد اخلاقی بیماریوں کا سبب بنتی ہے۔ روزہ ان تقاضوں کو نکیل ڈالتا، ان کو قابو میں رکھتا اور انسان کو ان کے

شر سے محفوظ رہنے کی تربیت دیتا ہے۔ انسانی نفس کا ایک اور منفی پہلو یہ ہے کہ وہ جلد باز واقع ہوا ہے۔ روزہ اس جلد بازی کے تقاضے کو قابو کر کے صبر کی تربیت بھی دیتا ہے۔

روزے کی آفات: ہمارے معاشرے میں بالعموم لوگ روزہ رکھتے ہیں۔ البتہ چند کوتاہیوں کی بنا پر اس عظیم عمل کو مکمل یا جزوی طور پر ضائع کر دیتے ہیں۔ اس کی مندرجہ ذیل صورتیں ہو سکتی ہیں:

۱۔ روزہ رکھنے سے گریز ۲۔ نماز پڑھنے سے گریز ۳۔ شہوانی امور میں ملوث ہونا ۴۔ گناہ کا کلام ۵۔ غصے کا غلبہ ۶۔ زبان کے چٹخارے ۷۔ وقت کاٹنے کی کوشش ۸۔ ریکاری یاد کھاوا ۹۔ نیت میں خرابی ۱۰۔ قیام الیل ۱۱۔ دیگر کوتاہیاں

۱۔ روزہ رکھنے سے گریز: رمضان شروع ہونے سے قبل کچھ لوگ روزے ترک کرنے کے غیر شرعی بہانے تلاش کرنا شروع کر دیتے ہیں تاکہ خود کو اور لوگوں کو مطمئن کر سکیں۔ حالانکہ شریعت میں روزے سے مستثنیٰ افراد کی تفصیل موجود ہے۔ لیکن پھر بھی لوگ سردرد کے بہانے، خود ساختہ بیماری کے سبب، کام کی زیادتی یا کسی اور بنا پر روزے نہیں رکھتے۔ اس کا بنیادی سبب خدا پر ایمان کی کمزوری اور قول و فعل کا تضاد ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ قرآن کریم کا مطالعہ اور صالح لوگوں کی صحبت سے ایمان کو جلا بخشی جائے اور ہر قسم کی مشکل میں خدا کی رضائی کو اہمیت دی جائے۔

۲۔ نماز پڑھنے سے گریز: عام طور پر تو روزے دار نماز کا اہتمام کرتے ہی ہیں لیکن ایک بڑی تعداد ایسے لوگوں کی ہے جو روزے کی حالت میں بھی نماز پڑھنے سے گریز کرتے ہیں۔ اس کی بنیادی وجہ سستی و کاہلی ہے اور پھر یہ حضرات روزے اور نماز کو دو الگ الگ فرائض سمجھتے ہیں حالانکہ جس کی رضا کے لیے وہ خود کو بھوکا پیاسا رکھ رہے ہیں اسی کا حکم ہے کہ نماز پڑھو۔ یہ حضرات روزے کا مطلب بھوک اور پیاس ہی لیتے اور اس کی اسپرٹ کو جاننے سے قاصر رہتے ہیں۔ روزے کا بنیادی مقصد نفس کی تربیت کر کے اسے خدا کی بندگی اور اس کے تمام احکام و ہدایات بجالانے والا بنانا ہے۔ چنانچہ عین حالتِ روزہ میں خدا کی بندگی کی عملی تعبیر یعنی نماز سے روگردانی روزے کے بنیادی فلسفے اور مقصد

سے روگردانی ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ اوپر بیان کیے گئے روزے کے فلسفے پر غور کریں۔ اس سلسلے میں تزکیہ نماز پر لکھے گئے آرٹیکل سے مدد لی جاسکتی ہے۔

رمضان ورک بک

۱۔ زیادہ سے زیادہ نیکیاں کس طرح کمائی جائیں؟ ۲۔ روزے میں کس طرح گناہوں سے بچا جائے؟

۳۔ روزانہ، ہفتے وار، پندرہ روزہ اور پورے مہینے کے ٹارگٹس کس طرح حاصل کئے جائیں؟

۴۔ راتیں کس طرح جاگ کر گزاری جائیں؟

یہ سب کچھ معلوم کرنے کے لئے اس لنک سے ڈاؤن لوڈ کریں "رمضان ورک بک"

<http://aqilkhans.wordpress.com/%d9%84%d9%86%da%a9>

[%d8%b3/ramazan-workbook/](http://aqilkhans.wordpress.com/%d9%84%d9%86%da%a9-%d8%b3/ramazan-workbook/)

۳۔ شہوانی امور میں ملوث ہونا: کچھ لوگ روزہ رکھ کر ظاہری جنسی امور سے توجہ بٹارتے ہیں لیکن دیگر طریقوں سے شہوت کو تسکین پہنچانے کی شعوری و لاشعوری کوشش کرتے رہتے ہیں۔ مثلاً یہ آنکھوں کو قابو میں نہیں رکھتے، کانوں سے فحش گانے سن کر نفس کو تسکین پہنچاتے یا پھر فحش باتوں میں ملوث ہو کر روزے کو ضائع کرتے اور پھر یہ شکایت کرتے نظر آتے ہیں کہ ہمارے شہوانی تقاضے روزے میں بھی قابو میں نہیں آتے۔ بھائی جب ایئر کنڈیشن چلایا جاتا ہے تو کھڑکیاں دروازے بند کر کے ٹھنڈک کو باہر نکلنے سے روکا جاتا ہے۔ آنکھوں کی کھڑکیاں بھی کھلی ہوں اور کانوں کے دروازے بھی، تو پھر یہ شکایت عبت ہے کہ تقویٰ کی ٹھنڈک دل میں محسوس نہیں ہوتی۔ ہمت سے کام لے کر خود کو ان گناہ کے امور سے دور کر لیں۔ جو نہ کسی نامحرم پر شہوت کی نگاہ پڑے تو نفس کو کہہ دیں کہ میں روزے سے ہوں اور خدا کی حمد و ثنا اور استغفار و دعا میں مشغول ہو جائیں۔ نیز دل کے وسوسوں میں بھی کسی جنسی یا شہوانی تصور سے گریز کریں کیونکہ آپ نے جس کے لئے روزہ رکھا ہے وہ دلوں کے بھید بھی جان لیتا ہے۔ یاد رہے کہ نامحرم کو

شہوت کی نگاہ سے دیکھنا گناہ ہے لہذا دفتر یا تعلیمی اداروں میں جہاں مرد و زن کا اختلاط زیادہ ہوتا ہے، نامحرم کے بارے میں ہر طرح کے جنسی اشتہا کے تصور کو قابو کیا جائے۔

شہوانی امور میں ایک معاملہ میاں بیوی کے تعلقات ہیں۔ ظاہر ہے کہ روزے کی ایک شرط مخصوص جنسی تعلق سے گریز بھی ہے۔ البتہ دیگر معاملات (مثلاً بوس و کنار وغیرہ) کی اجازت تو ہے لیکن چونکہ اس میں اندیشہ ہے کہ روزہ ضائع ہو جائے لہذا اجتناب ہی بہتر ہے۔

۴۔ گناہ کا کلام: قدیم شریعتوں میں روزے کی حالت میں کلام یعنی بات چیت پر بھی پابندی ہوتی تھی۔ امت محمدی میں گو کہ یہ پابندی تو نہیں لیکن بلا ضرورت کلام سے گریز روزے کی روح کے قریب تر ہے۔ بات چیت میں جو گناہ ہم سے سرزد ہوتے ہیں ان میں جھوٹ، غیبت، بہتان، فحش کلام، گالم گلوچ وغیرہ شامل ہیں۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص روزہ رکھ کر جھوٹ بولنا اور برا کام کرنا نہیں چھوڑتا، تو اللہ کو اس کی ضرورت نہیں کہ وہ اپنا کھانا پینا چھوڑ دے (بخاری)۔ غور طلب بات یہ ہے کہ روزے کا مقصد اللہ کا خوف اور اس کے احکام و فرامین کے لیے تعمیل کا جذبہ پیدا کرنا ہے محض بھوکا اور پیاسا رہنا نہیں۔ چنانچہ یہ ممکن ہی نہیں کہ ایک طرف تو کھانے کا ایک دانہ بھی منہ میں نہیں جائے اور دوسری طرف غیبت کے ذریعے اپنے ہی بھائی کا گوشت جی بھر کے کھایا جا رہا ہو، شہوت سے ظاہری پرہیز کے ساتھ فحش گفتگو سے اس کی کسر پوری کی جا رہی ہو، نیت تو صوم (خدا کی نافرمانی سے گریز) کی ہو لیکن گالیوں کے عمل سے اس نیت کو توڑا جا رہا ہو، خدا کے حکم پر زبان کو خشک اور حلق کو پیاسا تو کر دیا گیا ہو لیکن جھوٹ بول کر انہیں اخلاقی غلاظتوں سے تراور سیراب کیا جا رہا ہو۔

وہ بات چیت جو عام زندگی میں حرام ہے وہ روزے کی حالت میں اور زیادہ حرام ہو جاتی ہے جیسے ایک فوجی کا کسی حکم کی تعمیل سے انکار کرنا تو ویسے ہی قابل گرفت ہے لیکن جنگ کی حالت میں کی گئی نافرمانی زیادہ قابل سرزنش ہوتی ہے۔ ممنوع کلام پر قابو پانے کے لیے چند ہدایات پر غور کریں۔ ایک تو یہ کہ بلا ضرورت بولنے سے گریز کریں اور خاموشی کو

روزے کا ادب اور عبادت سمجھتے ہوئے گفتگو میں احتیاط کریں۔ بولنے سے پہلے توقف کریں اور ایک لمحے کے لیے سوچیں کہ آپ کیا کہنے والے ہیں؟ اگر وہ کسی کی برائی، کسی کا مذاق، کوئی جھوٹا کلام وغیرہ ہے تو رک جائیے اور اُس رب کا تصور کریں جس کے کہنے پر آپ نے بھوک کا درد اور پیاس کے کانٹے برداشت کیے ہیں اور یہ سوچیں کہ اس موقع پر زبان کی تالہ بندی اسی رب کا حکم ہے۔

دوسری ہدایت یہ کہ روزے کی حالت میں گناہ کے کلام کو اسی طرح حرام سمجھیے جس طرح کھانا اور پینا۔ کھانا پینا روزے کے ظاہر کو برباد کرتا ہے جبکہ فحش کلام اور غیبت وغیرہ روزے کے باطن کو تہس نہس کر ڈالتے ہیں۔ نوعیت کے اعتبار سے دونوں میں کوئی فرق نہیں کیونکہ دونوں خدا کی معصیت (گناہ) ہیں۔ اس ضمن میں تیسری ہدایت یہ ہے کہ زبان کو خدا کی یاد سے تر رکھیں۔ یہی وہ موقع ہے کہ اللہ کو تمام عیوب سے پاک سمجھ کر اس کی تسبیح کی جائے، اس کی کاریگریوں کو دیکھ کر حمد و ثنا کے گن گائے جائیں، اس کی وفاداری کے ترانے پڑھے جائیں، اس کی رحمت کی چھاؤں اور مغفرت مانگی جائے۔ یہ ذکر بھی بد کلامی سے محفوظ رکھنے میں معاون ثابت ہو سکتا ہے۔



مسلم شخصیت کو جانچنے کا کیلو لیٹر

- کیا آپ اسلام کے احکامات کو سوالات کی شکل میں معلوم کرنا چاہتے ہیں؟
 - کیا آپ جاننا چاہتے ہیں کہ آپ اسلامی احکامات پر کتنے فی صد عمل کرتے ہیں؟
 - کیا آپ رمضان کے مہینے میں متعین طور پر اپنی اصلاح کرنا چاہتے ہیں؟
 اگر ان میں سے کسی ایک سوال کا جواب بھی "ہاں" ہے تو درج ذیل لنکس پر کنٹرول دبا کر کلک کریں اور اس کیلو لیٹر کو ڈاؤن لوڈ کریں

http://aqilkhans.wordpress.com/?attachment_id=541

- یہ کیلو لیٹر اسلامی تعلیمات پر مبنی ایک مکمل سوال نامہ ہے۔
 - اس سوال نامے کا ہر سوال براہ راست قرآن یا سنت سے اخذ کیا گیا ہے جس کا حوالہ بھی موجود ہے۔
 - بس آپ ہر سوال کے سامنے موجود پانچ خانوں میں سے مطلوبہ خانے میں "۱" لکھیں، یہ کیلو لیٹر متعین صورت میں آپ کا اسکور کیلو لیٹر کر دے گا۔

آخری بات یہ کہ وہ مقام جہاں گناہ کی باتیں ہو رہی ہوں تبدیل کر لیا جائے کیونکہ بعض اوقات ماحول اور ساتھیوں کے آکسانے سے بھی بدکلامی سرزد ہو جاتی ہے۔

5۔ غصے کا غلبہ: روزے کی حالت میں اعصاب کی کمزوری اور بھوک پیاس کی شدت کی بنا پر چڑچڑاہٹ اور غصہ طبیعت پر غالب آجاتا ہے جس کی وجہ سے لوگ اپنے بچوں، بیوی اور ماتحتوں پر سختی کرتے اور ان پر چیخ پکار کے ذریعے اپنی جھنجلاہٹ کا اظہار کرتے ہیں۔ کبھی کبھی یہ غیض و غضب متعلقین اور ساتھیوں پر بھی برسنے لگتا ہے۔ چونکہ فریق ثانی بھی کچھ ایسی ہی کیفیات کا شکار ہوتا ہے لہذا بسوں میں مسافرین کے درمیان تو تو میں میں شروع ہو جاتی، سڑکوں پر ٹریفک جام ہو جاتا اور لوگوں میں گالم گلوچ اور بعض اوقات ہاتھ پائی کی نوبت بھی آ جاتی ہے۔

اس کا بنیادی سبب بھوک پیاس اور اعصابی کمزوری کے علاوہ غصہ کو درست سمجھنا ہے کہ میں تو روزے سے ہوں اور میرا حق ہے کہ میں یہ سب کچھ کروں۔ اس کا علاج یہی ہے کہ روزے کے فلسفے کو یاد رکھا جائے کہ اس کا مقصد صبر کی تربیت دینا ہے۔ چنانچہ کسی بھی قسم کی اشتعال انگیزی اس تربیت میں ناکامی کی علامت ہے۔ اس کا علاج حدیث میں یہ بتایا گیا ہے کہ روزے کو ایک ڈھال کی طرح استعمال کیا جائے۔ لہذا جس کا روزہ ہو وہ نہ تو بے حیائی کی باتیں کرے اور نہ ہی جہالت دکھائے۔ پھر بھی اگر کوئی گالی دے تو وہ کہہ دے کہ میرے بھائی میں روزے سے ہوں (بخاری و مسلم)۔ مزید یہ کہ غصے کی حالت میں مقام کی تبدیلی بھی کارگر ثابت ہو سکتی ہے۔

۶۔ زبان کے پٹھارے: صبح سے شام تک بھوکا رہنے کی وجہ سے کھانے پینے کی چیزوں کی جانب رغبت بڑھ جاتی ہے۔ اس اشتہا کو مٹانے کے لیے نئے نئے کھانوں کا اہتمام، انواع و اقسام کے پکوان اور لاتعداد مشروبات کی تیاری میں وقت صرف کیا جاتا اور ان کا تصور کر کے روزے کا وقت کاٹا جاتا ہے۔ اس طرح رمضان میں بسیار خوری کے نتیجے میں رمضان میں اکثر لوگوں کا وزن کم ہونے کی بجائے بڑھ جاتا ہے۔ وہ وقت جو جنت کی نعمتوں کی یاد میں گذرنا چاہئے تھا وہ دنیوی دسترخوانوں کی نظر ہو جاتا ہے۔ چنانچہ وہ تقویٰ اور صبر جو اس بھوک اور پیاس سے پیدا ہونا چاہئے تھا وہ نہیں ہوتا

اور نتیجے کے طور پر سطحی قسم کی لذتیں تو مل جاتی ہیں لیکن روزے کے ثمرات و فیوضات ہاتھ سے نکل جاتے ہیں۔ اس کا علاج یہ ہے کہ کھانا پینا ضرورت کے تحت ہو، مقصد نہ بن جائے۔ اس سلسلے میں بہت زیادہ اہتمام میں وقت ضائع کرنا، اور لذتوں کی یاد میں گرفتار رہنا بالکل بھی مناسب نہیں۔ نیز اگر اس صورتِ حال میں آپ اپنے کھانے سے زیادہ مستحقین اور دیگر افراد کو کھلانے کی فکر کریں تو چٹخاروں کی غیر ضروری رغبت سے نجات مل سکتی ہے۔

۷۔ وقت کاٹنے کی کوشش: چونکہ رمضان میں دفتر اور تعلیمی اداروں کی چھٹی جلد ہو جاتی ہے اس لیے لوگوں کو کافی فارغ وقت دستیاب ہو جاتا ہے۔ لوگ اس وقت کو عبادات، اذکار اور خدا کی یاد میں لگانے کے بجائے ناول پڑھنے، بلا مقصد انٹرنیٹ پر سر فنگ یا چیٹنگ کرنے، تاش اور دیگر گیمنز کھیلنے یا ڈرامے اور فلمیں دیکھنے میں گزار دیتے ہیں۔ اس عمل کے دوران بعض اوقات حدود سے تجاوز ہو جاتا اور روزے کی صحت پر اثر پڑ جاتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ رمضان میں کچھ اہداف مقرر کر لیں۔ مثلاً پورے مہینے میں ایک قرآن ترجمے اور تفسیر سے پڑھنا ہے یا حدیث، سیرت اور اسلامی موضوع پر کوئی کتاب ختم کرنی ہے۔ اور پھر اوقات مقرر کر کے اس پر سختی سے کاربند ہو جائیں۔ اسی طرح فراغت کے اوقات میں قرآن یا نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی روزمرہ کی دعاؤں کو یاد کرنے کی کوشش کریں۔ اسی طرح خدا کی صناعت، اس کی قدرت، اس کی رحمت اور کائنات کے تنوع پر غور کر کے خدا کی معرفت بڑھانے کی کوشش کریں۔

۸۔ ریاکاری یاد کھاوا: روزے کی آفتوں میں سب سے بڑی آفت یہ ہے کہ روزہ گھر والوں یا دفتر کے ساتھیوں کو دکھانے کے لیے رکھا جائے۔ اصل میں دکھاوے کے علاوہ ایک اور عنصر خوف کا ہے کہ لوگ کیا کہیں گے۔ اس قسم کے لوگوں کی اکثریت البتہ چوری چھپے کھانے پینے سے گریز کرتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ان میں کچھ نہ کچھ خوفِ خدا ہوتا ہے لیکن اصل محرک لوگوں کی ملامت سے بچنا ہوتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ خدا کے حوالے سے یہ حقیقت ذہن میں تازہ کی جائے کہ اس کی ملامت لوگوں کی ملامت سے زیادہ نقصان دہ ہے۔ پھر جب مشقت ہی اٹھانی ہے تو

نیت میں ذرا سی تبدیلی کر لی جائے کہ میں یہ بھوک اور پیاس اللہ کے حکم کی تعمیل اور اس کی رضا پانے کے لیے برداشت کر رہا ہوں۔

ریا کاری کی ایک صورت یہ ہے کہ لوگ اپنے روزوں کا مختلف بہانوں سے ذکر کرتے ہیں کہ میرے تو پورے روزے جارہے ہیں یا آج کا روزہ تو بہت سخت ہے وغیرہ۔ اس قسم کی گفتگو کا محرک اگر دکھاوا ہے تو یہ روزے کے اجر کو کم یا ختم کر سکتی ہے۔ چنانچہ دل و دماغ میں روزے کی غایت خدا کی رضا ہی بٹھائی جائے اور لوگوں کی تحسین وصول کرنے کے بجائے زمین و آسمان کے اُس بادشاہ کی تحسین و داد وصول کرنے کی کوشش کی جائے جس کے ہاتھ میں تمام خزانے ہیں۔ اس کے علاوہ رمضان کے علاوہ نقلی روزے بھی رکھ کر انہیں لوگوں سے حتی الامکان چھپایا جائے تاکہ ریا کاری پر قابو پایا جاسکے۔

۹۔ نیت میں خرابی: کچھ لوگ رمضان کے روزے اس نیت سے رکھتے ہیں کہ وزن کم ہو جائے یا تیزابیت کم ہو یا دیگر بیماریوں کا علاج ہو جائے۔ یاد رکھیں کہ آپ جس لیے روزہ رکھیں گے تو وہی آپ کا نصیب ہے۔ لہذا فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے کہ آپ وزن کم کرنے کو مقصود بناتے ہیں یا خدا کی بندگی کو۔۔

- قیام الیل: رمضان عبادت کا مہینہ ہے۔ یہ خدا کی طرف سے ڈسکاؤنٹ پر سیل کا اعلان ہے جس میں جنت کی وسیع و عریض زمینیں، اس کے گھنے باغات، اس کی اہلیتی ہوئی نہریں، اس کے عالیشان تخت، اس کے خوابناک بیڈرومز، اس کی معطر فضائیں اور نہ جانے کیا کیا کچھ انتہائی کم قیمت پر اس ماہ میں دستیاب ہوتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ چندرت جگے ان نعمتوں کو آپ سے قریب کر دیں۔ اگر ہر رات جاگنا ممکن نہ ہو تو کم از کم ایک دن چھوڑ کر، یا پھر ویک اینڈ پر۔ اور آخری عشرہ تو بس لوٹ لینے کا عشرہ ہے گویا کہ دینے والے نے تہیہ کر لیا ہے کہ وہ سب کچھ ہی دے دے گا بس شرط یہ ہے کہ کوئی مانگنے والا تو ہو۔

رات جاگنے سے متعلق کئی غلط فہمیوں کو دور کرنا ضروری ہے۔ ایک تو یہ کہ تراویح کی نماز فرض نہیں بلکہ یہ تہجد ہی کی

نماز ہے اور تمام مسالک کا اس پر اتفاق ہے بجز حنفی مسلک کے جو اس نماز کو سنت مؤکدہ سمجھتا ہے اور اس کے تارک کو گناہِ صغیرہ کا مرتکب قرار دیتا ہے۔ دوسرا یہ کہ حنفی مسلک کے تحت بھی اس نماز میں پورا قرآن سننا ضروری نہیں۔ مولانا شرف علی تھانوی نے اپنے آخری دنوں میں کسی اور امام سے اپنی مسجد میں نماز پڑھوائی تو ہدایت کی کہ پورے مہینے سورہ فیل سے ہی تراویح پڑھائی جائے (ماثر حکیم الامت: صفحہ ۹۵)۔ اس تمہید کی ضرورت اس لیے پیش آئی کہ کچھ لوگ تراویح کو روزے کا لازمی جزو اور اس کے ترک کو روزے کے فاسد ہونے کا ذریعہ سمجھتے ہیں جبکہ حقیقت اس کے برخلاف ہے۔

دوبارہ اصل موضوع کی طرف آتے ہیں کہ رات کس طرح جاگی جائے۔ اکثر لوگوں کو قرآن کی چھوٹی سورتیں یاد ہوتی ہیں لہذا وہ تہجد کی نماز چند منٹ میں پڑھ کر ہاتھ جھاڑ کے کھڑے ہو جاتے ہیں۔ اس ضمن میں یہ بات سمجھ لینا چاہیے کہ کچھ علما نماز کی حالت میں قرآن میں سے دیکھ کر پڑھنے کو جائز سمجھتے ہیں۔ چنانچہ اس ذریعے سے مدد لی جاسکتی ہے۔ اسی طرح تہجد کی نماز ایک نفل نماز ہے اور اس میں رکعتوں کی تعداد مختلف مکاتب فکر کے تحت گیارہ سے لے کر 40 تک ہے۔

رات جاگنے میں محض نماز پڑھنا ہی شامل نہیں۔ قرآن کو سمجھ کر پڑھنا بھی اس کا حصہ ہے۔ اسی طرح خدا سے باتیں کرنا، اس سے اپنے دل کا حال کہنا، کبھی مکان، جائداد، صحت اور اولاد کی مادی سطح سے بلند ہو کر اس سے دعائیں کرنا، اس کی پاکی بیان کرنا، اس کی حمد کرنا وغیرہ بھی اس کا حصہ ہے۔ اس سلسلے میں دعاؤں کی کتاب حصن حصین کو سامنے رکھ کر نبی کریم ﷺ کے الفاظ سے بھی مناجات کی جاسکتی ہے۔

نورانی کا سفر نامہ

یہ سفر نامہ بلوچستان کے پراسرار علاقے شاہ احمد نورانی کا ہے۔ اس میں مصنف نے نہ صرف پہاڑوں میں اپنے ایڈونچر کو بیان کیا ہے بلکہ انتہائی موزوں انداز میں نورانی کی تاریخ، وہاں کی پراسراریت کی حقیقت اور مزاروں کی حیثیت کو بھی بیان کیا ہے۔ ڈاؤن لوڈ کرنے کے لئے کلک کریں۔

<http://aqilkhans.wordpress.com/?attachme>

۱۰۔ دیگر ہدایات:

۱۔ روزہ میں دیگر کوتاہیوں میں بے شمار چیزیں آسکتی ہیں جن کا احاطہ ممکن نہیں۔ البتہ اتنا یاد رکھیں کہ ہر گناہ خدا سے دور کرتا اور ہر اچھا عمل خدا کے قریب کرتا ہے۔ وہ بھوک و پیاس کسی کام کی نہیں جس کے ساتھ ساتھ گناہوں کا سلسلہ بھی چلتا رہے اور خدا سے دوری کا سبب بن جائے۔

ب۔ اپنا احتساب کریں، اپنی کمزوریوں کو جانیں اور انہیں دور کرنے کی کوشش کریں۔ اس ضمن میں تزکیہ نفس کے سلسلے میں تیار کردہ سوال نامے۔۔ اپنا احتساب کیجئے سے بھی مدد لی جاسکتی ہے۔

ج۔ یہ دیکھیں کہ پچھلے رمضان سے اس رمضان تک کیا کوتاہیاں اور نافرمانیاں سرزد ہوئیں۔ ان پر اللہ سے معافی مانگیں اور آئندہ ان سے بچنے کا عہد کریں۔

د۔ حقوق العباد کا خاص خیال رکھیں خاص طور پر دل کھول کر اللہ کی راہ میں خرچ کریں کیونکہ جو اللہ کی راہ میں خرچ ہو گیا وہی در حقیقت بچ گیا اور جو بچ گیا وہی اصل میں آخرت میں پہنچنے سے رہ گیا۔

ازپروفیسر محمد عقیل

<http://aqilkhans.wordpress.com>

aqilkhans@gmail.com

