

رمضان، نافرمانی سے بچنے اور فرمانبرداری کی مشق کا مہینہ

رمضان کا روزہ چھوٹا روزہ ہے اور اسلام کا روزہ بڑا روزہ ہے، رمضان کا روزہ طلوع فجر سے شروع ہوتا ہے اور غروب آفتاب تک رہتا ہے جب کہ اسلام کا روزہ بالغ ہونے سے شروع ہوتا ہے اور موت کی پہنچی پرافطار ہوتا ہے

حقیقت یہ ہے کہ رمضان المبارک کے بے حد و حساب فیوض و برکات کو دیکھیں تو یوں لگتا ہے کہ رب کائنات نے اپنے گنہگار بندوں کو معاف کرنے اور اپنے قرب سے نوازنے کا فیصلہ فرمایا ہے۔ وہ کمزور اور خطا کار انسان جو اپنے عمل کی بنیاد پر حسابِ یسیر کا متحمل بھی نہیں ہو سکتا اور نہ ہی استحقاق کے طور پر مغفرت کا سوچ سکتا ہے اُس کے بچنے کی ایک ہی صورت ہو سکتی ہے اور وہ ہے اللہ کریم کا بے پایاں فضل و احسان ہے لہذا گنہگارو! اس ماہ میں اللہ تعالیٰ کی رحمت اور اسکی مغفرت کے حصول کے لئے دلوں کی کھیتی کو پہلے سے تیار کرو کہ خیر و شر کا منبع اور سرچشمہ انسان کا دل ہے۔

بخاری شریف کی روایت ہے ”سنو! انسان کے جسم میں گوشت کا ایک ٹوٹھڑا ہے، وہ درست ہو جائے تو سارا جسم درست ہو جاتا ہے۔ اگر اس میں بگاڑ اور فساد پیدا ہو جائے تو سارا جسم بگاڑ کا شکار ہو جاتا ہے، سنو! اسی کا نام دل ہے۔“

سیدنا ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ ”دل انسانی جسم کا بادشاہ ہوتا ہے اور اعضاء اور جوارح اس کا لشکر ہوتے ہیں۔“ بادشاہ یعنی دل اللہ کا مطیع و فرمانبردار اور وفادار ہے تو اس کا لشکر (اعضاء و جوارح) سب مطیع و فرمانبردار ہونگے اور اگر بادشاہ ہی نافرمان اور باغی ہو جائے تو اس کا لشکر بھی نافرمان بن جائیگا۔ یہ اللہ کے نبی ﷺ کے فرمان کی بہترین تشریح ہے۔ آئیے اس بات کا جائزہ لیں کہ دل کی اصلاح یعنی تزکیہ نفس میں روزے کا کردار کیا ہے؟ ارشاد باری تعالیٰ ہے ”اے لوگو! تم پر روزے فرض کئے گئے جیسا کہ تم سے پہلے لوگوں پر فرض کئے گئے تھے تاکہ تم پر ہیزگار بن جاؤ۔“ (القرآن)۔

روزوں کی فرضیت کا یہ پہلا حکم تھا جو 2ھ میں مدینہ طیبہ میں نازل ہوا۔ روزے کیلئے عربی زبان میں لفظ ”صوم“ استعمال ہوا ہے جس کے معنی ہیں رکنا، باز رہنا۔ عرب گھوڑے کے منہ پر تو بڑا ڈال کر اسے بھوکا پیاسا رکھتے تھے اور شدت کی گرمی میں لو کے تھپڑوں میں اسے بھگاتے تھے اور اس عمل کو صوم کہتے تھے تاکہ حالت جنگ میں گھوڑا بھوک پیاس برداشت کرنے کا عادی بھی ہو جائے اور سخت مشقت کیلئے بھی تیار ہو۔ اب اللہ تعالیٰ نے اہل ایمان کو حکم دیا کہ نفس کے گھوڑے کو بھوک پیاس کی لگام ڈال کر اسے رب کریم کی اطاعت کا عادی بناؤ اور اس عمل کی مشق ہر سال ایک مہینہ مسلسل کروائی جاتی ہے۔

نفس کی 3 اقسام ہیں جن میں ایک نفس امارہ ہے، یہ وہ نفس ہے جو ہمیشہ انسانی جسم کو خواہشات اور لذتوں کی طرف ڈھکیلتا اور کھینچتا رہتا ہے۔ سیدنا یوسفؑ کو جب زلیخانے اپنی طرف مائل کرنے کی کوشش کی تو آپ فرماتے ہیں اِنَّ النَّفْسَ لَامَّارَةٌ بِالسُّوءِ اَلْاَمَّارِ حَمِ رَبِّی ”نفس تو برائی پر ابھارنے والا ہی ہے مگر یہ کہ میرا رب ہی رحم فرمائے۔“ گویا کہ نفس امارہ تو برائی ہی کی طرف ابھارتا ہے لیکن اللہ تعالیٰ جسے چاہتا ہے بچا لیتا ہے۔ نبی ﷺ نے فرمایا ہے کہ: الصَّوْمُ جُنَّةٌ ”روزہ ڈھال ہے۔“ یعنی خواہشات نفس اور شیطانی حملوں سے انسان کو بچاتا ہے۔ رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے کہ ”جب تم میں سے کوئی روزے کی حالت میں ہو تو نہ گالی گلوچ اور بدکلامی

کرے اور نہ کوئی بے حیائی کا کام کرے اور اگر کوئی اسے برا بھلا کہے یا لڑائی جھگڑا کرے تو وہ اس کے جواب میں کہے کہ میں تو روزے سے ہوں۔“ (رواہ امام احمد) اس کا مطلب یہ ہوا کہ روزے کی حالت میں آدمی کو صبر و برداشت سے کام لینا چاہئے۔ جب آدمی کے ساتھ کوئی لڑائی جھگڑا یا تنازع ہوتا ہے تو انسان کو لازماً غصہ آتا ہے اور غیظ و غضب کی حالت میں نفس انسان کو جو چوٹ لگتی ہے وہ فوراً ترکی بہ ترکی جواب کا تقاضا کرتا ہے۔ ایسی حالت میں روزہ نفس کو ایسی لگام ڈال دیتا ہے کہ وہ اس کی اکساہٹ کے باوجود خاموش رہ کر اجر عظیم حاصل کر لیتا ہے اسی لئے نبی ﷺ نے فرمایا ”روزہ تو نام ہے صبر کا اور صبر کی جزا جنت ہے۔“

انسانی جسم کے 13 اہم تقاضے اور مطالبات ہیں۔ بھوک، پیاس، آرام اور نیند اور جنسی لذت کا حصول۔ یہ محض خواہشات ہی نہیں بلکہ جسم کی صحت اور سلامتی اور نسل انسانی کے ارتقاء کیلئے اہم ترین ضروریات بھی ہیں۔ ان ضروریات کا حد سے زیادہ تجاوز بگاڑ اور فساد کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ روزہ وہ عبادت ہے جو نفس انسانی کے ان مطالبات اور داعیات کو اعتدال کی راہ پر لاتا ہے۔

امام ابن جوزی اپنی شہرہ آفاق تصنیف ”منہاج القاصدین“ میں لکھتے ہیں: خواہشات کھانے پینے سے قوت پکڑتی ہیں، جب تک خواہشات کی زمین ہری بھری رہیگی شیطان اس چراگاہ میں آتے ہی رہیں گے البتہ خواہشات ختم ہونے سے ان پر راستے تنگ ہو جاتے ہیں۔“ یہی مطلب ہے اس حدیث کا جس میں اللہ کے نبی ﷺ فرماتے ہیں ”رمضان میں شیاطین کو جکڑ دیا جاتا ہے۔“ انسان جب پیٹ بھر کر کھاتا ہے اور خواہش کے مطابق مرغوبات نفس کا اہتمام کرتا ہے پھر لمبی تان کر خوب سوتا ہے تو نفس امارہ کے منہ زور گھوڑے کو خوب طاقت حاصل ہوتی ہے تو پھر وہ ”هَلْ مِنْ مَزِيدٍ“ کی صدا لگاتا ہے اور اس کی یہ پیاس بجھتی نہیں بلکہ بڑھتی ہی جاتی ہے۔ روزہ ان خواہشات کو ایمان کی لگام ڈال کر اعتدال کی راہ پر لاتا ہے۔

رسول اللہ ﷺ نے ایمان کی تعریف یوں کی ہے: لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّىٰ يَكُونَ هَوَاهُ تَبَعًا لِمَا جِئْتُ بِهِ ”تم میں سے کوئی اس وقت تک مومن نہیں بن سکتا جب تک کہ اپنی خواہشات کو اس چیز کے تابع نہ کر دے جو میں لایا ہوں۔“ سید مودودی فرماتے ہیں کہ ”ایمان حقیقی کا مرتبہ یہ ہے کہ آدمی کا نفس وہی چاہنے لگے جو خود اللہ چاہتا ہے یعنی وہی چیز پسند کرے جو اللہ تعالیٰ کی پسند ہو اور اس چیز کو ناپسند کرے جسے اللہ ناپسند کرتا ہے۔ آئیے اس بات کا جائزہ لیتے ہیں کہ روزے سے یہ کیفیت کیسے حاصل ہوتی ہے؟

روزے کا عمل سحری سے شروع ہوتا ہے۔ نبی ﷺ نے فرمایا ”سحری کھاؤ، سحری میں برکت ہے۔“ اور سحری میں تاخیر کو پسند فرمایا۔ کھانے کے معاملے میں آپ ﷺ نے فرمایا کہ پیٹ کو 3 حصوں میں تقسیم کیا جائے اور کھانا کم سے کم کھایا جائے جو انسان کی کمر سیدھی رکھنے کیلئے کافی ہو، نیز آپ ﷺ نے فرمایا ”انسان جن چیزوں کو بھرتا ہے ان میں سے بدترین عمل پیٹ کا بھرنا ہے۔“ بسا خوری کو آپ ﷺ سخت ناپسند فرماتے تھے۔ اب ان ہدایات کی روشنی میں ایک مسلمان کم سے کم کھانے پر اکتفا کرے اور سحری سے روزے کی نیت

کر کے دن بھر کھانے پینے سے رکا رہے اور دن بھر محنت مشقت کے کام بھی کرے۔ روزے کا مطلب ہرگز یہ نہیں کہ ہم کھا کر دن بھر سوئے پڑے رہیں۔ اب دن بھر آدمی کو بھوک پیاس ستار ہی ہے لیکن روزہ اسے خواہش سے روک رہا ہے حتیٰ کہ تنہائی میں بھی ایک مسلمان کچھ نہیں کھاتا پیتا، وہ صرف اللہ کی رضا کا طالب ہے اور اس سے ڈرتا ہے اور یہی روزے کا مقصد اور حاصل ہے جس کو قرآن نے تقویٰ کا نام دیا

ہے۔

تقویٰ کے معنی ہیں بچنا اور رکنا۔ اللہ کی نافرمانی سے بچنا اور خواہشاتِ نفس سے رکنا۔ تقویٰ کے دوسرے معنی ہیں اللہ تعالیٰ کا خوف، ہر حال میں اللہ تعالیٰ سے ڈرنا اور اس کے حکم کی خلاف ورزی سے بچنا اور اس کی ہدایات پر عمل کرنا۔ اللہ تعالیٰ نے روزے کا یہی مقصد بیان فرمایا: لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ”تا کہ تم متقی (پرہیزگار) بن جاؤ۔“

جب ہم سحری کھا رہے ہوتے ہیں، اذان کی آواز آتے ہی فوراً ہم کھانے سے ہاتھ کھینچ لیتے ہیں۔ دن بھر کھانے سے رکے رہتے ہیں، مغرب کے وقت انواع و اقسام کے کھانے اور مشروبات سامنے رکھے ہیں۔ آدمی کسی چیز کی طرف ہاتھ نہیں بڑھاتا۔ اذان کی آواز آتی ہے ہم بسم اللہ کرتے ہیں اور کھانا پینا شروع کر دیتے ہیں۔ اس عمل پر ذرا غور کیجئے یہ سب کیا ہے؟ یہ اس چیز کی مشق کرائی جا رہی ہے کہ ایک مسلمان کھانے پینے کے معاملے میں آزاد و خود مختار نہیں بلکہ رب کی مرضی کا پابند ہے۔ اسے کھانا اس وقت کھانا چاہئے جب شدید ضرورت ہو اور وہ کچھ کھانا چاہئے جس کے کھانے کی اللہ نے اجازت دی ہو حتیٰ کہ اگر وہ حلال کھانے سے بھی روک دے تو رک جانا چاہئے۔ اب اگر یہ عمل محض ایک روٹین سمجھ کر نہ کیا جائے بلکہ اصل حقیقت پر غور کیا جائے تو روزہ اللہ تعالیٰ کی اطاعت کی زبردست مشق ہے جس کے ذریعے بندۂ مومن اللہ تعالیٰ کی منع کی ہوئی چیزوں سے رک جاتا ہے اور اس کے حکم کی تعمیل کرتا ہے۔

روزہ محض کھانا پینا چھوڑنے کا نام نہیں یہ تو اللہ تعالیٰ کی نافرمانیوں سے باز رہنے کی مشق ہے جو ایک مہینہ اس لئے کروائی جاتی ہے تاکہ بندۂ مومن اسی طرح ساری زندگی اپنے رب کی رضا کے کام کرے اور اس کو ناراض کر نیوالے عمل ترک کر دے۔ مولانا ابوالحسن علی ندویؒ نے کتنی عمدہ مثال دی ہے، فرماتے ہیں ”رمضان کا روزہ چھوٹا روزہ ہے اور اسلام کا روزہ بڑا روزہ ہے۔ اسلام کے روزے سے مراد یہ ہے کہ جس طرح ہم طلوع آفتاب تک اللہ کے احکامات کی اطاعت کرتے ہیں اور پورے جسم و جان کو روزے کی حالت میں اللہ تعالیٰ کی نافرمانیوں سے بچاتے ہیں اسی طرح بالغ ہونے سے لیکر موت کے آنے تک پوری زندگی اللہ تعالیٰ کی اطاعت کریں اور اس کی نافرمانی سے بچیں۔ رمضان کا روزہ طلوع فجر سے شروع ہوتا ہے اور غروب آفتاب تک رہتا ہے جبکہ اسلام کا روزہ بالغ ہونے سے شروع ہوتا ہے اور موت کی پہنچ پر افطار ہوتا ہے۔“

روزے کی اصل حقیقت یہی ہے کہ آدمی اپنے اعضاء و جوارح کو اپنے آقا و مالک کی نافرمانی سے بچائے، بد قسمتی سے بعض لوگ روزے کے اس مقصد کو نہ سمجھنے کی وجہ سے زبان سے گالی گلوچ، غیبتیں، جھوٹ اور کانوں کا روزہ نہ رکھ کر موسیقی سے دل بہلاتے ہیں۔ آنکھوں سے بے حیائی کے مناظر اور غیر محرم کو دیکھتے ہیں اور وقت پاس کرنے کیلئے گھنٹوں ٹی وی اور انٹرنیٹ سے دل بہلاتے ہیں۔ کوئی تاش لیکر بیٹھ جاتا ہے، علیٰ ہذا القیاس۔ لوگ ایسا اس لئے کرتے ہیں کہ انہوں نے صبح سے شام تک منہ باندھ لینے اور جنسی خواہش سے رکے رہنے کا نام روزہ سمجھ لیا ہے۔ نبی ﷺ کا فرمان ہے: مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ ”جس کسی نے جھوٹ بولنا اور جھوٹ پر عمل کرنا ہی نہ چھوڑا تو اس کا کھانا پینا چھڑا دینے کی اللہ کو کوئی حاجت نہیں۔“ یعنی کھانا پینا چھوڑ دینا کوئی مقصد نہیں بلکہ یہ تو محض اللہ تعالیٰ کی اطاعت اور اس کی نافرمانی کو چھوڑ دینے کی مشق ہے جس کا حاصل یہ ہے کہ جس

طرح آدمی دن بھر کھانا پینا چھوڑ دیتا ہے اسی طرح ساری زندگی اپنے جسم کے تمام اعضاء کو اللہ تعالیٰ کی نافرمانی سے بچائے۔ اگر روزے سے یہ مقصد حاصل نہ ہو تو سوائے بھوک پیاس کے کچھ بھی حاصل نہیں ہوتا۔ ارشاد نبی ﷺ ہے: **إِنَّ الصَّيَامَ جُنَّةٌ مَّا لَمْ يَخْرُفْهَا قَيْلٌ بِمَا يَخْرُفُهَا؟ قَالَ بِكَذِبٍ أَوْ غِيْبَةٍ** ”بیشک روزہ ڈھال ہے (جو گناہوں اور شیطان کے حملوں سے بچاتا ہے) یہاں تک کہ اس ڈھال میں سوراخ نہ کر دیا جائے۔“ آپ ﷺ سے پوچھا گیا کہ کس چیز سے وہ سوراخ ہوتا ہے تو آپ ﷺ نے فرمایا ”جھوٹ اور غیبت سے۔“ (رواہ نسائی و امام احمد و ابیہتی)۔

یہاں جھوٹ اور غیبت کو بطور مثال بیان کیا گیا ہے۔ اصل حقیقت تو یہ سمجھانا ہے کہ جس طرح جھوٹ اور غیبت جیسے گناہوں سے زبان کا روزہ بیکار ہو جاتا ہے اسی طرح دیگر اعضاء و جوارح سے اللہ تعالیٰ کی نافرمانیاں کرنے سے ان اعضاء کا روزہ بھی ختم ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں بھوک پیاس کے سوا کچھ حاصل نہیں ہوتا۔ حدیث نبویؐ ہے ”بہت سے روزہ دار ایسے ہیں کہ روزے سے بھوک پیاس کے سوا ان کو کچھ حاصل نہیں ہوتا اور بہت سے راتوں کو کھڑے رہنے والے ایسے ہیں کہ اس قیام سے رت جگے کے سوا ان کے پلے کچھ نہیں پڑتا۔“ آج ہمارے روزوں اور تراویح کا یہی حال ہے اللہ! جو لوگ سحری کے وقت خوب پیٹ بھر کر کھاتے ہیں پھر دن بھر ان کو ڈکار آتی رہتی ہے اور پھر شام کو افطاری کے بعد اس قدر کھاتے ہیں کہ ان کیلئے نماز ادا کرنا اور رات کو قیام کرنا مشکل ہو جاتا ہے تو ایسے لوگ بھی روزے کے مقصد حقیقی سے غافل ہیں جس طرح سحری کے وقت پیٹ بھرتے ہوئے نبی ﷺ کی ہدایت کو پیش نظر رکھنا چاہیے اسی طرح افطاری کے بعد اور رات کے کھانے میں بھی حدیث نبویؐ اور سنت رسول ﷺ کو پیش نظر رکھنا چاہیے تبھی روزے کا اصل مقصد حاصل ہو سکتا ہے۔

کھانے پینے کی خواہش اور روزے سے اس خواہش اور ضرورت کو اعتدال پر لانے کی اس بحث کے بعد ہم دیکھتے ہیں کہ رمضان المبارک نیند اور آرام کے معاملے میں ہماری کیسی تربیت کرتا ہے۔ افطاری کے فوراً بعد ہم پیٹ بھر کر کھانے کے بجائے نماز مغرب کی طرف چل پڑتے ہیں پھر آ کر کھانا وغیرہ کھاتے ہیں، اس میں بھی کوشش یہ ہوتی ہے کہ ہم کم سے کم پر گزارہ کریں تاکہ نماز تراویح میں نیند نہ آجائے۔ عموماً کھانے کے بعد نیند اور آرام کی ضرورت محسوس ہوتی ہے لیکن ماہ رمضان ہماری یہ تربیت کرتا ہے کہ کم سے کم کھاؤ اور عبادت کی لذت حاصل کرو۔ اب رات کو نماز تراویح کے بعد کچھ وقت آرام کے لئے ملتا ہے پھر گہری نیند کے وقت آرام کو چھوڑ کر جو نفس کی بڑی اہم خواہش ہوتی ہے ہم سحری کیلئے اٹھ جاتے ہیں۔ گرمی کے طویل دنوں اور قصر راتوں میں یہ تجربہ بڑا ہی کارگر اور نفس پر گراں گزرتا ہے لیکن اس کی مسلسل مشق ایک مہینہ ہوتی ہے پھر سحری کے وقت عموماً کھانے کو جی نہیں چاہتا لیکن بادل ناخواستہ بھی ہم کچھ کھاپی لیتے ہیں اس کا مطلب یہ ہوا کہ روزہ ہمیں مسلسل یہ تربیت دے رہا ہے کہ مسلمان خواہشاتِ نفس کے پیچھے دوڑنے والا نہیں ہوتا وہ خواہشات کو اللہ کی اطاعت کے تابع بنا کر اس کی فرمانبرداری کا خوگر بناتا ہے۔

سحری کھانے کے بعد جی چاہتا ہے کہ آدمی لمبی تان کر سو جائے۔ ادھر سے اذان کی آواز آتی ہے آدمی اٹھ کر وضو کرتا ہے اور مسجد کی طرف چل پڑتا ہے یہاں پھر اس نے خواہشِ نفس پر عمل کرنے کے بجائے حکمِ الہی کی تعمیل کو ترجیح دی اگرچہ اس حکم کی تعمیل اس کے نفس کو

سخت گراں محسوس ہوتی ہے پھر دن بھر کے کام کاج اور دنیا کی مصروفیت کی وجہ سے بہت کم لوگوں کو دن کے وقت آرام کا موقع ملتا ہے لیکن اگر موقع ملے تو سنت کے مطابق قبولہ کرنا ہی چاہئے اس عمل سے یہ ثابت ہوا کہ بندہ مومن کو مسلسل ایک مہینے یہ مشق کرائی جاتی ہے کہ سونے اور جاگنے اور آرام کرنے کے معاملے میں بھی وہ کھانے پینے کی طرح آزاد اور خود مختار نہیں بلکہ رب کے حکم کا پابند ہے۔ اس تربیتی مشق کا فائدہ یہ ہونا چاہئے کہ رمضان کے بعد بھی ہم تہجد کے وقت اٹھ کر اللہ کو یاد کریں اور فجر کی نماز باجماعت مسجد میں ادا کریں، رات کو آرام بھی کریں اور رات کے اوقات میں نوافل اور ذکر کا اہتمام بھی کریں لیکن کتنی بد قسمتی کی بات ہے کہ ایک ماہ کی اس مسلسل تربیتی مشق کے بعد مسلمانوں کی اکثریت پھر لمبی تان کر سو جاتی ہے اور مسجدیں پھر ویران ہو جاتی ہیں۔ جو لوگ رمضان کے مہینے میں مسلسل ایک ماہ سحری کے وقت سنت پر عمل کرنے کیلئے بیدار ہو جاتے ہیں وہ اگر رمضان کے بعد فجر کے وقت فرض کی ادائیگی کیلئے نہیں اٹھ سکتے تو وہ خود ہی سوچیں کہ انہوں نے روزے کی اس تربیت سے کیا حاصل کیا؟ اسلامی عبادات ہمیں وقت کی پابندی اور نظم و ضبط کی تعلیم دیتی ہیں تاکہ ہماری پوری زندگی میں وہ اعتدال پیدا ہو جائے جو اللہ تعالیٰ کو مطلوب ہے۔