

## روزہ اور تزکیہ نفس

اللہ تعالیٰ کے احکام، خواہ وہ عبادات سے متعلق ہوں یا معاملات سے متعلق، سراسر فطری احکام ہیں۔ یہ اسی دین فطرت کے احکام ہیں جو اللہ تعالیٰ نے تخلیق انسانیت کے بعد ان کی رشد و ہدایت کے لیے ان کے لیے پسند فرمایا ہے۔ روزہ انہی احکام میں سے ایک اہم حکم ہے۔ نماز اور زکوٰۃ کے بعد یہ تیسری اہم فرض عبادت ہے۔ استاذ گرامی جناب جاوید احمد غامدی صاحب اس کی لغوی و اصطلاحی وضاحت کرتے ہوئے لکھتے ہیں:

”عربی زبان میں اس کے لیے ’صوم‘ کا لفظ آتا ہے، جس کے معنی کسی چیز سے رک جانے اور اُس کو ترک کر دینے کے ہیں۔ گھوڑوں کو تربیت دینے کے لیے جب بھوکا اور پیاسا رکھا جاتا تھا تو اہل عرب اسے اُن کے صوم سے تعبیر کرتے تھے۔ شریعت کی اصطلاح میں یہ لفظ خاص حدود و قیود کے ساتھ کھانے پینے اور ازدواجی تعلقات سے رک جانے کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ اردو زبان میں اسی کو روزہ کہتے ہیں۔“ (میزان ۳۵۲)

اس کی فرضیت اور تشریع جس طرح اہل اسلام کے لیے ہے، اسی طرح اہم سابقہ کے لیے بھی تھی۔ قرآن مجید میں اس کی وضاحت اس طرح بیان ہوئی ہے:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ  
كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ  
تَتَّقُونَ. (البقرہ ۱۸۳)

”ایمان والو، تم پر روزہ فرض کیا گیا ہے، جس طرح تم سے پہلوں پر فرض کیا گیا تھا کہ تم اللہ سے ڈرنے والے بن جاؤ۔“

روزے کی اصل غرض و غایت، جیسا کہ قرآن مجید نے واضح فرمائی ہے، یہ ہے کہ انسان کو تقویٰ حاصل ہو اور وہ

ہمہ وقت اللہ تعالیٰ کے حدود کو پیش نظر رکھے اور اس بات سے ڈرے کہ اگر اس نے ان کو پامال کیا تو اللہ تعالیٰ کی گرفت سے کوئی راہ فرار نہیں ہوگی۔

تزکیہ نفس اور تطہیر ذات کے لیے روزہ نہایت ہی اہم عبادت ہے۔ اصل مقاصد کو مد نظر رکھتے ہوئے اس پر عمل کیا جائے تو تقرب الی اللہ کے لیے یہ بہترین ذریعہ ہے اور اس سے انفس و آفاق کے در بہ آسانی واہو سکتے ہیں۔ انسان کی تعمیر سیرت اور کردار کے لیے یہ میزان و معیار ہے، جس کے سبب سے اس کے مزاج میں استقلال و تسلسل کے ساتھ ساتھ مثبت تبدیلی پیدا ہوتی ہے۔ جب وہ روزے کی حالت میں بے آمیز اطاعت، تسلیم و رضا، انابت و اخبات اور خشیت و ڈر کے ساتھ اپنے آپ کو اللہ رب العالمین کے سپرد کر دیتا اور صرف اسی سے لو لگاتا ہے تو وہ اس کے لیے دنیا و آخرت میں بہترین صلہ مقدر کر دیتا ہے۔ فرمان خداوندی ہے:

فإنه لي و أنا أجزى به يدع شهوته و ”روزہ میرے لیے ہے اور میں ہی اس کی جزا دوں  
طعامه من أجلي. (مسلم، رقم ۱۱۵۱) گا، کیونکہ روزہ دار اپنی خواہش اور کھانے پینے کو میرے  
لیے چھوڑتا ہے۔“

تزکیہ نفس کے پہلو سے روزہ متعدد روحانی، جسمانی، اخلاقی، فکری اور اصلاحی فوائد کا حامل ہے؛ زہد و تقویٰ، فقر و سادگی، نرم خوئی، ایثار و ہم دردی اور صبر و استقامت اس کے عمومی فوائد ہیں۔ اس کی جملہ برکات کے لیے قرآن مجید کی تلاوت کی جائے، اس کا فہم حاصل کیا جائے، اس پر عمل کیا جائے اور اس کے ابلاغ کے لیے اہتمام کیا جائے۔ اس کے برخلاف، اگر روزہ دار اللہ تعالیٰ کے اوامر و نواہی اور حدود و قیود سے بے پروائی، سہل اور غفلت کا ارتکاب کرتا ہے تو روزہ اس کے لیے بے سود؛ وہ مرغوبات کے حصول میں کوشاں رہے تو روزہ اس کے لیے بے معنی؛ وہ ریا اور بخالت کو اپنا شعار بنا لے تو روزہ اس کے لیے بے مقصد؛ وہ اشتعال اور غصے کو اپنا ہتھیار بنا لے تو روزہ اس کے لیے بے روح؛ وہ مخاصمت و مشاجرت میں اپنی زبان کو کھلا چھوڑ دے اور مشامت کو اپنی عادت بنا لے تو اللہ تعالیٰ کو اس کے روزے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے:

من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه و شربه. ”جو شخص (حالت روزہ میں) جھوٹ بولنا اور اس پر عمل کرنا نہ چھوڑے، تو اللہ تعالیٰ کو اس بات کی کوئی ضرورت نہیں کہ وہ اپنا کھانا پینا چھوڑ دے۔“  
(بخاری، رقم ۱۹۰۳)