



## خطبہ جمعہ

بعنوان

## روزے کے معاشرتی زندگی پر اثرات

سلسلہ منبر الہیمة

248

بتاریخ: 30 اپریل 2021

بمطابق: 17 رمضان المبارک 1442ھ

بہ اہتمام

الحکمة انٹرنیشنل

5D1 ٹاؤن شپ، مادرِ ملت روڈ، نزد پائپ سٹاپ، لاہور

## بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اہم نکات

- ①..... روزے کے حقیقی مقاصد
- ②..... روزے کے انسانی زندگی پر اثرات
- ③..... روزہ؛ ایثار و اخوت کو فروغ دیتا ہے
- ④..... روزہ؛ حفظانِ صحت کا ضامن
- ④..... روزے کے فوائد

الْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِیْ اَرْسَلَ رَسُوْلَهٗ بِالْهُدٰی وَدِیْنِ الْحَقِّ، لِيُظْهِرَهٗ عَلٰی الدِّیْنِ كُلِّهِ وَكُفٰی بِاللّٰهِ شَهِیْدًا، وَاَشْهَدُ اَنْ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِیْكَ لَهٗ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَسْلِیْمًا؛ اَمَّا بَعْدُ!

﴿يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلٰی الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُوْنَ﴾ [البقرة: 183]

﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِیْ اُنزِلَ فِيْهِ الْقُرْاٰنُ هُدٰی لِّلنَّاسِ وَبَيِّنٰتٍ مِّنَ الْهُدٰی وَ الْقُرْاٰنِ فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَنْ كَانَ مَرِيْضًا اَوْ عَلٰی سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ اَيّامٍ اٰخَرَ يٰرِیْدُ اللّٰهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِیْدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَ لِتَكْمِلُوْا الْعِدَّةَ وَ لِتَكْبِرُوْا اللّٰهَ عَلٰی مَا هَدٰكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُوْنَ﴾ [البقرة: 185]

## تمہید

روزہ ایک عظیم عبادت ہے؛ جو انسان کی ہر سطح پر تربیت کرتا ہے؛ مثلاً: سماجی زندگی میں اخوت و بھائی چارے کو فروغ اور اتحاد و یکجہتی کا درس دیتا ہے۔ غریبوں سے ہمدردی اور نعم گساری کا جذبہ پیدا کرتا ہے۔ اس ماہ مقدس میں صاحبِ ثروت افراد دل کھول کر خرچ کرتے اور مستحقین کی ضروریات پوری کر کے اللہ کی خوشنودی حاصل کرتے ہیں۔ روزہ؛ انسان کو اخلاق کے اعلیٰ مقام تک پہنچاتا، وقت کی پابندی، دوسروں کے ساتھ صلہ رحمی؛ عفو و درگزر کی صفات اور باہمی محبت کے جذبات کو پروان چڑھاتا ہے۔ روزہ؛ انسان کی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے حفاظت کرتا ہے۔ روزہ ایک عظیم عمل ہے جو انسان کو لڑائی جھگڑے اور حرام کھانے پینے اور برے کاموں سے روکنے کا سبب ہے۔ روزہ؛ انسان کی معاشرتی سطح پر تربیت میں اہم کردار کرتا ہے۔ نفس کی طہارت، زندگی میں سرزد ہونے والے

گناہوں سے پرہیز اور نیکیوں میں سبقت کرنے کی جستجو؛ روزے کے بنیادی مقاصد میں سے ہیں۔

## روزے کے حقیقی مقاصد

### ①.....روزہ؛ متقی بننے کا ذریعہ:

روزہ دار شخص حقیقی معنوں میں اللہ کا مطیع اور نفس کی آزاد لگام کو اطاعت الہی کے ساتھ قید کر دیتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے روزے کا حکم دینے کے بعد فرمایا:

﴿لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: 183]

”تا کہ تم متقی و پرہیزگار بن جاؤ۔“

لیکن جو لوگ خیال کرتے ہیں کہ آزادی شرعی احکام سے راہ فرار؛ ہوس پرستی اور نفسانی خواہشات کی پیروی میں ہے؛ درحقیقت ایسے لوگ خواہشات کے غلام اور ہوس پرستی میں بری طرح مبتلا ہیں۔ قرآن کریم کی نظر میں یہی لوگ اللہ تعالیٰ کے بندے ہونے کی بجائے خواہشات کے بندے ہیں۔

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ أَفَأَنْتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكِيلًا﴾ [الفرقان: 43]

”کیا تم نے اس شخص کو دیکھا ہے جس نے اپنی نفسانی خواہشات کو اپنا خدا بنا رکھا ہے؟“

کچھ اسی بارے میں علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ نے کہا تھا:

کس قدر تم پہ گراں صبح کی بیداری ہے

ہم سے کب پیار ہے، ہاں نیند تمہیں پیاری ہے

طبع آزاد یہ قیدِ رمضان بھاری ہے

تمہی کہہ دو، یہی آئینِ وفاداری ہے؟

### ②.....روزہ؛ اخلاق و کردار کی اصلاح کا مؤثر ذریعہ:

روزے کا مقصد انسان میں نفسانی خواہشات کو کنٹرول کرنا اور رذائل سے پاک کر کے اچھے اخلاق سے متصف کرنا ہے۔ جس کے سبب انسان کے لیے حلال کا عادی ہونا اور حرام سے بچنا آسان ہو جاتا ہے۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((وَإِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَصْحَبْ، فَإِنْ سَابَهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ،

روزے کے معاشرتی زندگی پر اثرات

1

فَلْيَقُلْ إِنِّي أَمْرٌ صَائِمٌ))

”اگر کوئی روزے کی حالت میں ہو تو وہ فحش گوئی نہ کرے اور نہ شور و غوغا مچائے، اگر کوئی شخص اس کو گالی دے یا لڑنا بھی چاہے تو اس کا جواب صرف یہ ہو کہ میں ایک روزہ دار آدمی ہوں۔“

صحیح البخاری: 1904

**معلوم ہوا.....** کہ اخلاق کی اصلاح کے لیے روزے سے زیادہ مؤثر کوئی عمل نہیں ہے۔ زبان کا بے جا استعمال، فحش گوئی، جھوٹ بولنے، جاہلانہ رویے کا مظاہرہ کرنے اور طیش میں آ کر ظلم و زیادتی کے ارتکاب سے روزے کا عمل روکتا ہے۔ گویا روزہ انسان کو مہذب اور سائنس بنانے کا سب سے بڑا ذریعہ ہے۔

**③..... جھوٹ سے بچنا:**

نبی اکرم ﷺ نے روزے کے حقیقی مقاصد کو مختلف احادیث میں بیان فرمایا ہے اور یہ سمجھایا ہے کہ مقصد سے غافل ہو کر محض بھوکا پیاسا رہنا کچھ فائدہ نہیں۔ روزے کا بنیادی مقصد تقویٰ کا حصول ہے، جب کہ جھوٹ بولنا اس مقصد کے منافی اور روزہ کی روح کو ضائع کر دیتا ہے۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ))

”اگر کوئی شخص جھوٹ بولنا اور دغا بازی کرنا (روزے رکھ کر بھی) نہ چھوڑے تو اللہ تعالیٰ کو اس کی کوئی ضرورت نہیں کہ وہ اپنا کھانا پینا چھوڑ دے۔“

صحیح البخاری: 1903

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے ہی روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((رُبَّ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الْجُوعُ، وَرُبَّ قَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ قِيَامِهِ إِلَّا السَّهَرُ))

”بہت سے روزہ دار ایسے ہیں کہ ان کو اپنے روزے سے بھوک کے علاوہ کچھ حاصل نہیں ہوتا، اور بہت سے رات میں قیام کرنے والے ایسے ہیں کہ ان کو اپنے قیام سے جاگنے کے سوا کچھ بھی حاصل نہیں ہوتا۔“

[صحیح سنن ابن ماجہ: 1690]

**④..... روزہ، گناہوں سے بچنے کی ڈھال:**

روزے کا عمل گناہوں سے بچنے کا باعث ہے، جس طرح لڑتے ہوئے ڈھال کو دشمن کے وار سے بچنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ اسی طرح روزہ بھی گناہ، بری عادات اور غلط رویوں کو بدلنے کے لیے بہت بڑا عمل ہے۔

☆..... سیدنا عثمان بن ابوالعاص رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے:

((الصَّوْمُ جُنَّةٌ مِنَ النَّارِ كَجُنَّةِ أَحَدِكُمْ مِنَ الْقِتَالِ))

”روزہ آگ سے بچاؤ کی ڈھال ہے، جس طرح تم میں سے کسی کے پاس لڑائی میں (دشمن سے بچاؤ کے لیے) ڈھال ہوتی ہے۔“

[صحیح سنن النسائی: 2231]

### ⑤..... روزے سے قوت برداشت کا پیدا ہونا:

ماہ رمضان صبر و قناعت، شکرگزاری اور بردباری کا مہینہ ہے؛ اس لیے کہ روزے کی حالت میں انسان حلال کھانا پینا بھی ترک کر دیتا ہے؛ کیونکہ اللہ تعالیٰ کا بھی یہی حکم ہے۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا:

((صَوْمُ شَهْرِ الصَّبْرِ، وَثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ، صَوْمُ الدَّهْرِ))

”صبر کے مہینے (رمضان) کے روزے رکھنا اور ہر ماہ تین دن (ایام بیض) کے روزے رکھنا سال بھر کے روزے رکھنے کے برابر ہے۔“

[اسنادہ صحیح] مسند احمد: 7577

### ⑥..... روزہ: ایمان و احتساب کا باعث:

جو شخص ایمان کی حالت اور اللہ کی رضا کا طلب گار ہو کر ہر وقت اپنے خیالات اور اعمال پر نظر رکھے، کہ کہیں کوئی عمل اللہ کی رضا کے خلاف تو نہیں جا رہا۔ جو اس ایمانی احساس کے ساتھ روزے رکھے گا وہ اپنے سابقہ گناہوں کو بخشوا لے گا، گویا اُس نے اپنے مالک و خالق کی طرف رجوع کر لیا اور معافی کی بشارت کو اپنے نام کر لیا۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ صَامَ رَمَضَانَ، إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ))

”جس نے رمضان کے روزے ایمان اور اجر و ثواب کی نیت سے رکھے، اُس نے سابقہ گناہ معاف کر دیے جائیں گے۔“

صحیح البخاری: 38

### ⑦..... نیکی کا جذبہ:

روزے کی حالت میں آدمی کو زیادہ سے زیادہ نیک اعمال کرنے میں جلدی کرنی چاہیے۔ خصوصاً عبادات کے

ساتھ دوسروں سے ہمدردی اور خدمت کا جذبہ پوری شدت سے پیدا ہونا چاہیے۔  
ایک بندہ روزے کی حالت میں بھوک و پیاس کی تکلیف میں مبتلا ہو کر اچھی طرح محسوس کر سکتا ہے کہ فقراء  
و مساکین اور غریب بندوں پر مصیبت کی حالت میں کیا گزرتی ہوگی۔

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ  
لِلْمُتَّقِينَ﴾ [ال عمران: 133]

”اور ایک دوسرے سے بڑھ کر دوڑو اپنے رب کی جانب سے بخشش کی طرف اور اس جنت کی طرف جس کی  
چوڑائی آسمانوں اور زمین (کے برابر) ہے، ڈرنے والوں کے لیے تیار کی گئی ہے۔“

## روزے کے انسانی کردار پر اثرات

ماہرینِ نفسیات کے مطابق تین خواہشات انسان میں سب سے شدید ہوتی ہیں۔ اگر انسان ان پر قابو پانا سیکھ لے  
تو باقی نفسانی خواہشات پر بھی کنٹرول پا جا سکتا ہے؛ جس سے مثبت کردار اور روزے کے مقاصد کو حاصل کیا جا سکتا ہے۔  
1..... بھوک - 2..... پیاس - 3..... اور جنسی خواہش

### .....روزہ؛ مادی خواہشات کو کنٹرول کی ٹریننگ:

اسی طرح ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر کوئی عمل مسلسل تین ہفتوں تک کیا جائے تو وہ پختہ عادت بن جاتی ہے؛ جب کہ  
رمضان المبارک اللہ تعالیٰ کا سالانہ چار ہفتوں پر مبنی روحانی ٹریننگ کے لیے مجاہدہ نفس کا دورانیہ ہے۔  
روزے کا انسانی زندگی پر سب سے بڑا اثر یہ ہے کہ روزہ روحانی قوت کو نفس کی خواہشات پر غالب کرتا ہے؛ جب  
کہ انسانی نفس میں روحانی قوت اور مادی وجود کے درمیان ہمیشہ سے کشمکش جاری ہے۔  
روزہ انسان میں روحانی طاقت کو غالب کرتا اور مٹی سے بنے ہوئے جسم کی منفی خواہشات کو مغلوب کرنے میں بہت  
معاون ثابت ہوتا ہے۔

☆..... سیدنا معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:  
((الصَّوْمُ جَنَّةٌ))

”روزہ (نفسانی خواہشات کے خلاف) ڈھال ہے۔“

[صحیح] سنن الترمذی: 2224

.....روزہ؛ تعلق باللہ کا ذریعہ:

روزہ؛ تعلق باللہ کے لیے ایک زبردست روحانی ٹریگ ہے۔ روزہ سے انسان میں اطاعت شعاری کا جذبہ بڑھتا اور ایمان کی تکمیل ہوتی ہے، جس کی بنا پر بندہ اللہ کے مقرب بندوں کا مقام حاصل کرتا ہے۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:

((الصَّوْمُ لِي وَأَنَا أَجْزَى بِهِ، يَدَعُ شَهْوَتَهُ وَأَكْلَهُ وَشُرْبَهُ مِنْ أَجْلِي))

”روزہ میرے لیے ہے اور میں ہی اس کی جزا دوں گا؛ کیونکہ روزے دار نے اپنی خواہشات اور کھانے پینے کو میری خاطر ترک کر دیا۔“

صحیح البخاری: 7492

.....روزہ، ایثار و اخوت کو فروغ دیتا ہے:

روزے کی حالت میں بھوک و پیاس کی شدت سے مستحق لوگوں کی تکلیف کا احساس ہوتا ہے۔ رمضان میں امیر، غریب، بڑے اور چھوٹے ہر طرح کے لوگ مساجد میں فرض نماز اور تراویح کے لیے جمع ہوتے ہیں؛ جس سے بھائی چارے کو فروغ ملتا اور باہمی محبت بھی بڑھتی ہے۔

روزہ صرف کسی ایک بندے کے ایمان کا مسئلہ نہیں ہے؛ بلکہ ایک معاشرتی اقدار کا حامل عظیم عمل ہے؛ جس میں معاشرے کے نادار لوگوں کے ساتھ ہمدردی کرنے کا حکم ہے۔ فرضی اور نفلی صدقات، صدقہ الفطر اور روزے کا کفارہ مساکین کو دینے کے احکام؛ اسلامی اخوت کے فروغ کی عملی صورتیں ہیں؛ جس سے لازمی طور پر مال کی محبت کم ہوتی اور اللہ کی اطاعت و محبت پروان پڑھتی ہے۔

☆..... سحری و افطار کروانے پر اجر و ثواب کی بشارت اور اسلامی معاشرے میں نیک اعمال کو فروغ دینا اخوت و بھائی چارے کو فروغ دینے کی واضح دلیل ہے۔

سیدنا زید بن خالد جہنی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

((مَنْ فَطَرَ صَائِمًا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِهِ، غَيْرَ أَنَّهُ لَا يَنْقُصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْئًا))

”جس نے کسی روزہ دار کو افطار کرایا تو اسے بھی اس کے برابر ثواب ملے گا، بغیر اس کے کہ روزہ دار کے ثواب میں سے ذرا بھی کم کیا جائے۔“

[صحیح] سنن الترمذی: 807

.....روزہ؛ معاشرتی بے حیائی کی روک تھام کا ذریعہ:

حدیث میں روزے کو الصوم جنة یعنی برائی کے خلاف ڈھال کہا گیا ہے۔ روزہ نفس کی بری خواہشات کو مغلوب اور روحانی قوت کو غالب کرتا ہے۔ چونکہ نوجوانوں میں نفس کی شرارتیں زیادہ ہوتی ہیں، لہذا رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم

بطور خاص نوجوانوں کو نکاح نہ کرنے کی صورت میں روزہ رکھنے اور اس کی حکمتیں بیان کرتے ہوئے فرمایا:  
 ((يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ  
 وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ))

”اے نوجوانو! تم میں سے جس کے پاس بھی نکاح کرنے کے لیے مالی طاقت ہو تو اسے نکاح کر لینا چاہیے  
 ؛ کیونکہ یہ نظر کو نیچی رکھنے والا اور شرمگاہ کی حفاظت کرنے والا عمل ہے اور جو کوئی نکاح کرنے کی (غربت کی  
 وجہ سے) طاقت نہ رکھتا ہو اسے چاہیے کہ روزہ رکھے؛ کیونکہ روزہ اس کی نفسانی خواہشات کو توڑ دے گا۔“

[صحیح البخاری: 5066]

### .....روزے کا کوئی نعم البدل نہیں:

روزہ نفس کی سرکشی کا زور توڑنے کے لیے مددگار ثابت ہوتا ہے۔ روزے کے انسانی زندگی پر بے پناہ فوائد و ثمرات  
 کی بنا پر ارشاد نبوی ﷺ ہے۔

☆..... سیدنا ابو امامہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا اے اللہ کے  
 رسول! مجھے ایسے عمل کے بارے میں خبر دیں جو مجھے جنت میں داخل کر دے؟ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((عَلَيْكَ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَا عِدْلَ لَهُ))

”روزے کو لازم پکڑ لو؛ اس کی مثل کوئی عمل نہیں ہے۔“

[صحیح [مسند احمد: 22276]

### .....روزہ، معاف کر دینے اور اچھے اخلاق کا مرقع:

روزے کا ایک اجتماعی فائدہ یہ ہے کہ اس سے انسان میں اچھے اخلاق اور عفو و درگزر کا جذبہ پیدا ہوتا ہے؛ جس کے  
 نتیجے میں بدزبانی، دشمنی، غیبت اور گالی گلوچ جیسے برے اخلاق دور ہو جاتے ہیں۔ کیونکہ روزہ دار کو یہ تعلیم دی گئی ہے کہ وہ  
 روزے کی حالت میں اپنی آنکھوں، زبان اور کانوں کا خیال رکھے اور انہیں غلط استعمال نہ کرے؛ اگر کوئی برا پیش آئے  
 تب بھی احسان کے ساتھ پیش آنے کی تلقین ہے۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((وَإِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَصْحَبْ، فَإِنْ سَابَّهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ،  
 فَلْيَقُلْ إِنِّي امْرُؤٌ صَائِمٌ))

”اگر کوئی روزے کی حالت میں ہو تو اسے فحش گوئی نہ کرے اور نہ شور و غوغا مچائے، اگر کوئی شخص اس کو گالی  
 دے یا لڑنا بھی چاہے تو اس کا جواب صرف یہ ہو کہ میں ایک روزہ دار آدمی ہوں۔“



### .....روزہ؛ اخلاقی برائیوں سے نجات کا عمل:

جو شخص روزہ رکھ کر بھی معاشرتی برائیوں سے نہیں بچتا، کذب بیانی، فراڈ، دھوکہ دہی، ظلم و ستم کرتا اور غریبوں کا حق مارتا ہے، یقیناً اُس کے روزے نے اُسے کچھ فائدہ نہیں دیا۔

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((كَمْ مِنْ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الظَّمَاءُ))

”کتنے ہی روزے دار ہیں جنہیں بھوک و پیاس کی تکلیف کے علاوہ کچھ (اجر و ثواب) نہیں ملتا۔“

[حسن] سنن الدارمی: 2762

### .....روزہ، حفظانِ صحت کا ضامن:

اسلام اعتدال کا دین ہے، جو ہر عمل اور معاملہ میں عدل کا حکم دیتا ہے۔ کھانے پینے میں افراط و تفریط سے ہٹ اعتدال کا حکم ہے اور اسی حکم الہی پر عمل کرنے میں صحت و تندرستی بھی پنہاں ہے۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [الاعراف: 31]

”اور کھاؤ اور پیو اور حد سے نہ گزرو، بے شک اللہ تعالیٰ حد سے گزرنے والوں سے محبت نہیں کرتا۔“

☆..... سیدنا مقدم بن معدیکرب رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، حَسْبُ الْآدَمِيِّ، لُقَيْمَاتٌ يُقْمَنَ صَلْبَهُ))

”آدمی نے پیٹ سے زیادہ برا کوئی برتن نہیں بھرا، انسان کے لیے اتنا ہی کافی ہے کہ وہ اتنے لقمے کھائے جو

اس کی کمر سیدھی رکھ سکیں۔“

[صحیح] سنن ابن ماجہ: 3349

### .....روزہ جہنم سے بچاؤ اور جنت میں داخلہ کا عمل:

ایمان کی حالت میں اور اللہ کی رضا و خوشنودی طلب کرتے ہوئے ایک دن کا روزہ رکھنے سے ستر سال کی مسافت کے برابر جہنم سے دوری کی بشارت ہے، یعنی روزہ انسان کو جہنم سے دور اور جنت کے قریب کرتا ہے۔

☆..... سیدنا ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ، بَعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفًا))

”جس نے اللہ تعالیٰ کے راستے میں ایک دن بھی روزہ رکھا؛ اللہ تعالیٰ اسے جہنم سے ستر سال کی مسافت

## روزے کے فوائد

- ①..... روزے سے انسان میں قوتِ برداشت پیدا ہوتی ہے؛ کیونکہ روزہ انسان کی ہیجانی قوت کو کمزور کرتا اور روحانی قوت یعنی تعلق باللہ کو مضبوط بناتا ہے۔
- ②..... روزہ؛ انسان کو بعض جائز چیزوں سے بھی خاص وقت کے لیے روک دیتا ہے، تاکہ اس کے بعد انسان کے لیے حرام چیزوں سے بچنا مزید آسان ہو جائے۔
- ③..... روزے کا معاشرتی زندگی پر ایک اثر اور فائدہ یہ ہے کہ روزہ، فقراء، مساکین اور محروم افراد کی حالت زار کی یاد دہانی کرواتا ہے۔
- ④..... روزہ وقت کی پابندی کا درس دیتا ہے تاکہ انسان کے لیے اللہ کی اطاعت آسان ہو جائے۔
- ⑤..... روزہ انسان میں ریا کاری، شہرت پسندی اور بری نیت کی بجائے اخلاص، اللہیت اور رضائے الہی کے حصول کا جذبہ پیدا کرتا ہے۔

## خلاصہ جمعہ

بعنوان

## روزے کے معاشرتی زندگی پر اثرات

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: 183]

## روزے کے حقیقی مقاصد

①..... روزہ؛ متقی بننے کا ذریعہ:

روزہ دار شخص حقیقی معنوں میں اللہ کا مطیع اور نفس کی آزاد لگام کو اطاعت الہی کے ساتھ قید کر دیتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے روزے کا حکم دینے کے بعد فرمایا:

روزے کے معاشرتی زندگی پر اثرات

﴿لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: 183]

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿أَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ أَفَأَنْتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكَيْلًا﴾ [الفرقان: 43]

## ②.....روزہ: اخلاق و کردار کی اصلاح کا موثر ذریعہ:

☆.....سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((وَإِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَصْحَبْ، فَإِنْ سَابَهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَقُلْ إِنِّي أَمْرٌ صَائِمٌ))

صحیح البخاری: 1904

## ③.....جھوٹ سے بچنا:

☆.....سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ))

صحیح البخاری: 1903

☆.....سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے ہی روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((رُبَّ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الْجُوعُ، وَرُبَّ قَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ قِيَامِهِ إِلَّا السَّهْرُ))

[صحیح] سنن ابن ماجہ: 1690

## ④.....روزہ، گناہوں سے بچنے کی ڈھال:

☆.....سیدنا عثمان بن ابوالعاص رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے:

((الصَّوْمُ جَنَّةٌ مِنَ النَّارِ كَجَنَّةِ أَحَدِكُمْ مِنَ الْقِتَالِ))

[صحیح] سنن النسائی: 2231

## ⑤.....روزے سے قوت برداشت کا پیدا ہونا:

☆.....سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا:

((صَوْمُ شَهْرِ الصَّبْرِ، وَثَلَاثَةُ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ، صَوْمُ الدَّهْرِ))

[اسنادہ صحیح] مسند احمد: 7577

## ⑥.....روزہ: ایمان و احتساب کا باعث:

☆.....سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:  
 ((مَنْ صَامَ رَمَضَانَ، إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ))

صحیح البخاری: 38

⑦.....نیکی کا جذبہ:

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ  
 لِلْمُتَّقِينَ﴾ [ال عمران: 133]

## روزے کے انسانی کردار پر اثرات

ماہرینِ نفسیات کے مطابق تین خواہشات انسان میں سب سے شدید ہوتی ہیں۔ اگر انسان ان پر قابو پانا سیکھ لے  
 تو باقی نفسانی خواہشات پر بھی کنٹرول پا جا سکتا ہے؛ جس سے مثبت کردار اور روزے کے مقاصد کو حاصل کیا جا سکتا ہے۔  
 1.....بھوک - 2..... پیاس - 3..... اور جنسی خواہش

.....روزہ؛ مادی خواہشات کو کنٹرول کی ٹریننگ:

☆.....سیدنا معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:  
 ((الصَّوْمُ جُنَّةٌ))

[صحیح] سنن الترمذی: 2224

.....روزہ؛ تعلق باللہ کا ذریعہ:

☆.....سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:  
 ((الصَّوْمُ لِي وَأَنَا أَجْزَىٰ بِهِ، يَدَعُ شَهْوَتَهُ وَأَكَلَهُ وَشَرِبَهُ مِنْ أَجْلِي))

صحیح البخاری: 7492

.....روزہ، ایثار و اخوت کو فروغ دیتا ہے:

سیدنا زید بن خالد جہنی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:  
 ((مَنْ فَطَرَ صَائِمًا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِهِ، غَيْرَ أَنَّهُ لَا يَنْقُصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْئًا))

[صحیح] سنن الترمذی: 807

.....روزہ؛ معاشرتی بے حیائی کی روک تھام کا ذریعہ:

رسول اکرم ﷺ بطور خاص نوجوانوں کو نکاح نہ کرنے کی صورت میں روزہ رکھنے اور اس کی حکمتیں بیان کرتے ہوئے فرمایا:

((يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ))

[صحیح البخاری: 5066]

**.....روزے کا کوئی نعم البدل نہیں:**

☆..... سیدنا ابوامامہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا اے اللہ کے رسول! مجھے ایسے عمل کے بارے میں خبر دیں جو مجھے جنت میں داخل کر دے؟ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((عَلَيْكَ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَا عِدْلَ لَهُ))

[صحیح] مسند احمد: 22276

**.....روزہ، معاف کر دینے اور اچھے اخلاق کا مرقع:**

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((وَإِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَصْخَبْ، فَإِنْ سَابَهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَقُلْ إِنِّي أَمْرٌ صَائِمٌ))

صحیح البخاری: 1904

**.....روزہ، اخلاقی برائیوں سے نجات کا عمل:**

☆..... سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((كَمْ مِنْ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الظَّمَاءُ))

[حسن] سنن الدارمی: 2762

**.....روزہ، حفظانِ صحت کا ضامن:**

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [الاعراف: 31]

☆..... سیدنا مقدم بن معدیکرب رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، حَسْبُ الْآدَمِيِّ، لَقِيمَاتٌ يُقْمَنَ صَلْبَهُ))

.....روزہ جہنم سے بچاؤ اور جنت میں داخلہ کا عمل:

☆.....سیدنا ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:  
 ((مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ، بَعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفًا))

صحیح البخاری: 2840



تاثرات اور مشورہ کے لیے  
 حافظ شفیق الرحمن زاہد (مدیر)  
 03015989211

خطبہ حاصل کرنے کے لیے  
 03424449009  
 03014843312

خطبہ رائٹر  
 حافظ تنویر الاسلام  
 03424449009  
 03034125519