

روزہ اور اس کے فائدے!

رمضان میں ایک مہینے کے دو مہینے ملتے ہیں۔ سحر خیزی کے باعث نماز تہجد کا سرور بھی اور روزے کی وجہ سے نفس کی شورش سے سکون بھی طبیعت میں ایک خوشگوار سی یکسوئی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس یکسوئی میں نفس کی پہچان بڑھتی ہے۔

بعض اصطلاحات زبانِ زوہام تو ہوتی ہیں مگر عوام سے ان کا مفہوم پوشیدہ ہوتا ہے۔

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ سِرَّهُ۔

ہر حال کی زبان پر ہے لیکن جس کا کوئی حلیہ نہیں، اس کی کیا پہچان ہے؟ نفس کی شکل معین نہ نفوس کے پروردگار کی کوئی صورت اور صورت۔ روزہ اور نماز جب جمع ہو جائیں تو روح کو اک راحت ملتی ہے۔ عقل کے سر پہ بغیر دل خدا کی ذات کو سمجھنے لگتا ہے انسان میں خودی مٹ جاتی ہے۔ غرور خاک میں مل جاتا ہے۔ اس کی ساری خللیں میں وہ اپنے آپ ہی کو حقیقہ پاتا ہے۔ نماز کی عبادت اور روزے کی ریاضت اس کو نظام کائنات میں اس کی اصلی جگہ بتاتے ہیں۔ اسے معلوم ہو جاتا ہے کہ میں کس باغ کی سولی ہوں اور میری کیا بساط ہے۔ اس غیر متناہی نظام میں کوئی شاہ ہر تو کیا۔ گدا ہر تو کیا۔ خضر کی عمر پائی تو کیا۔ کلی کی طرح ایک دفعہ مسکرا کر مٹی بن گئے تو کیا۔ زندگی میں اک موت سی طاری ہوتی ہے۔ گریہ موت اور مایوسی کا ایک لمحو حیاتِ جاواں سے بہتر ہوتا ہے۔ اس کے بعد سچی زندگی کا آغاز ہوتا ہے۔ طبیعت دنیا کی بے ثباتی کو دل سے قبول کرتی ہے۔ اور اپنی بے بسی پر آگاہ ہوتی ہے۔ حق الیقین کے ساتھ انسان جان لیتا ہے کہ

بلک ارادہ اور خدمت خلق ہی میرا شرف ہے بانی دنیا بیچ و کار دنیا بیچ ۔

یاد رکھو۔ اللہ کے عبادت گزار مخلوق کے خدمت گزار ہونے چاہئیں۔ اس سے جلدی روح پر رنگ برسنے لگتا ہے اور کارخانہ کائنات ایک ایسا نظر آتی ہے جسے بچے کے تبسم اور پھول کی تشنگی میں وہی وہ نظر آتا ہے ہر طرف دوست ہی دوست نظر آتے ہیں۔ دشمن ڈھونڈ بے سے نہیں ملتا۔

جس نے تاروں کی چھاؤں میں اٹھ کر نماز تہجد پڑھی۔ صبح صادق ہونے سے پہلے سحری کھائی اور دن بھر بڑے خیالات سے دل و دماغ کو پاک رکھا اس پر آہستہ آہستہ ایک محبت اور کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ بعض بد نصیب رمضان کے بعد فوراً اگلے تہمتے میں مہر و فہر ہو جاتے ہیں۔ قسمت والے رمضان کی کیفیت کو سال بھر جاری رکھتے ہیں اور اچانک زندگی میں موت کا مزہ پاتے ہیں۔ یہ موت غلط آرزوؤں کی موت ہوتی ہے۔

علمی طور پر تو روزہ کے فوائد جسمانی ہیں مگر جسم کمزور ہونے سے روح کی طاقت بڑھتی ہے۔ آئینہ دل غبار سے صاف ہو کر جگمگا اٹھتا ہے۔ جان مضمحل سی ہوتی ہے۔ گناہ کی جسارت چھین لی جاتی ہے۔ جسم میں جتنا فتور ہے سب وائے لگندم کا قصور ہے۔ اس کی زیادتی ابن آدم کو جنت سے لڑھکھا دیتی ہے۔ خوراک کی کمی نفس کی شورشوں کو کم کرتی ہے۔ کم خوابی۔ کم خودی۔ کم گوئی انسان کو پُر نور سیما بنی فضاؤں اور تاروں کی ضیائوں میں لے جاتی ہے۔ کس قوم نے اللہ کا حکم مان کر رات کو دن بنا دیا۔ رمضان کے مہینے میں مسلمانوں کی ہر بستی رات کا آخری حصہ جاگتی ہے۔ طبعیوں میں نیا انقلاب اور نئی زندگی کا ظہور ہوتا ہے۔ ریاضت اور عبادت کے اس مہینے میں سب کچھ حاصل ہو سکتا ہے لیکن مسلمانوں نے اپنی غفلت سے بقیہ حلال